



Juillet - Août 2022

## L'été, la peau, le soleil et la vitamine D

Le soleil est un allié de notre santé, mais c'est ce n'est pas un véritable ami. Il faut utiliser ses bienfaits avec prudence et tenir compte des températures estivales qui augmentent et menacent la santé des plus fragiles.

L'exposition au soleil (et plus précisément aux UVB) permet de synthétiser la vitamine D, une vitamine et une hormone indispensable à la santé de notre squelette et de notre système immunitaire. Certains professionnels de santé déplorent la nocivité des crèmes solaires et leur rôle écran qui empêche la synthèse de la vitamine D. Il n'est pas facile d'adopter une bonne stratégie, car il faut aussi tenir compte de la qualité de la peau (claire ou mate), de l'âge, des traitements médicaux et des risques de cancers de la peau.

En règle générale, une bonne exposition consiste à se mettre au soleil tous les jours en été, entre 11h et 15h, qui est la période à nos latitudes au cours de laquelle il y a le plus d'UVB par rapport aux UVA, donc la bonne période de synthèse de la vitamine D. Il est conseillé d'exposer sa peau au soleil 10-15 minutes par jour avec 25% du corps exposés (plus longtemps pour les peaux foncées) pour synthétiser assez de vitamine D et se protéger le reste du temps à l'aide de vêtements et crèmes solaires (si possible bio). Si la peau rougit ou commence à brûler, avec ou sans écran solaire, il faut se mettre à couvert ou s'habiller. Les personnes qui ont la peau très fragile et les jeunes enfants ne s'exposeront que le matin tôt ou l'après-midi après 16h.

L'adaptation de l'alimentation, via la consommation de fruits et légumes colorés (contenant des caroténoïdes et des polyphénols) va aider à augmenter les défenses de la peau contre les dommages des UVA solaires.

Il est souhaitable de préparer la peau avec des compléments alimentaires contenant des nutriments indispensables à la protection de la peau et au maintien de son élasticité

Les caroténoïdes (le bêta-carotène, le lycopène, la lutéine et la zéaxanthine) diminuent les effets agressifs du soleil sur la peau, en bloquant partiellement les radicaux libres issus des rayons ultra-violet : l'apparition du coup de soleil est retardée, et son intensité plus faible.

Tous les aliments riches en polyphénols apportent une protection à la peau.

En inhibant les radicaux libres générés sous l'effet du soleil, les vitamines C et E permettent de réduire les dommages subis par la peau. En les associant au cuivre, au zinc et à la biotine (B8), cela permet de régénérer le collagène et de maintenir la souplesse cutanée. La vitamine C, le  $\beta$ -carotène (pro vitamine A, les vitamines B3-B6-B8-B9, les minéraux cuivre, sélénium et zinc sont les cofacteurs enzymatiques du métabolisme de la peau, des muqueuses et des phanères

L'acide gamma-linoléique contenu dans l'onagre et la bourrache exerce une action anti-inflammatoire au niveau de la peau et combat la sécheresse cutanée.

La peau est constituée d'acides aminés indispensables à sa cohésion. Un apport de kératine hydrolysée va favoriser la régénération naturelle de la peau et renforcer les cheveux et les ongles.

## Kerato complex

Gélule A (huile d'onagre et de bourrache)

Gélule B (synergie autour de la kératine hydrolysée)

Conseil d'utilisation : 1 gélule A et B le matin ou le soir pendant un mois

Précautions d'emploi Chez la femme enceinte et qui allaite.

Allergie au poisson enveloppe de la gélule B

Pour préparer la peau au soleil, on peut associer **Kerato complex** et **Protecto complex** (1 gélule le soir)

Pendant les périodes d'exposition au soleil, on peut associer **Kerato complex** et **Antioxydo complex** (1 gélule le matin).

Pour maintenir la santé de la peau, des ongles et des cheveux, il faut poursuivre la prise de **Kerato complex** pendant 1 mois, puis faire des cures selon les besoins.

