

BALANCETEST

AUTO-TEST POUR L'ANALYSE DES ACIDES GRAS DANS LE SANG



FAITS MARQUANTS CONCERNANT BALANCETEST

Le BalanceTest de Zinzino est un auto-test facile pour analyser les acides gras présents dans le sang capillaire obtenu à partir de l'extrémité du doigt à l'aide de la technique de goutte de sang séché (DBS). Un DBS est scientifiquement prouvé comme étant aussi précis qu'un prélèvement de sang veineux pour une analyse d'acides gras. Tout ce qu'il faut, c'est quelques gouttes de sang du bout du doigt sur un papier filtre Whatman® et le test se fait en moins d'une minute.

Les services analytiques de VITAS en Norvège analyseront anonymement le pourcentage de contenu de 11 acides gras, qui représentent ensemble environ 98 % des acides gras dans le sang et les valeurs reflètent votre régime alimentaire au cours des 120 derniers jours, qui est la durée de vie des cellules sanguines. Le résultat est ensuite affiché, environ 10 à 20 jours après, sur le site web zinzinotest.com.

BIENFAITS CLÉS

- ▶ **Auto-test de goutte de sang séché facile à utiliser**
- ▶ **Mesure 11 acides gras dans votre sang**
- ▶ **Fournit des données sur votre équilibre Omega-6:3**

COMMENT FONCTIONNE-T-IL ?

Vous devez faire votre premier* BalanceTest, puis commencer à prendre une dose quotidienne de produits Zinzino Balance. Continuez à prendre les produits Balance comme recommandé pendant 120 jours, puis faites votre deuxième BalanceTest pour voir comment votre profil d'acide gras a changé.

*Si vos premiers résultats montrent un équilibre Oméga-6:3 de 3:1 ou plus, vous devez alors contacter Zinzino car vous n'avez pas besoin du produit Balance.

CE QUE NOUS MESURONS

Le test mesure 11 acides gras, y compris acides gras saturés, mono-insaturés (Oméga-9) et polyinsaturés (Oméga-6 et Oméga-3). Les valeurs individuelles des acides gras sont indiquées dans le tableau et exprimées en pourcentage des acides gras totaux mesurés. Pour comparaison dans le tableau, la plage moyenne de chaque acide gras (basée sur les données obtenues d'un grand groupe de personnes ayant un bon équilibre) est présentée comme Valeur Cible. Les acides gras suivants sont mesurés :

Acide palmitique, C16 :0, acide gras saturé

Acide stéarique, C18 :0, acide gras saturé

Acide oléique, C18 :1, Oméga-9

Acide oléique, C18 :2, Oméga-6

Acide alpha-linolénique, C18 :3, Oméga-3

Acide gamma-linolénique, C18 :3, Oméga-6

Acide dihomogamma-linolénique, C20 :3, Oméga-6

Acide arachidonique (AA), C20 :4, Oméga-6

Acide eicosapentaénoïque (EPA), C20 :5, Oméga-3

Acide docosapentaénoïque (DPA), C22 :5, Oméga-3

Acide docosahexaénoïque (DHA), C22 :6, Oméga-3

LABORATOIRE INDÉPENDANT

Votre test est analysé par un laboratoire indépendant et certifié BPF. Le fait que Vitas est certifié BPF signifie qu'il respecte les bonnes pratiques de fabrication. Il s'agit d'un laboratoire contractuel pour l'analyse chimique comptant 25 ans d'expérience, offrant une analyse chromatographique de haute qualité basée sur des connaissances et des technologies de pointe. Avec le test sanguin est inclus une ID BalanceTest que vous seul pouvez voir. Ni le laboratoire ni Zinzino ne savent qui a soumis le test. Sur zinzinotest.com, vos résultats seront affichés lorsque vous saisirez votre ID BalanceTest. Si vous avez rempli le questionnaire, vous aurez accès à l'analyse complète. Si vous n'avez pas rempli le questionnaire, vous verrez uniquement votre score d'équilibre.

KIT DE TEST CERTIFIÉ

Le test de dépistage des gouttes de sang séché de Zinzino est certifié conforme à la réglementation européenne 98/79/EB portant sur les dispositifs médicaux de diagnostic in vitro (IVD). Cela signifie que le test et tous ses composants sont conformes aux lois et réglementations en vigueur, et que le Kit porte la marque CE.

