



Détendu jour et nuit !

Le corps et l'esprit sont intimement liés, ils influent l'un sur l'autre : une amélioration physiologique s'accompagne d'un mieux-être psychologique. Si le corps ajuste correctement sa réponse physiologique, son fonctionnement global est potentialisé, il y a plus d'énergie disponible et moins de résistance face au stress. Etant mieux préparé pour gérer les situations déstabilisantes, il s'ensuit un état de sérénité plus profond.

Le nouveau complexe Serotisol de Santé Verte vous apportera détente et sérénité tout au long de la journée.

Basilic sacré (*Ocimum sanctum*) :

Originaire de l'Inde et des régions tropicales asiatiques, le basilic sacré fait partie des plantes dites « **adaptogènes** ». Ainsi, il améliore tout le fonctionnement métabolique et permet au corps d'ajuster ses réponses face aux multiples stress. Notre corps est déstabilisé moins profondément, ses réactions sont plus efficaces et plus rapides. Le basilic sacré **favorise donc la résistance au stress**.

Il régule les envies de sucre qui peuvent être augmentées par l'anxiété et les tensions psychologiques. Il régule la tension artérielle qui est augmentée du fait de la sécrétion de cortisol ; il empêche les peroxydations lipidiques souvent augmentées par le stress ; il améliore la digestion qui peut être perturbée par un stress ; diminue la réponse inflammatoire tout en évitant les effets secondaires et surtout **calme et apaise le mental**, grâce à l'eugénol et l'acide rosmarinique qu'il contient et qui possèdent des propriétés anti-dépressives.

Le basilic sacré est particulièrement intéressant dans tous les états de stress : **des troubles digestifs à la perte de motivation / tristesse, l'anxiété et l'irritabilité en passant par les troubles du sommeil**.

Griffonia simplicifolia (30% de 5-HTP) :

C'est une plante originaire d'Afrique de l'Ouest et d'Asie. Son intérêt majeur est de présenter parmi ses agents actifs du **5 Hydroxy-tryptophane (5-HTP)** qui a comme action essentielle d'augmenter le taux de «sérotonine», un neurotransmetteur qui contrôle l'énervement, l'agressivité. Ce neurotransmetteur remplit également un rôle essentiel dans la régulation de l'appétit et du sommeil. La sérotonine va ensuite se convertir en mélatonine, l'hormone première du sommeil. La *Griffonia simplicifolia* est considérée comme un **anti-dépresseur naturel**, il est ainsi une réponse naturelle extrêmement efficace pour **aider à retrouver calme, sérénité et qualité du sommeil**. Il facilite ainsi **l'endormissement**, agit **contre l'anxiété** et peut diminuer l'appétit et les fringales.

La sérotonine est une hormone qui est l'un des principaux neurotransmetteurs du cerveau. Elle intervient notamment pour le sommeil, en tant que précurseur de la mélatonine, et pour la gestion du stress. Avec l'âge, la production de sérotonine décline. En outre, le stress que l'on subit au quotidien peut également en réduire le taux, entraînant de ce fait humeur dépressive, fatigue, anxiété et insomnie. Le L-5-HTP que l'on trouve dans le *Griffonia simplicifolia* est le même acide aminé que notre organisme produit naturellement. Indispensable au réapprovisionnement régulier de sérotonine, il permet de réduire les états anxieux et dépressifs sans aucune violence faite au fonctionnement naturel du cerveau, contrairement aux antidépresseurs de synthèse.

Composition pour 3 comprimés :

Extrait de basilic sacré (*Ocimum sanctum*) à 10% de tanins 1200 mg
Extrait de *Griffonia simplicifolia* à 30% de 5-HTP [180 mg] 600 mg

Ingrédients : Extrait de basilic sacré (*Ocimum sanctum*), antiagglomérant : phosphate dicalcique, Extrait de *Griffonia simplicifolia*, agents d'enrobage : hydroxypropylméthylcellulose, acide stéarique, phosphate dicalcique ; antiagglomérant : stéarate de magnésium ; cellulose microcristalline..

Conseils d'utilisation : Prendre 1 comprimé le matin et 1 à 2 le soir.

Précautions d'emploi : Ne pas associer avec la prise d'antidépresseurs.

Sérotisol :
Réf. : PHSV072
Boîte de 20 comprimés
Décembre 2009

FICHE TECHNIQUE CONFIDENTIELLE À USAGE PROFESSIONNEL UNIQUEMENT. CET USAGE DOIT ÊTRE PERSONNEL AU DISTRIBUTEUR ET STRICTEMENT RÉSERVÉ À L'EXÉCUTION DE SON ACTIVITÉ ET DE LA PRÉSENTATION ET LA VENTE DES PRODUITS DE SANTÉ VERTE AUQUEL ILS SE RATTACHENT. TOUT AUTRE USAGE ET TOUTE REPRODUCTION SONT INTERDITS.

Décembre 2009