## L'été, la canicule

Les épisodes caniculaires qui se renouvellent régulièrement, placent nos organismes habitués au climat tempéré en situation difficile. Les pics de pollution qui accompagnent ce phénomène climatique aggravent la situation.

Il est important de suivre scrupuleusement les conseils d'hygiène et de protection dispensés par le ministère de la santé et bien s'hydrater. En complément des précautions d'usage, certains nutriments et plantes contribuent à soutenir les organismes fatigués.

- En cas de forte sudation, les compléments à base de vitamines et de minéraux vont compenser les pertes. **Vitaminero Complex** (1 gélule le matin) **Minero Complex** (1 gélule midi et soir)
- En cas de problèmes circulatoires, jambes lourdes, crampes, il faut toujours veiller à une bonne hydratation. Les extraits de marron d'Inde et de vigne rouge vont soutenir et tonifier la circulation **Vasculo Complex** (1 à 2 gélules par jour)
- La pollution génère du stress oxydatif néfaste pour toutes nos cellules. L'association d'antioxydants **d'Antioxydo Complex** (1 gélule matin) va contribuer à protéger les cellules
- Les fortes chaleurs perturbent le sommeil. Une synergie de plantes relaxantes va faciliter l'endormissement et la qualité du repos nocturne sans provoquer d'accoutumance. **Calmo complex** (1 à 2 gélules une heure avant le coucher)
- Pendant les fortes chaleurs, il est impossible de s'exposer au soleil. Il faut donc continuer à se compléter en vitamine D3 pour soutenir nos systèmes immunitaires. **D3 complex 3000UI** (1 gélule par jour au cours d'un repas).

***Nos gélules sont déconseillées aux personnes présentant des allergies aux poissons (enveloppe de la gélule)***

Consultez la composition et les précautions d'emploi de nos compléments sur notre site :

[www.vitaminor.eu](http://www.vitaminor.eu)



## Dès la rentrée, notre nouveau **Kolérégul !**

Il associe le riz rouge, l'ail noir fermenté, la feuille d'olivier, la choline, des acides gras Oméga 3 à longues chaînes, des vitamines du groupe B. Il est destiné à aider à contrôler les taux de cholestérol et d'homocystéine, à soutenir la santé cardiovasculaire

### **Les particularités de la gamme de compléments alimentaires Vitaminor**

★ Vitaminor possède l'exclusivité d'une méthode de fabrication qui a obtenu un Brevet européen. Ce procédé appelé **BEQ** permet d'obtenir des produits énergisés. Les imageries en cristallisation sensible mettent en évidence l'augmentation du potentiel d'action des formules

★ Les sociétés qui élaborent et commercialisent les compléments Vitaminor ont la maîtrise totale de la fabrication. Ces sociétés collaborent étroitement et cela assure la qualité exceptionnelle de chaque complément Vitaminor.

De la conception aux produits finis nous maîtrisons absolument tout :

- les formules sont élaborées par des professionnels de santé micronutritionnistes,
- les matières premières sont sélectionnées avec soin chez des fournisseurs sérieux qui garantissent la qualité et la traçabilité de leurs produits,
- la fabrication est réalisée par un laboratoire agréé, maîtrisant totalement la manipulation des matières premières naturelles (délicates et fragiles) et garantissant la sécurité des produits finis
- chaque complément répond à la législation européenne et a fait l'objet d'un enregistrement auprès des autorités de santé publique.

C'est la raison pour laquelle, de nombreux professionnels de santé recommandent la gamme de compléments alimentaires Vitaminor.

