

Le cœur est le muscle qui joue le rôle le plus important dans notre organisme. C'est une pompe qui permet au sang d'être acheminé vers tous nos organes vitaux, et qui assure donc leur bon fonctionnement. Si une bonne hygiène de vie est primordiale au maintien d'un cœur et d'un système circulatoire sains, il existe des actifs naturels à intégrer à son quotidien pour prévenir certains risques.

NOTRE CONSEIL EN 3 GESTES :

1. Diminuer sa pression artérielle
2. Protéger son cœur
3. Rester zen grâce aux huiles essentielles



1. DIMINUER SA PRESSION ARTÉRIELLE

103 de Nutriprescription REISHI ET SÉLÉNIUM

* 1 gélule matin et soir

103* est un complexe booster d'immunité aux multiples vertus. Enrichi en Reishi, il diminue les effets oxydatifs du stress et la production de radicaux libres qui ont une incidence sur la bonne fonctionnalité de notre cœur.



2. LE SOIR, FAVORISER LA DÉTENTE ET LA SÉRÉNITÉ

Oméga 3 Végétaux de Phyto Vitae L'HUILE DE LIN

* 3 capsules à avaler le matin

L'huile de lin est riche en oméga-3 végétaux et notamment en acide alpha-linolénique qui est essentiel au bon fonctionnement de l'organisme mais qui n'est pas synthétisé par le corps humain. Participe à la protection du cœur et des artères ainsi qu'au maintien d'une tension et d'une cholestérolémie normale.



3. RESTER ZEN GRÂCE AUX HUILES ESSENTIELLES

L'huile essentielle d'Ylang-Ylang d'AroVitae ACTION HYPOTENSIVE

* 1 goutte dans une noix d'huile végétale, sur le plexus, la colonne vertébrale, le haut du dos et les plantes des pieds. .

Contribue à calmer les palpitations, l'arythmie, l'hypertension ou encore la tachycardie.

Les personnes sujettes à une tension basse doivent l'utiliser avec précaution. Ne pas utiliser chez l'enfant, la femme enceinte ou allaitante