



accueil / nos compléments alimentaires / b12 bio & vegan

1 flacon = 90 comprimés = 3 mois

# B12 Bio & Vegan

★ 4.7 / 5

- Aide au fonctionnement du système immunitaire
- Aide au fonctionnement du système nerveux et des fonctions mentales
- Participe à la réduction de la fatigue

Améliorez votre système nerveux et immunitaire avec la vitamine B12 Biologique et Végan proposée sur la boutique en ligne de Natésis.

19,90€  Ajouter au panier

Livraison offerte dès 55€ d'achats Paiement sécurisé

- 20% sur ce produit avec votre Carte privilège Natésis

PROPRIÉTÉS	COMPOSITION	PROPRIÉTÉS	UTILISATION
------------	-------------	------------	-------------

## Quelles sont ses propriétés ?

La vitamine B12 est une vitamine indispensable à l'organisme. Elle contribue, entre autres, au fonctionnement normal du **système nerveux** et des **fonctions mentales**. La vitamine B12 aide au fonctionnement normal du **système immunitaire**, et participe à la **réduction de la fatigue**.

La vitamine B12 se trouve principalement dans les produits d'origine animale, de fait, une complémentation peut s'avérer nécessaire en cas de régime végétarien, végétalien ou Vegan afin de subvenir aux besoins quotidiens. Notre Vitamine B12 Natésis est obtenue par hydrolyse enzymatique du champignon shiitaké.

### Un complément alimentaire de qualité

Vitamine B12 Natésis® est un complément alimentaire certifié Bio par Ecocert et Vegan par V-Label.

Vitamine B12 Natésis® est :

- Conditionné en flacon en verre brun pour préserver au mieux les actifs
- Formulé sans dioxyde de silicium, et sans arôme chimique
- Non irradié et sans utilisation d'OGM (conformément au mode de production biologique)
- Soumis à un **contrôle qualité très strict** qui permet de garantir un produit de haute qualité.



# Composition



## Ingrédients

- Agent de charge : gomme d'acacia bio\*
- dextrose bio\*
- antiagglomérant : carbonate de magnésium :
- arôme naturel bio d'orange\*
- poudre de thalle de shiitaké bio\* (Lendinus edodes) : vitamine B12 sous forme naturelles de méthylcobalamine, d'adénosylcobalamine et d'hydroxycobalamine

\*Ingrédients issus de l'agriculture biologique :

## Principes actifs

Pour 1 comprimé : Vitamine B12 : 10 µg

## Nos recommandations pour prendre de la Vitamine B12 Natésis

Vous pouvez croquer un comprimé de Vitamine B12 le matin ou le soir. Pour faciliter l'absorption de la vitamine par l'organisme, veillez à la prendre avant ou pendant un repas.

### Comment savoir si vous avez besoin de Vitamine B12 ?

Vous pourriez avoir besoin d'un boost de Vitamine B12 si vous ressentez les symptômes suivants. Ce sont les symptômes associés aux anémies : fatigue, faiblesse, essoufflement, vertiges, palpitations, engourdissements (pieds et mains)... Vous pourriez également constater d'autres symptômes comme la constipation, la perte de mémoire, l'irritabilité ou les troubles de l'humeur. Ces symptômes évoquent un simple déficit. De cette manière, vous pouvez prendre de la Vitamine B12 Natésis pendant 3 mois (= 1 flacon).

D'autre part, si vous avez une carence sévère, elle peut causer des lésions nerveuses, des troubles musculaires, des difficultés motrices, une confusion... On peut souffrir de déficit sans avoir pendant plusieurs années. De ce fait, vous pouvez faire régulièrement des analyses pour vérifier les taux.

### Apports journaliers recommandés en Vitamine B12

Selon l'ANSES, les apports journaliers recommandés en Vitamine B12 sont de 4 µg. Mais le système digestif ayant une capacité limitée à absorber la vitamine B12, les compléments alimentaires sont souvent hautement dosés, afin d'assurer l'apport nécessaire. Il n'existe pas de risque de surdosage en vitamine B12, l'excédent absorbé étant éliminé par les urines.

Notre vitamine **B12 Natésis est dosée à 10 µg par comprimé**. Il est recommandé d'en consommer **1 comprimé par jour**. Ce dosage permet d'apporter la dose nécessaire à un vegan mais pas de lutter contre des carences.