VOICI COMMENT VOS RÉSULTATS SONT CALCULÉS

11 acides gras sont analysés et la somme totale de leurs montants est considérée comme étant 100 %. Pour les 6 valeurs suivantes, nous utilisons 7 acides gras. La quantité analysée de chacun des 7 acides gras est calculée en pourcentage sur les 100 %.

1. Acide eicosapentaénoïque (EPA), Oméga-3
2. Acide docosahexaénoïque Oméga-3 (DHA)
3. Acide docosapentaénoïque (DPA), Oméga-3
4. Acide arachidonique (AA), Oméga-6
5. Acide dihomogamma-linolénique, Oméga-6
6. Acide palmitique (PA), acide gras saturé
7. Acide stéarique, acide gras saturé (SA)

VALEUR DE PROTECTION

Premièrement, les 3 indicateurs de santé reconnus suivants sont calculés :

1. La valeur du ratio Oméga-6 est calculée comme ceci : $(DGLA+AA) * 100 / (DGLA+AA+EPA+DPA+DHA)$
2. La valeur du niveau Oméga-3 est la somme de EPA+DHA
3. La valeur de l'équilibre est calculée comme Oméga-6 (AA) / Oméga-3 (EPA)

Chaque valeur indicateur a la même importance dans un second calcul et est affecté d'une valeur comprise entre 0 et 100, qui est ensuite divisée par 3 pour obtenir la valeur de protection qui devrait idéalement être supérieure à 90. Ceci ne reflète pas l'état de santé de la personne, cela indique uniquement le niveau de protection par les acides gras.

Remarque ! Les valeurs EPA et DHA ont un impact élevé sur tous les calculs, et si les pourcentages EPA et DHA sont faibles, alors les valeurs de protection très faibles ou égales ne sont pas rares.

INDICE OMÉGA-3

L'indice Oméga-3 est le résumé des valeurs de pourcentage pour les deux acides gras Oméga-3 EPA et DHA. Le niveau combiné idéal est d'au moins 8 %, mais des valeurs supérieures à 10 % sont souhaitables.

Les Oméga-3 présentent de nombreux bienfaits, car ils constituent les principales briques de construction de vos cellules. Les EPA sont prédominants dans le sang, les muscles et les tissus, tandis que les DHA sont présents dans le cerveau, le sperme et les yeux.

ÉQUILIBRE OMÉGA-6:3

L'équilibre est calculé en divisant la valeur en pourcentage de l'AA avec la valeur en pourcentage de l'EPA (AA/EPA), qui est ensuite exprimée comme valeur de l'équilibre, par exemple 3:1. L'équilibre Oméga-6:3 dans le corps doit être de préférence inférieur à 3:1.

Si ce rapport se trouve au-dessus de 3:1, vous bénéficierez d'un changement dans votre régime alimentaire. Un équilibre bas d'Oméga-6 et d'Oméga-3 est important pour maintenir le développement normal des cellules et des tissus (homéostasie); il aide également le corps à contrôler les inflammations.

FLUIDITÉ DE LA MEMBRANE CELLULAIRE

La fluidité est calculée en divisant la valeur en pourcentage des deux acides gras saturés avec la valeur en pourcentage des deux oméga-3. La valeur de la fluidité est définie comme (PA+SA) / (EPA+DHA), et le résultat est exprimé comme indice de fluidité, par exemple 3:1. Si la valeur de la fluidité est inférieure à 4:1, elle indique qu'il y a une fluidité suffisante dans les membranes cellulaires.

Plus il y a d'acides gras saturés dans la membrane, plus cette dernière est rigide. Inversement, plus il y a d'acides gras

polyinsaturés dans une membrane, plus cette dernière est fluide. L'architecture structurelle et la composition de la membrane cellulaire sont essentielles à la santé des cellules et donc du corps. D'un côté, la membrane doit être suffisamment rigide pour fournir une architecture structurelle cellulaire saine. De l'autre côté, la membrane doit être suffisamment fluide pour laisser entrer les nutriments et laisser évacuer les déchets.

