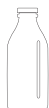


Vitamines B

FATIGUE SYSTÈME IMMUNITAIRE PEAU ET CHEVEUX



SANS LACTOSE



SANS GLUTEN



SANS OGM



VÉGÉTALIEN



Les vitamines B désignent un groupe de 8 vitamines : B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9 et B12. Elles sont essentielles à de nombreux processus biologiques (fonctionnement du cœur, du système nerveux, du système immunitaire, des cellules sanguines, de la peau et des cheveux, métabolisme énergétique...).

Bien qu'elles soient généralement apportées par l'alimentation, une supplémentation en vitamines B peut cependant s'avérer nécessaire dans certaines cas particuliers, notamment en fonction du régime alimentaire (la vitamine B12 n'est présente que dans les produits d'origine animale par exemple). L'absorption digestive et l'utilisation des vitamines B par l'organisme diminuent également avec l'âge, ce qui entraîne une augmentation des besoins chez les personnes âgées. Environ 30% de la population senior européenne n'aurait pas des apports suffisants en vitamines B, notamment B2, B6 et B9.

QU'EST-CE QUE VITAMINES B ?

Vitamines B est un complexe ultra-concentré de 8 vitamines B indispensables, associées à du Magnésium hautement absorbable qui aide à réduire la fatigue et les crampes musculaires, ainsi que de la vitamine C qui soutient les défenses immunitaires, mais aussi des extraits concentrés d'écorce de Pin maritime et de Poivre long.

Deux comprimés **Vitamines B** par jour apportent au minimum 500% des apports recommandés en vitamines B. La très forte concentration de **Vitamines B** en vitamine B12 (40 000% des apports journaliers recommandés pour deux comprimés par jour) en fait une formule particulièrement adaptée en cas de régime alimentaire qui restreint l'apport de protéines animales.

DANS QUEL CAS UTILISER VITAMINES B ?

- Pour lutter contre la fatigue
- Pour maintenir les défenses immunitaires
- Pour la beauté de la peau et des cheveux
- Pour augmenter ses apports en vitamines B (régimes végétarien et végétalien, senior...)

COMMENT FONCTIONNE VITAMINES B ?

Diminution de la fatigue

Les **vitamines B2, B3, B5, B6, B9, B12, C** et le **magnésium** aident à réduire la fatigue.

Les **vitamines B** et le **Magnésium** jouent notamment un rôle important dans la transformation des aliments (glucides, lipides et protéines) en énergie.

La **vitamine B5** contribue aussi à des performances intellectuelles normales en participant à la synthèse de neurotransmetteurs (molécules chimiques assurant la transmission de l'information d'une cellule nerveuse à une autre).

La **vitamine C** joue un rôle essentiel dans l'absorption du fer, nécessaire à la bonne oxygénation des cellules.

Le **Magnésium** contenu dans **Vitamines B** est sous forme de malate (sel organique de magnésium). Cette forme fait partie des mieux absorbées et des mieux tolérées par l'organisme.

Maintien des défenses de l'organisme

Les vitamines B6, B9, B12 et C contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire.

La **vitamine C** est un puissant antioxydant qui protège les cellules, notamment celles du système immunitaire, de l'attaque des radicaux libres qui les dégradent. Cette action est complétée par les extraits concentrés de **Pin maritime** et de **Poivre long** qui sont des sources naturelles d'antioxydants.

Beauté de la peau et des cheveux

Les **vitamines B2, B3** et **B8** favorisent le maintien d'une peau normale. La **vitamine B8** contribue également au maintien de cheveux normaux. La **vitamine C** intervient dans la synthèse normale du collagène, nécessaire pour la fermeté de la peau et la prévention des rides.

Autres actions

La **vitamine B1** contribue à une bonne santé cardiovasculaire.

La **vitamine B6** intervient aussi dans la régulation des fonctions hormonales et psychologiques.

COMMENT UTILISER VITAMINES B ?

- Prendre 2 comprimés par jour au cours d'un repas avec un verre d'eau.
- Pour de meilleurs résultats, il est recommandé de suivre le programme pendant au moins un mois. Peut être pris en continu tout au long de l'année.

Boîte de 60 comprimés, code ACL 631 72 33