

# Comment entretenir sa vitalité grâce aux actifs naturels ?

Publié le 14/12/2018

3 minutes de lecture

Écrit par [Laboratoire LESCUYER](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

Partager [Facebook](#) [Pinterest](#) [Twitter](#)



Nos modes de vie actuels sont souvent sources de fatigue : stress, surutilisation des écrans, troubles du sommeil, changements de saison... Notre organisme peut accuser une « baisse de régime », mais des actifs naturels comme le [ginseng](#) ou la [gelée royale](#) participent à maintenir une bonne vitalité.

## Ginseng et gelée royale, des actifs riches en nutriments pour votre vitalité

Parfois confondue avec la racine de gingembre, la racine de ginseng est largement utilisée pour ses bienfaits. Cette plante vivace se développe à l'état sauvage dans plusieurs pays asiatiques (Corée, Chine, Japon...). Sa racine est réputée pour être très riche en flavonoïdes mais également en minéraux comme le magnésium. Cette concentration en actifs lui permet de participer à une réduction de la fatigue.

La gelée royale est une substance naturellement produite par les abeilles, afin de nourrir les larves d'une ruche. Ce produit est particulièrement riche en micronutriments - telles que les vitamines du groupe B qui participe à réduire la sensation de fatigue - et en oligo éléments comme le sélénium qui soutient l'immunité et la défense de l'organisme [1]. Grâce à la présence de substances contribuant, entre autres, au maintien du système immunitaire, le ginseng rouge et la gelée royale peuvent participer à maintenir la vitalité générale.

Découvrez notre produit [Ginseng !](#)



Ginseng  
91% of 100  
[\(134\)](#)

Contribue à maintenir énergie et vitalité

[Découvrir](#)

Source :

[1] Présentation et rôle des matières minérales dans l'organisme, [Anses]  
<https://www.anses.fr/fr/content/les-min%C3%A9raux>

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Envoyer un email

Partager

Laboratoire LESCUYER  
EXPERT EN MICRONUTRITION



Notre équipe médico-scientifique est composée de Docteurs es science, Pharmacien, Naturopathe, ingénieurs...

## "Ces articles pourraient vous intéresser



1.

Catégorie Fatigue et énergie ,

### **Nos conseils pour retrouver énergie et vitalité**

17/05/2019

5 minutes de lecture

Une baisse d'énergie doit être considérée avec attention tel un signal d'alarme transmis par notre organisme. Ne laissez pas une fatigue passagère s'installer, réagissez dès les premiers signes !

[Lire la suite](#)



2.

Catégorie Fatigue et énergie ,

### **Le ginseng aide à maintenir énergie et vitalité**

13/08/2018

3 minutes de lecture

Parfois, on se sent plus fatigué. En prenant du ginseng, vous aidez votre organisme à maintenir votre énergie. Découvrez le ginseng !

[Lire la suite](#)



3.

Catégorie Fatigue et énergie ,

## **Compléments alimentaires : le top 3 des actifs pour faire le plein d'énergie cet hiver**

07/03/2019

3 minutes de lecture

Avec les températures qui chutent et les jours qui raccourcissent, l'hiver met l'organisme à rude épreuve. En cette période, les compléments alimentaires sont parfois nécessaires pour rester d'attaque.

[Lire la suite](#)