



Comment profiter des atouts de l'hormone de croissance sans tomber dans l'illégalité ?

Si l'on compare les compétiteurs d'hier avec ceux d'aujourd'hui, on constate une nette évolution : non seulement les bodybuilders actuels soulèvent des charges de plus en plus lourdes, mais ils présentent également un niveau de développement impressionnant, parfois surréaliste. Ainsi, un champion des années 20 n'aurait plus la moindre chance de remporter une compétition, même à un niveau régional. Et les athlètes légendaires tels que John Gremek et Steve Reeves auraient quasiment l'air de débutants. Pour vous donner une idée, le très célèbre Arnold Schwarzenegger pesait environ 107 kilos lorsqu'il a été élu M. Olympia en 1974. Ronnie Coleman, vainqueur sans conteste en l'an 2005, en pesait en 27 de plus ! Si ce rythme de progression devait se maintenir, il faudrait atteindre un poids moyen de 149 kg (hyper sec) pour avoir une chance de remporter ce titre suprême en 2015 !

Le bodybuilding n'est pas la seule discipline qui a connu une telle transformation au cours des trois dernières décennies : il en va de même pour tous les sports de force et de vitesse. Les haltérophiles et les powerlifters soulèvent aujourd'hui des charges littéralement démesurées par rapport à celles qui étaient utilisées il y a à peine quelques années. Et le physique de certains footballeurs américains est tellement spectaculaire que l'on en vient à se demander comment ces êtres d'un autre monde parviennent à se déplacer avec autant de facilité et de rapidité sur le terrain ! Mais la véritable question qui se pose est : comment de tels gains de masse et de puissance ont-ils été possibles ? Si une partie de ces progrès est due à l'amélioration des méthodes d'entraînement, de nutrition et de supplémentation, quelle part revient à l'usage de substances interdites comme les stéroïdes anabolisants, destinés à imiter l'action de la testostérone ? Le renforcement des contrôles anti-dopage a amené les athlètes à explorer de nouvelles pistes, et ils se sont alors tournés vers un autre composé anabolique : l'hormone de croissance, qui est longtemps restée indétectable lors des tests anti-dopage. Que faut-il savoir de cette dernière ? Et existe-t-il des solutions saines et naturelles pour renforcer son efficacité ?

Qu'est-ce que l'hormone de croissance ?

L'hormone de croissance, ou GH (de l'anglais *Growth Hormone*), est sécrétée naturellement par l'hypophyse, une glande située dans la partie inférieure du cerveau. Véhiculée par le flux sanguin, elle stimule la production d'IGF-1 et IGF-2 (*Insulin-like Growth Factors*), des substances qui engendrent à leur tour anabolisme et croissance cellulaire. Elle intervient ainsi de façon essentielle dans la mise en place d'un environnement propice aux gains de masse maigre. C'est pourquoi certains bodybuilders et sportifs de force choisissent de prendre de l'hormone de croissance synthétique (en injections) dans l'optique de booster l'un des maillons de l'anabolisme et ainsi maximiser leur développement. Elle permet de plus à beaucoup d'athlètes professionnels de supporter un niveau de sollicitation physique extrême (entraînements, matchs...), qu'il serait totalement impossible de maintenir dans un cadre normal, où seules la nutrition et la supplémentation interviendraient.

La GH est également produite en plus petites quantités par les cellules nerveuses, immunitaires et reproductives, pour une action plus localisée. Comme son nom l'indique, c'est en partie grâce à elle que les enfants et les adolescents se développent.

Mais les propriétés de l'hormone de croissance ne s'arrêtent pas là. Elle présente de nombreux autres bénéfices : elle participe aussi à la régulation du métabolisme des graisses et des hydrates de carbone et favorise la sollicitation des tissus adipeux pour la production d'énergie, contribuant par conséquent à la réduction des stocks graisseux ainsi qu'à la préservation des réserves de glycogène. Tout cela en fait une substance très appréciée des bodybuilders, des athlètes, et des personnes soucieuses de lutter contre les effets du temps.

Cadre légal contre marché noir

La popularité de l'hormone de croissance dans le cadre de la lutte anti-âge est telle que les injections de GH sont désormais

considérées comme quasiment évidentes en tant que thérapie de substitution hormonale (avec l'âge, la production naturelle d'hormone de croissance décroît, ce qui se traduit par une fonte musculaire, des difficultés à récupérer, une baisse de forme et d'énergie, une sensation de fatigue et un ralentissement du métabolisme). C'est ainsi que l'on a vu fleurir, partout dans le monde, des «cliniques de longévité» spécialisées dans l'administration de GH aux personnes d'un certain âge, mais également moins officiellement aux bodybuilders. Ces instituts dépeignent effectivement une vision idéale des bienfaits de l'hormone de croissance : gains de masse maigre de 9 % et fonte adipeuse de 14 % après 6 mois de traitement. Ils assurent en outre une augmentation de la force et de l'endurance, une meilleure résistance cardiaque, un renforcement du niveau d'énergie et des fonctions immunitaires, et vont même jusqu'à promettre une amélioration de la texture de la peau, une accélération du processus de cicatrisation, une réduction du stress ainsi qu'un accroissement de la densité osseuse. Bien évidemment, tout cela a un prix : 20 € l'unité de GH, à hauteur de 3 unités 3 fois



Model : Jack Smith

par semaine, voire plus pour de nombreux athlètes, soit environ 180 € par semaine (faites le calcul pour 6 mois de traitement...), un coût que les cliniques justifient par les avantages offerts en contrepartie : GH de qualité, «cadre parfaitement légal», surveillance médicale. Parallèlement à ces structures, un véritable marché noir s'est développé, sur lequel les doses d'hormone de croissance se négocieraient aux alentours de 10 € l'unité. Illégale, cette pratique se double de dangers sérieux, puisque certains n'hésitent pas à vendre de l'hormone de croissance à usage vétérinaire ou des contrefaçons qui contiennent généralement plus de stéroïdes anabolisants ou de clenbutérol que de GH... Les utilisateurs consomment ainsi, à leur insu, des substances particulièrement dangereuses, avec tous les risques que cela comporte...

