

Phycocyanine

Joyau thérapeutique

C'est un peu l'or de l'*Arthrospira platensis*, ou plus précisément son armure. Sans elle, l'*Arthrospira platensis*, algue microscopique certainement consommée depuis la préhistoire, n'existerait peut-être plus. La phycocyanine est ce pigment bleu, extrait de l'*Arthrospira platensis*.



Découverte

Du grec *phyco* signifiant algue et *cyanine* venant de la couleur cyan (qui est dérivé du grec *kyanos* et signifie bleu-vert), cette algue est l'association de protéines, et de pigments hydrosolubles de la photosynthèse. Toutes ces protéines sont solubles dans l'eau et ne peuvent donc exister à l'intérieur d'une membrane, d'où l'importance de ne pas les dessécher sous forme de poudre.

L'*Arthrospira platensis* présente de nombreuses propriétés qui sont, entre autres: antioxydante et antiradicalaire, hépato-protectrice et détoxifiante ainsi que immostimulante et énergétique. C'est d'ailleurs ce dernier effet tonifiant qui nous intéresse tout particulièrement à la sortie de l'hiver. En effet, l'*Arthrospira platensis* est un puissant tonifiant immunitaire. Lors d'études scientifiques, il a permis d'améliorer de façon constante la fonction du système immunitaire. Les scientifiques dans le domaine médical trouvent qu'il ne fait pas que stimuler le système immunitaire, mais encore il améliore la capacité de l'organisme à produire de nouvelles cellules sanguines. Les principaux intervenants dans l'immunité se trouvent stimulés en présence de l'*Arthrospira platensis* ou de ses extraits.

D'importants éléments du système immunitaire comme les cellules souches de la moelle osseuse, les macrophages, lymphocytes T et cellules tueuses naturelles présentent une activité accrue. La rate et le thymus font preuve d'une fonction améliorée. Les scientifiques font également observer que l'*Arthrospira platensis* permet de multiplier et d'activer les macrophages de sorte qu'ils sont plus aptes à tuer les microbes. Selon des études sur l'alimentation, même de petites quantités de cette algue augmentent à la fois l'immunité humorale et cellulaire. Elle accélère la production du système humoral (anticorps, cytokines), assurant ainsi une meilleure protection contre les microbes.

Le système immunitaire cellulaire comprend les lymphocytes T, les macrophages, les cellules B et les cellules tueuses naturelles qui sont anticancéreuses. Ces cellules qui circulent dans le sang sont particulièrement nombreuses dans les organes comme le foie, la rate, le thymus, les glandes lymphatiques, les végétations adénoïdes, les amygdales et la moelle osseuse. L'*Arthrospira platensis* rehausse la fonction de ces cellules et organes clés, améliorant leur aptitude à fonctionner malgré les agressions provenant des toxines environnementales et des agents infectieux.

L'*Arthrospira platensis* présente une couleur bleu-vert sombre parce qu'elle est riche en un polypeptide bleu vif dit phycocyanine. Des études ont montré que cette substance influait sur les cellules souches situées dans la moelle osseuse. Celles-ci servent de «grand-mères» à la fois aux globules blancs qui constituent le système immunitaire cellulaire et aux globules rouges qui assurent l'oxygénation de l'organisme. Ses extraits exercent un effet stimulant démontrable sur la production de nouveaux globules rouges et blancs.

Des scientifiques chinois ont prouvé que la phycocyanine stimulait l'hématopoïèse (création du sang), reproduisant l'effet de l'hormone érythropoïétine (EPO). Celle-ci, produite par des reins sains, règle la production par les cellules souches des globules rouges dans la moelle osseuse. Les scientifiques affirment également que la phycocyanine règle la production de globules blancs, même quand les cellules souches dans la moelle osseuse se trouvent endommagées sous l'effet de produits chimiques toxiques ou de radiation.

A.S. BONGAIN