



Envoyez de l'argent en Côte d'Ivoire
Retrait d'espèces avec Caisse d'Épargne

Essayez gratuitement



accueil se connecter

Catégories [Économie](#), [On dit quoi au pays](#), [UNE](#)

Recherche scientifique Côte d'Ivoire – Akpi, Baobab, Gnagnan...ces plantes conseillées contre les maladies cardiovasculaires

Mis en ligne par **La Rédaction** | jeudi 16 Mar 2017



EMELINE vous a envoyée une invitation



Par Connectionivoirienne

Une étude financée par le Programme d'appui stratégique à la recherche scientifique (Pasres) à hauteur de 9,6 millions de FCFA a été présentée le jeudi 16 mars 2017 à l'Université Nangui Abrogoua. Elle porte sur la valorisation des plantes alimentaires ivoiriennes riches en phytostérols et en fibres alimentaires.

Les résultats qui ont été présentés par Dr Yao Konan, chercheur associé au Pasres, ont permis à l'auditoire de savoir que 62 plantes nutritives (le manioc, haricot, daa, aubergine...) présentaient un intérêt nutritionnel particulier, notamment la prévention des maladies cardiovasculaires et métaboliques telles que le diabète. Selon l'impétrant les amandes de Akpi, bien connues des ménagères en Côte d'Ivoire sont riches en phytostérols et qu'il conviendrait selon lui de les consommer en pate sans les exposer à un chauffage excessif. L'on doit en consommer au moins 165 g par jour et il recommande que cette pate soit ajoutée dans les sauces vers la fin de la cuisson pour ne pas détruire le principe actif.

Selon la même étude, le gnagnan ou encore les poivrons sont riches en fibres alimentaires et leur consommation réduit les risques d'obstruction des artères à l'origine des accidents vasculaires.

« Il faut réduire la consommation des aliments riches en cholestérols et augmenter la consommation des aliments riches en phytostérols », a-t-il conseillé, expliquant que, seules les plantes contiennent le phytostérol. Il explique qu'en fait, le cholestérol est une graisse, une molécule biologique qui est l'un des constituants indispensables des cellules. On le trouve dans les substances animales. Et sa consommation en excès a un effet nocif sur les canaux de circulation du sang dans l'organisme.

Publicité

Dernières publ



Côte d'Ivoire CPI: un témoin de l'ac finalement servi le Défense

17 mars 2017,



Côte d'Ivoire: Des encore reçu l'ordr souscripteurs d'aç

16 mars 2017,



Recherche scienti Akpi, Baobab, Gn conseillées contre cardiovasculaires

16 mars 2017,



Procès du Novote L'ex-préfet de poli barre

16 mars 2017,



110 ministres au (et son gouvernem

16 mars 2017,

Commentaires

quoi dans Sangaré depuis l'o d'Ivoire: « Laurent Gbagbo et une alliance illimitée »

Peace011 dans 110 ministres Addo et son gouvernement re

Peace011 dans Recherche si d'Ivoire – Akpi, Baobab, Gna conseillées contre les maladi

Sophia dans Côte d'Ivoire CF Kassaraté, un témoin de l'ac finalement servi les équipes i

Sophia dans Sangaré depuis d'Ivoire: « Laurent Gbagbo et une alliance illimitée »

Les plus commenté

Cette étude, selon lui, a pour intérêt de montrer à la population qu'il existe des aliments naturels en Côte d'Ivoire qu'il convient de consommer pour prévenir ces maladies cardiovasculaires qui font des dégâts non plus chez les gens du troisième âge seulement mais aussi chez les sujets jeunes. Aussi recommande-t-il de les valoriser en compléments alimentaires afin d'enrichir d'autres aliments comme le pain.

Dans ses conseils après son exposé, il a prévenu sur la consommation de certains bouillons alimentaires : « Le cube maggi et le sel sont mal utilisés. Ce sont des produits qui ne se consomment pas en l'état mais qu'il faut chauffer. L'œuf est riche en cholestérol et l'on devrait consommer au plus deux œufs par semaine ».

Cette étude financée par le Pasres est la 84e du genre. Cet organisme, logé dans les locaux du Centre suisse de recherche scientifique (Csr) à Adiopodoumé est spécialisé dans le financement de la recherche scientifique. Il soutient les études doctorales et postdoctorales en Côte d'Ivoire.

SD à Abidjan

Commentaires Facebook

Commentaires

Partagez !

Tweet

Partager

« Article précédent

Procès du Novotel en Côte d'Ivoire: L'ex-préfet de police d'Abidjan à la barre

Article suivant »

Côte d'Ivoire: Des banques n'ont « pas encore reçu l'ordre de payer » les souscripteurs d'agro-business

1 Commentaire ... participez vous aussi à la discussion.

Peace011

17 mars 2017 à 07:57 -

Merci au Dr. Konan pour cette étude établissant scientifiquement la valeur nutritionnelle de nos plantes. Comme quoi, il nous appartient à nous Africains de revaloriser et montrer, de manière scientifique, au monde les richesses de nos plantes.

Au-delà du côté nutritionnel qui est relevé ici, il y'a aussi le potentiel de nos plantes à des fins médicinales, en rapport aux pratiques traditionnelles très populaires, qui jusque-là reste largement inexploré ou exploité.

Bon boulot !

N.B. : La recommandation selon laquelle il faut « les consommer en pâte sans les exposer à un [CHAUFFAGE EXCESSIF] » est dure dure d'eh. Hmmm !!! Entre nous, quand même hein, ça sera compliqué pour l'Ivoirien. Façon façon, Ivoirien aime son akpi et son gnagnan, et sa sauce en général, bien cuit-là, moi yé sais pas si recommandation comme ça là sera bien suivie hein... Mais bon...?!?!

Laisser un commentaire

Vous devez [vous connecter](#) pour commenter

Powered by Google

Côte d'Ivoire Duncan – L'a Roi du Maroc qui fait polér

Pas de lauréat 2016 pour l'Ibrahim pour un Leadershi en Afrique (officiel)

Côte d'Ivoire: Les dessous démentement de l'arnaq Agrobusiness

CPI Côte-d'Ivoire: Le Proci accusé, la Cour récusé un assigné à des témoins

Avant l'AG de vendredi, le annonce « un comité de n pour une trêve » avec les fonctionnaires

1

Mots-clé

Abidjan
Bonne Gouve
Connectioniv
Corruption
Crimes de gu
Côte d'Ivoire
Franceafriqu
Génération p
République G
Intelligence
Liberté de la F
Nicolas Nzi
Práo Seraph

Serie crimes impunis

Archive.

MARS 2017			
L	M	M	J
		1	2
6	7	8	9
13	14	15	16
20	21	22	23
27	28	29	30
« Fév			

Créez votre Entreprise

Announce [Legalstart.fr](#)

Côte d'Ivoire – Blé Goudé va épouser Nathalie K...

[connectionivoirienne.net](#)

Batimentsmoinschers.com

Announce [Bâtiments moins chers](#)

Côte-d'Ivoire: Comment Affoussy a supplié Ouatt...

[connectionivoirienne.net](#)

Tchat en Direct

Announce [Weezchat](#)

Côte d'Ivoire Ouattara et sa fille Fanta « coup...

[connectionivoirienne.net](#)

Côte d'Ivoire: Nady Bamba n'est pas «presque to...

[connectionivoirienne.net](#)

Selon CNN le Maroc aurait alerté la Côte-d'Ivoi...

[connectionivoirienne.net](#)

