



PEPTIDE MITOCHONDRIALE · PROTECTION DE LA CARDIOLIPINE

SS-31

protocole énergie & mitochondries

Feuillet patient · Bienfaits & recommandations · Protocole énergie + protocole performance



L'ESSENTIEL EN 10 SECONDES

- Peptide dirigé vers les **mitochondries** (centrales énergétiques des cellules)
- Protège la **cardiolipine**, indispensable au bon fonctionnement énergétique
- Réduit le **stress oxydatif** et améliore la production d'énergie
- Injection **sous-cutanée**, en cures

I QU'EST-CE QUE LE SS-31 ?

SS-31
 LE PROTECTEUR MITOCHONDRIAL

Le SS-31 (Elamipretide) est un peptide qui se concentre dans les **mitochondries**, les centrales énergétiques de la cellule. Il protège la **cardiolipine** — un lipide essentiel à la chaîne respiratoire — et réduit le stress oxydatif. Résultat : une **production d'énergie** plus efficace, notamment dans les tissus très demandeurs (muscle, cœur).

Peptide étudié dans des maladies mitochondriales et cardiaques rares. Résultats variables selon les études : usage encadré, en tant que soutien, sans promesse thérapeutique.

II LES BIENFAITS

Énergie
 LES MITOCHONDRIES BOOSTÉES

Améliore la **production d'énergie** cellulaire en protégeant la chaîne respiratoire.

Stress oxydatif
 LES CELLULES PROTÉGÉES

Réduit le **stress oxydatif** au cœur de la mitochondrie.

Muscle & fatigue
 LA CAPACITÉ À L'EFFORT

Améliore la tolérance à l'effort et réduit la fatigue musculaire.

Cœur
 LE TISSU CARDIAQUE

Protection mitochondriale étudiée dans les atteintes cardiaques.

Cardiolipine
 LA MEMBRANE INTERNE

Protège la cardiolipine, essentielle à l'**efficacité énergétique**.

Vieillessement cellulaire
 LES CELLULES PLUS JEUNES

Soutient le fonctionnement mitochondrial, facteur central du vieillissement.

III RECOMMANDATIONS & MODE D'EMPLOI



Mode d'emploi

RECONSTITUTION · VOIE · CONSERVATION

Reconstitution : flacon reconstitué à l'eau bactériostatique (dilution fournie en consultation)

Voie : injection **sous-cutanée** (abdomen) · **Rythme** : quotidien ou selon le protocole, en cures · **Conservation** : réfrigéré (2–8 °C).
Souvent associé à d'autres approches mitochondriales (NAD+, CoQ10, vitamine C).

IV LES DEUX PROTOCOLES



Protocole énergie

FATIGUE · MITOCHONDRIES

Objectif : soutenir l'énergie cellulaire en cas de fatigue mitochondriale.

Dose : selon la forme, par injections

Rythme : quotidien en cure de quelques semaines

Pause entre les cures

Suivi : niveau d'énergie, tolérance ; bilan mitochondrial si pertinent.



Protocole performance

EFFORT · RÉCUPÉRATION

Objectif : améliorer la tolérance à l'effort et la récupération.

Dose : selon la forme, autour des séances

Rythme : cure alignée sur la période d'entraînement

Associer hydratation et repos

Le SS-31 soutient l'énergie : il ne remplace ni le repos ni la récupération.

V LES RÈGLES DU PROTOCOLE

BONNES HABITUDES

- ✓ Sommeil régulier (réparation mitochondriale)
- ✓ Activité physique adaptée
- ✓ Hydratation et antioxydants alimentaires
- ✓ Noter énergie et tolérance
- ✓ Conserver les flacons au réfrigérateur

À ÉVITER / PRÉCAUTIONS

- ✗ Pas d'auto-injection sans formation médicale
- ✗ Ne pas enchaîner les cures sans pause
- ✗ Ne jamais mélanger les peptides dans le même flacon
- ✗ Grossesse, allaitement : avis médical
- ✗ Attendre un effet isolé sans hygiène de vie

VI VOTRE PARCOURS EN 3 ÉTAPES

ÉTAPE 1 · CONSULTATION

Bilan & formation

Évaluation (énergie, fatigue), contre-indications, formation, protocole remis.

ÉTAPE 2 · CURE

Injections & suivi

Injections selon le protocole, suivi de l'énergie et de la tolérance.

ÉTAPE 3 · RÉÉVALUATION

Ajustement

Bilan de l'énergie et de la récupération, décision de la suite.

Ce feuillet présente les bienfaits et le mode d'emploi du SS-31.

Peptide hors AMM, usage supervisé en consultation. Posologies indicatives, à individualiser. Ne pas arrêter un traitement prescrit par votre médecin traitant.

Pour toute question : votre prochaine consultation ou le cabinet.

Médecine régénérative