



Solution NO STRESS FLASH

COMPOSITION :

3. 16 mg Niacine (100% AR Vit B3) :

La vitamine B3, est aussi appelée vitamine PP ou niacine. C'est une vitamine hydrosoluble (soluble dans l'eau) qui peut être synthétisée par l'organisme, mais malheureusement en quantité insuffisante.

Comme elle n'est que très peu stockée dans le corps, il faut donc en apporter de façon quotidienne (principalement par la consommation de viandes, poissons et laitages).

La vitamine B3 joue un rôle important dans la libération d'énergie à partir des aliments, mais aussi dans la réduction du cholestérol, la formation du sang et le fonctionnement du système nerveux.



Solution NO STRESS FLASH

COMPOSITION :

4. 50 µg Biotine (100% AR Vit B8) :

La vitamine B8, aussi appelée vitamine H ou biotine est une vitamine hydrosoluble, dont la plus grande partie est produite par le corps, le reste étant apporté par l'alimentation.

Etant donné qu'elle est emmagasinée dans l'organisme en très petite quantité (elle est essentiellement stockée dans le foie, les reins, l'encéphale et les glandes surrénales), un apport quotidien en vitamine B8 est indispensable

La vitamine B8 joue un rôle très important dans l'assimilation et l'utilisation des glucides et des lipides, ainsi que dans la beauté de la peau et des cheveux.