



ESENCO

NATURAL SPECIALTY INGREDIENTS

*présente...*



# Extraits de plantes à effets laxatifs



Le nombre de personnes souffrant de constipation chronique est estimé entre 3 à 5% de la population adulte dans les pays occidentaux.

Ce sont les personnes de plus de 55 ans qui sont le plus touchées comparé aux jeunes adultes.

Une personne constipée ressent des difficultés à aller à la selle et à évacuer celles-ci. Les causes peuvent être nombreuses : alimentation pauvre en fibres, hydratation insuffisante, manque d'activité sportive, stress, changement de mode de vie, etc.

Afin de soulager ces maux du quotidien, il existe des plantes aux vertus laxatives qui permettent d'atténuer la constipation.

## NOS EXTRAITS DE PLANTES AVEC UN EFFET LAXATIF DIT DE LEST

### **Psyllium** (*Plantago ovata*)

Le psyllium (ou ispaghul), est une plante dont les graines sont utilisées comme laxatif. Ses graines renferment des quantités importantes de mucilage dont l'effet non irritant a déjà été prouvé. L'enveloppe des graines soulagent efficacement la constipation grâce à leurs fibres solubles qui augmentent le volume et la souplesse des selles.

### **Tamarin** (*Tamarindus indica*)

La pulpe des gousses (fruits) de tamarin est un laxatif doux et efficace utilisée contre les troubles intestinaux.

*Pinar Kuru. Tamarindus indica and its health related effects. Asian pacific journal of tropical biomedicine. 2014 ; 4(9) ; 676-681*

*Reinout M. Havinga et al. Tamarindus indica L. : patterns of use in traditional African medicine. Journal of Ethnopharmacology 127 (2010) 573-588*



Cette communication n'est pas destinée aux consommateurs mais à un usage purement professionnel. Les produits mentionnés dans cette communication ne sont pas destinés à diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir d'une quelconque maladie.

### Triphala

Le Triphala est un des remèdes les plus utilisés en Inde et en Ayurvèda. C'est un complexe composé de trois baies bénéfiques pour le rééquilibrage des fonctions internes et des énergies (les doshas) : l'amalaki (*Emblica officinalis*), l'haritaki (*Terminalia Chebula*) et le bibhitaki (*Terminalia Belerica*).

Le Triphala, un laxatif naturel qui agit en douceur sur le transit intestinal. Le triphala permet de régénérer le colon et régule la digestion. C'est également une source de vitamine C naturelle qui apporte des effets antioxydants et toniques.

### Guggul (*Commiphora mukul*)

Le guggul évacue les toxines du corps et favorise la digestion facile d'aliments. Il a un effet laxatif léger.



### STIMULER LE FOIE POUR ATTENUER LA CONSTIPATION

Le desmodium (*Desmodium adscendens*) et le romarin (*Rosmarinus officinalis* L.) n'ont pas directement de vertus laxatives mais ont un rôle sur le foie. En effet, la constipation peut aussi être le résultat d'une « paresse » biliaire notamment suite à une opération, une période de stress ou encore un épisode inflammatoire. Le fait d'utiliser du romarin ou du desmodium permettrait d'atténuer ces maux.





ESENCO  
NATURAL SPECIALTY INGREDIENTS



ZA Les Landelles - 3 rue de la Longueraie  
35520 Melesse - FRANCE

Tel : +33 2 99 14 76 44 - [contact@esenco.fr](mailto:contact@esenco.fr)  
[www.esenco.fr](http://www.esenco.fr)