FORCE MENTALE

Elle est calculée en divisant la valeur en pourcentage de l'AA avec la somme des valeurs en pourcentage de l'EPA et de la DHA, c.-à-d. la valeur de la force mentale = $AA / (EPA + DHA)$. Le résultat est exprimé comme une valeur de force mentale, par exemple 1:1. La valeur devrait se situer en dessous de 1:1 pour un apport suffisant et équilibré d'acides gras polyinsaturés Oméga-6 et Oméga-3 au cerveau et au système nerveux.

Les performances cognitives s'améliorent avec une consommation accrue d'EPA et de DHA Oméga-3 marins. L'enfance et la vieillesse sont deux étapes critiques de la vie où l'on est le plus vulnérable. Une déficience en Oméga-3 est synonyme de déficits d'apprentissage et de mémoire, ainsi que de changements d'humeur.

INDICE D'ACIDE ARACHIDONIQUE (AA)

L'indice AA indique la valeur mesurée de l'acide gras arachidonique (AA) Oméga-6, en pourcentage du total des acides gras mesurés. Les valeurs moyennes correctes se situent entre 6,5 % et 9,5 %, avec une valeur optimale cible de 8,3 %.

L'acide arachidonique (AA) est l'acide gras Oméga-6 le plus important pour l'organisme. C'est le point de départ de la production d'hormones tissulaires locales déclenchées par Oméga-6, telles que les prostaglandines, les thromboxanes et les leucotriènes, ayant toutes diverses fonctions. Cependant, la fonction globale est de protéger l'organisme contre les dommages en limitant la progression d'une infection ou l'impact d'une blessure.

FAIRE LE TEST

1. BalanceTest est un produit de diagnostic in vitro approuvé pour le prélèvement de sang personnel à domicile.

- Tout d'abord, lavez-vous les mains au savon, rincez-les bien avec de l'eau chaude et séchez-les.

Sortez la carte échantillon de l'enveloppe papier.

Conservez l'enveloppe pour une utilisation ultérieure.

Déchirez la partie **SAUVEGARDER** de la carte échantillon et prenez une photo de l'identifiant (ID) du test. Vous **SEULEMENT** pouvez **VOIR** le résultat de VOTRE test avec votre ID de test **PERSONNEL**. Placez la carte avec les deux cercles vers le haut sur la table.

2. Utilisez un chiffon imbibé d'alcool pour nettoyer l'extrémité de votre doigt (le majeur est recommandé).

Stimulez le flux sanguin en faisant de grands cercles avec votre bras ou en secouant la main vers le bas pendant 20 secondes. Sortez la lancette à usage unique. Retirez le bouchon transparent de sécurité et la lancette est prête à l'emploi.

3. Placez la lancette contre l'**extrémité** du bout du doigt face au papier de prélèvement sur la table. Pressez le bout de la lancette sur le doigt jusqu'à ce que vous entendiez un déclic. La lancette fera automatiquement une petite piqûre dans le doigt.

4. Ne touchez pas les cercles du papier filtre avec vos mains. Pressez délicatement le doigt une fois et laissez s'égoutter plusieurs gouttes, au minimum 3, de sang sur chaque cercle marqué sur la carte échantillon. Le sang doit remplir complètement le centre des cercles.

5. Laissez la carte échantillon en position horizontale à température ambiante pendant au moins 10 minutes pour que les échantillons sèchent bien.

6. Remettez la carte échantillon dans l'enveloppe en papier. Placez ensuite l'enveloppe en papier dans le sac métallique et fermez-le.

Important : Ne retirez pas le sachet déshydratant du sac en métal.

7. Placez le sac en métal fermé dans la grande enveloppe portant l'adresse du laboratoire. **REMARQUE !** Vous **DEVEZ** affranchir correctement (nombre de timbres) l'enveloppe avant de la mettre dans la boîte aux lettres.

8. Pour enregistrer l'ID de votre test en ligne, consultez **www.zinnotest.com**. Il s'agit du site web où vous pourrez voir les résultats de vos tests ultérieurement. Vos résultats seront prêts dans les 10 à 20 jours.

Important : Conservez la partie SAUVEGARDER de la carte. Vous **SEULEMENT** pouvez voir VOS résultats du test sur Internet avec votre identifiant de test **PERSONNEL**.