L'hormone de croissance fonctionne-t-elle ?

Naturellement, le monde sportif n'est pas resté insensible, et certains, bien que cela soit interdit, se sont mis à s'injecter de l'hormone de croissance. Les athlètes qui en ont utilisé rapportent presque tous des gains de masse maigre significatifs (l'administration de GH contribue à l'obtention d'un équilibre azoté positif, un indicateur de l'anabolisme) ainsi qu'une fonte adipeuse conséquente. Plusieurs études scientifiques menées dans le domaine ont confirmé les propriétés anaboliques et lipolytiques de la GH. Elles ont en outre démontré que cette dernière active en plus la croissance des tendons, des ligaments et des autres tissus conjonctifs. Dans la plupart des cas, les dosages employés étaient de 3 unités par jour, 3 fois par semaine, sur une durée de 4 à 6 semaines. Tandis que certains utilisateurs associent la GH à de l'IGF-1 pour obtenir plus de résultats (le Dr. Jon Linderman et ses collègues de la *Dayton University*, Etats-Unis, ont prouvé qu'une telle association amplifie l'action anabolique), d'autres insistent sur le fait qu'elle est particulièrement intéressante pour les bodybuilders d'élite suivant un entraînement intensif mais que, contrairement aux stéroïdes anabolisants, elle est moins efficace pour stimuler la performance dans les sports d'endurance. Un travail de recherche mené au milieu des années 80 par des experts américains avait quant à lui pour objectif d'analyser les effets de la prise d'hormone de croissance sur un powerlifter de niveau international avant sa participation à une compétition dans la

catégorie seniors. La progression enregistrée se passe de commentaires : en seulement 4 semaines, il a pris 6 kg de masse maigre et a éliminé 6 kg de graisse. On ne peut toutefois pas en tirer de conclusions générales car l'étude ne concernait qu'un seul individu, présentant une génétique d'exception (n'arrive pas au niveau international qui veut !).

Inspirés par l'exemple d'une formulation comme T3, capable de favoriser la libération naturelle de testostérone sans aucun apport hormonal, les équipes de NTI se sont penchées de plus près sur l'élaboration d'un supplément qui permettrait, sans apport d'hormone de croissance, de faciliter ou d'accélérer la synthèse de GH. Elles sont parvenues à développer une formulation novatrice et parfaitement saine, destinée à vous offrir la possibilité de profiter de toute l'efficacité de l'hormone de croissance, sans aucun danger pour la santé. Mais voyons de plus près de quoi il s'agit.

GH-NS, l'hormone de croissance sans risque !

L'idée est simple : les progrès de la connaissance permettent désormais de comprendre assez précisément les mécanismes qui régissent, dans

notre organisme, la libération de l'hormone de croissance. Tout comme les composants de T3 ont été choisis et associés pour leur capacité à activer la fabrication naturelle de testostérone, sans apport hormonal extérieur, GH-NS intègre des nutriments qui ont démontré leur aptitude à stimuler les mécanismes endogènes de libération de GH. C'est ainsi le cas de la L-Arginine pyroglutamate, la L-Ornithine alpha-cétoglutarate, la L-Lysine HCl, la L-Glutamine et la L-Glycine. "Des noms barbares", pourrait-on se dire. Certes, tous ces agents constituent des formes très spécifiques. Mais ils n'ont pas été sélectionnés au hasard : les études ont mis en lumière leur efficacité supérieure, et leur capacité à fonctionner ensemble, critères essentiels sur lesquels ils ont été retenus ! Ainsi, à l'occasion d'une étude réalisée en Italie, il a été établi qu'en associant L-Arginine pyroglutamate et L-Lysine HCl, la concentration sanguine en hormone de croissance est multipliée par 8 ! D'autres travaux ont démontré qu'une prise simultanée de L-Arginine pyroglutamate et de L-Ornithine alpha-cétoglutarate dans le ratio de 2 pour 1 est le dosage le plus efficace. Et des données avérées existent également pour la L-Glycine et la L-Glutamine (libération de GH 3 à 4 fois plus importante).

L'effervescence favorise l'assimilation optimale de l'ensemble de ces actifs, dont vous profitez ainsi intégralement, pour des résultats sensibles et rapides. L'intérêt de GH-NS réside également dans l'absence totale d'effets secondaires négatifs. En effet, l'action de ces agents consiste uniquement à mettre en place l'environnement le plus favorable à renforcer la fabrication naturelle de GH, mais, en aucun cas, à imposer à l'organisme un apport qu'il ne serait pas capable de prendre en charge. Autrement dit, vous permettez simplement à votre corps de donner son maximum, sans le mettre en danger comme ce serait le cas avec un apport extérieur de substances de synthèse, et bénéficiez sainement de tous les avantages de l'hormone de croissance.

T3 offrait une solution saine et naturelle pour agir favorablement sur la synthèse de testostérone, sans sortir du cadre de la légalité, et surtout, sans aucun danger. Avec GH-NS, la même chose est désormais possible pour l'hormone de croissance, sans injections, sans marché noir, sans combines, sans risques !



Model : Jack Smith