

Complément alimentaire : pour une meilleure digestion

Publié le 08/08/2018

3 minutes de lecture

Écrit par [Nathalie Ballesteros](#)

[Télécharger en PDF](#) Imprimer

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



La cannelle de Ceylan est un actif souvent utilisé dans [les compléments alimentaires pour la digestion](#). Découvrez ses bienfaits sur l'appareil digestif !

La cannelle, un complément alimentaire favorisant la digestion

Originaire du Sri Lanka, la cannelle de Ceylan est une épice puissante. Elle est utilisée depuis des millénaires dans la médecine traditionnelle chinoise ainsi que dans la médecine ayurvédique. En extrait, en poudre ou en huile essentielle, cette plante est utilisée sous plusieurs formes. L'écorce de cannelle de Ceylan est riche en antioxydants, favorisant la bonne santé générale. Source de manganèse, de fer ainsi que de calcium, la cannelle de Ceylan participe au bon fonctionnement de l'organisme.

Par son action tonifiante, la cannelle de Ceylan stimule les muqueuses gastriques ainsi que les glandes salivaires. Cette double action favorise le confort digestif. Cet actif aide à soulager les spasmes de l'appareil digestif.

Saviez-vous que la cannelle est également reconnue pour ses vertus antifongiques¹? Ses effets sur les champignons et levures en font l'alliée d'une bonne santé digestive.

¹<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1156523305000740>

Partager cette page par e-mail

Votre prénom

Votre nom

Envoyer à

Message

Envoyer un email

Partager



Nathalie Ballesteros

Docteur en pharmacie et naturopathe

La découverte de la micronutrition a été une révélation lui permettant de trouver des solutions les plus adaptées dans la compréhension globale des manifestations. Depuis plus de 20 ans Nathalie Ballesteros prend en charge la formation en micronutrition auprès de nombreux professionnels de santé...