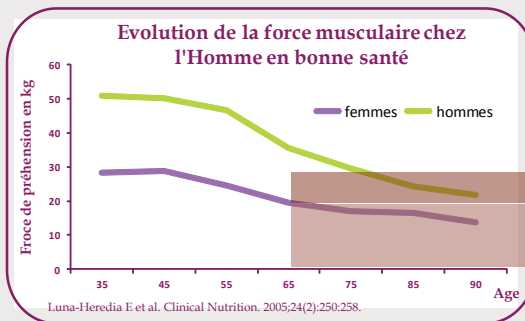




Le vieillissement est associé à une fonte musculaire débutant dès l'âge de 30 ans et s'accroissant à partir de 50 ans. Comme le montre le graphique ci-contre, entre 50 et 60 ans, nous perdons 15 % de la force musculaire, puis 30 % par décennie<sup>1</sup>. A ce rythme, chez 1/3 des personnes de plus de 75 ans, cette fonte musculaire conduit à la sarcopénie<sup>2</sup> : pathologie caractérisée par



une diminution de la masse, de la force et de la fonction musculaires, exposant ces personnes à la fragilité et à la perte d'autonomie. La sarcopénie est aggravée par la sédentarité et la dénutrition.

Risque de sarcopénie chez l'homme

Risque de sarcopénie chez la femme

## Capital musculaire entretenu = vieillissement réussi. Que faire ?

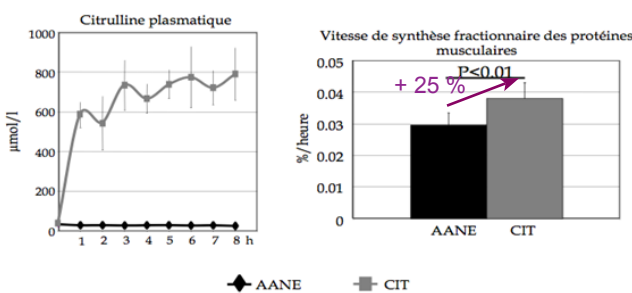
- Pratiquer une activité physique régulière et adaptée
- Avoir une alimentation saine, suffisante et équilibrée

Parce qu'avec l'âge le muscle répond moins bien à l'activité physique et à l'alimentation, des chercheurs de l'université Paris Descartes se sont intéressés à l'unique acide aminé dont la biodisponibilité n'est pas altérée avec l'âge<sup>3</sup> et capable de directement stimuler les muscles<sup>4-6</sup> : la L-citrulline. Ces recherches ont conduit au développement de MyoCIT<sup>®</sup> et ProteoCIT<sup>®</sup>.



### PREVENIR

**MYOCIT<sup>®</sup>** augmente la synthèse protéique musculaire<sup>4</sup> pour prévenir la fonte musculaire chez les personnes de plus de 50 ans.



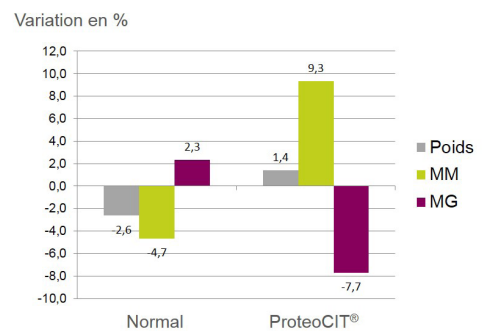
Une citrullinémie de l'ordre de 800 µmol/l (pouvant être obtenue avec une dosette de MyoCIT<sup>®</sup>) est associée à une augmentation de 25 % de la synthèse protéique musculaire<sup>4</sup>.

Boîte de 21 dosettes de 3,5 g  
Cure de 21 jours minimum, à renouveler si besoin  
Prix de vente conseillé : 29,90 €  
ACL : 3401599350052



### AGIR

**PROTEOCIT<sup>®</sup>** augmente la masse<sup>7</sup> et la force musculaires<sup>6</sup>, et améliore l'autonomie et la qualité de vie chez les personnes âgées fragiles, dénutries ou sarcopéniques<sup>8</sup>.



ProteoCIT<sup>®</sup> (10 g) pendant 2 mois chez des personnes âgées dénutries en EHPAD<sup>7</sup>.

Boîte de 21 dosettes de 5 g  
1 à 2 dosettes par jour jusqu'à amélioration du statut nutritionnel ou musculaire (en moyenne 42 jours)  
Prix de vente conseillé : 34,90 €  
ACL : 340129460667



### Conseils d'utilisation

A consommer lors du petit déjeuner ou du déjeuner. Mélanger le contenu de la (les) dosette(s) à une purée, un produit laitier, une crème dessert, une compote... ou dissoudre dans une boisson (thé, café, lait, jus de fruits, soupe...).

### Assurance qualité

Aucun effet secondaire n'a été rapporté lors des études cliniques. MyoCIT<sup>®</sup> et ProteoCIT<sup>®</sup> sont toxicologiquement sûrs et conformes aux normes sur les OGM, allergènes, métaux lourds et résidus de pesticides.

### Précaution d'emploi

La citrulline ayant un fort pouvoir anti-oxydant et pouvant agir sur les parois vasculaires, il est déconseillé de recommander ces produits chez des personnes suivant une chimiothérapie ou un traitement par anti-vitamine K.

### Références bibliographiques :

- 1 Luna-Heredia et al, Clin Nutr 2005 : 24 p250-258
- 2 Kruz-Jentof et al, Age aging 2010 : 39 p412-423
- 3 Moinard et al, Br J Nutr 2008 : 99 p855-62 et communication personnelle
- 4 Jourdan et al, Clin Nutr 2014, sous presse
- 5 Le Plenier et al, Amino Acids 2012 : 43 p1171-8

- 6 Faure et al, Amino Acids 2012 : 42 p1425-33
- 7 Behar et al, étude réalisée en EHPAD dans le cadre d'un DU (n = 10, résidents dénutris de 90 ans en moyenne, suivi de 2 mois). Présentée aux JFN 2013 (Pharmacnutriments azotés et personnes âgées, Pr Agathe Raynaud-Simon).
- 8 Selon les retours d'expérience d'utilisation en EHPAD