## Bon à savoir

### Conseils d'utilisation

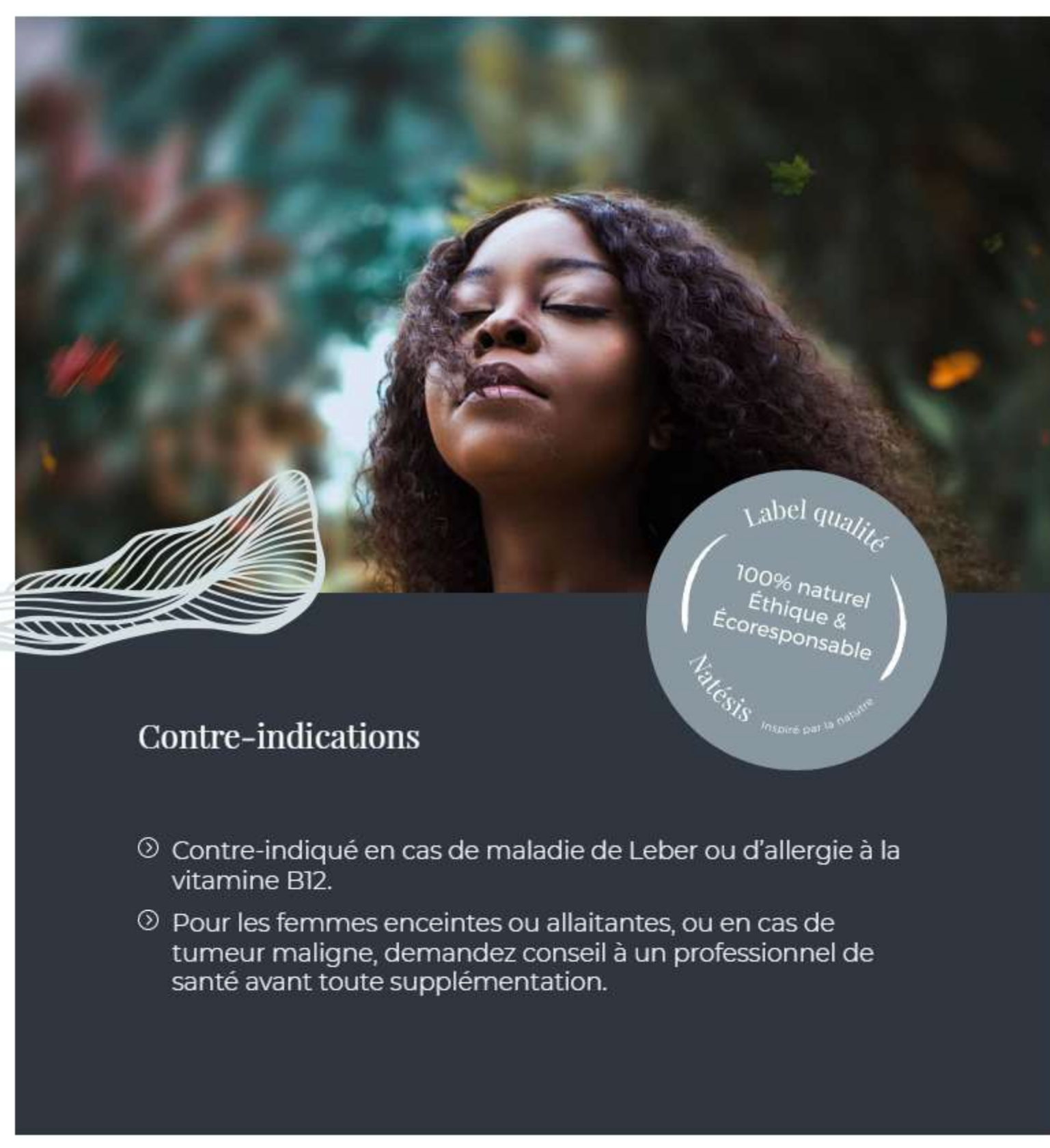
1 comprimé par jour à sucer ou mâcher, de préférence avant un repas. Programme renouvelable de 90 jours.

### Précautions d'emploi

- Ce produit contribue à couvrir les besoins journaliers en vitamine B12 pour un adulte n'ayant pas de déficit d'absorption.
- Contient du sucre.
- Ne peut se substituer à une alimentation variée et équilibrée, et à un mode de vie sain.
- Ne pas dépasser la dose journalière conseillée.
- Tenir hors de la portée des jeunes enfants.
- Conserver à l'abri de la chaleur et de l'humidité.

### Informations produits

Format : 90 comprimés  
Poids net : 48 g  
Packaging : flacon en verre brun



## Contre-indications

- Contre-indiqué en cas de maladie de Leber ou d'allergie à la vitamine B12.
- Pour les femmes enceintes ou allaitantes, ou en cas de tumeur maligne, demandez conseil à un professionnel de santé avant toute supplémentation.

- Quelles sont les propriétés de la vitamine B12 ?
- Dans quels cas une supplémentation en vitamine B12 est-elle recommandée ?
- Peut-on trouver de la vitamine B12 dans les légumes et aliments d'origine végétale ?
- Vitamine B12 : est-il préférable de la prendre le matin ou le soir ?
- Quels sont les aliments riches en vitamine B12 ?
- Comment est obtenue la vitamine B12 vegan Natésis ?
- Quels sont les apports journaliers recommandés en vitamine B12 ?
- Y'a-t-il un risque de surdosage en vitamine B12 ?
- Quels sont les symptômes d'un déficit en vitamine B12 ?

Natésis vous garantit des ingrédients et des principes actifs sélectionnés avec soins



## COMMENTAIRES CLIENT

eKomi

- 5 | 1 comprimé à croquer, le midi, avant le repas. Booste mon énergie ! Et compte sur lui pour renforcer mon immunité ! Le conseille à tous ceux et celles, qui se sentent un peu affaiblis
- 4 | pour les vegan ou ceux qui mangent peu de viande animale
- 5 | Excellent! J'ai cherché, mais je n'ai pas trouvé mieux.
- 5
- 5

## Un petit creux ? Découvrez : Nos recettes Healthy



-15% offerts en vous inscrivant à notre newsletter

e-mail  S'inscrire

En plus des bons plans et des recettes gratuites bénéficiez de 15% de réductions à faire valoir sur votre prochaine commande\* \*offre non cumulable avec d'autres promotions valable 1 fois

### NOS PRODUITS

- Nos compléments alimentaires
- Les packs
- Catalogue Natésis

### LES CONSEILS

- Bienfaits de la nature
- Votre objectif
- Microalgues
- Le Magazine Natésis
- Infographie
- Conseil naturopathe

### ESPACE CLIENT

- Mon compte
- Ma liste d'envie
- Paiements sécurisés
- Livraison

### L'ESPRIT NATÉSIS

- La marque
- Nos engagements
- Contact
- Nous appeler 05 56 47 36 78