## Dans l'actualité !

### 2 compléments pour compléter la trousse d'été

**Phytorino complex**, un complément à base d'huiles essentielles chémotypées de Tea tree, de Thym à thymol, d'Eucalyptus radié, de vitamine C, de cuivre et de zinc. Ces nutriments contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire

*Précautions d'emploi : Réservé à l'adulte*

*Déconseillé chez les moins de 6 ans, chez la femme enceinte et allaitante, chez les personnes allergiques au soja (agent de charge) et au poisson (enveloppe de la capsule)*

*Demandez conseil à un professionnel de santé en cas de traitement antiépileptique ou d'antécédent de convulsion, en cas de troubles gastro-œsophagiens.*

*Pas d'utilisation prolongée, ne pas dépasser un mois de prise. Capsules réservées à l'usage interne.*

Conseil d'utilisation : 2 gélules 2 fois par jour au cours d'un repas pendant 7 jours.

**Entero Complex**, un complément à base de probiotiques et de plantes (extraits de myrtilles, de gingembre et de matricaires) pour réduire les troubles gastro-intestinaux mineurs : spasmes, distensions épigastriques, flatulences et réguler le transit intestinal

Conseil d'utilisation : 1 gélules A et 1 gélule B, 2 fois par jour pendant 7 jours.



## Nos compagnons et la canicule

Information préalable :

L'évolution de la législation européenne, ne nous permet plus de vous proposer notre gamme ANIMO complex. Le législateur n'a prévu que 2 catégories de produits destinés aux animaux : les aliments et les médicaments. Le complément alimentaire n'existe donc plus.

Nos produits Animo Complex à base de vitamines, de minéraux, d'antioxydants d'origine naturelle, d'acides aminés, d'Oméga 3 et d'extraits de plantes titrés n'entrent pas dans la nouvelle législation.

**Nous continuerons cependant à vous parler du bien-être de nos compagnons car nous ne voulons pas les priver des conseils dispensés par nos professionnels de santé\*.**

Les animaux de compagnie souffrent de la chaleur. Ils ne sont pas équipés d'un système de transpiration comme le notre. Ils ont besoin d'avoir de l'eau fraîche à volonté et de disposer d'un coin ombragé. Lorsqu'ils halètent, ils génèrent de nombreux radicaux libres. Leur alimentation est pauvre en antioxydants. Il est parfois nécessaire de leur en apporter en complément associée à des vitamines et des minéraux ainsi que des probiotiques pour compenser le stress dû à la chaleur.

Afin de compléter l'alimentation du chien et du chat, Vitaminor a élaboré une formule qui s'adapte aux besoins nutritionnels des petits carnivores

**Complément Essentiel**, le partenaire de l'équilibre nutritionnel. Il contribue :

- au fonctionnement normal du système immunitaire (vitamines A, B6, B9, D3, cuivre, sélénium, zinc)
- à réduire la fatigue (Vitamines B2, B3, B6, B9, Magnésium)
- à un métabolisme énergétique normal ( vitamines B1, B2, B3, B6, cuivre, magnésium, manganèse)
- à des fonctions psychologiques normales ( vitamines B1, B3, B6, B9, C, magnésium)

Conseil d'utilisation : chez le chien et le chat: une gélule par jour pour le chat et le chien de moins de 5 kg, 2 gélules par jour de 5 à 15 kg, 3 gélules par jour de 15 à 25 kg et 4 gélules par jour pour les chiens de grande taille.

**\* demandez conseils à votre vétérinaire**

## Commandes & communication

Site internet : <https://www.vitaminor.eu>

### Adresses mail :

- commandes : [info@vitaminor.eu](mailto:info@vitaminor.eu) ou [orders@vitaminor.eu](mailto:orders@vitaminor.eu)
  - conseils : [laboratoire.fr@vitaminor.eu](mailto:laboratoire.fr@vitaminor.eu)

### Numéros de téléphone gratuit

- Particuliers

Commandes : 01 82 88 08 70 du lundi au vendredi de 9h à 18h

SAV : 01 86 65 10 05 du lundi au vendredi de 9h à 13h

- Professionnels et Assistance conseils :

05.56.03.50.70 du lundi au vendredi de 9h à 13h

**VITAMINOR**

