

## LES COMPLEMENTS ALIMENTAIRES

La Directive européenne 2002/46/CE donne une définition officielle du complément alimentaire : « *Les compléments alimentaires sont des denrées alimentaires dont le but est de compléter le régime alimentaire normal et qui constituent une source concentrée de nutriments ou d'autres substances ayant un effet nutritionnel ou physiologique seuls ou combinés...* »

Mais pour aller plus loin...

Les compléments alimentaires peuvent être constitués d'un ou plusieurs actifs :

- ▶ Vitamines & Minéraux : vitamines C, magnésium...
- ▶ Substances à but nutritionnel ou physiologique : oméga 3, acides aminés...
- ▶ Plantes ou préparations de plantes : Passiflore, valériane, harpagophytum...
- ▶ Ingrédients d'origine animale : gelée royale, huile de poisson...
- ▶ Probiotiques et levures : levure de bière, de riz rouge...

Ils sont conditionnés sous différentes formes « galéniques », gélules, comprimés, sirop, ampoules, sachets...

Les compléments alimentaires ne sont pas des médicaments, ils permettent :

- Chez certaines personnes (femmes enceintes, personnes âgées...) d'apporter les éléments indispensables aux besoins spécifiques.
- De prévenir et maintenir une bonne santé, en éliminant ou diminuant les inconforts du quotidien (Cholestérol, ostéoporose...)
- D'éviter certains désagréments de la vie quotidienne chez des sujets sains, comme le stress, les douleurs articulaires ou les problèmes de sommeil...

La Pharmacie Homéopathique Générale s'engage à respecter le sacro-saint triptyque :

1. QUALITE : nos actifs sont de qualité supérieure et d'origine naturelle.
2. EFFICACITE : Tous nos actifs sont choisis pour leur efficacité, par exemple la PHG exige pour le Griffonia une teneur en 5HTP de 30% minimum, une teneur minimum de 25% en vitamine C pour l'Acérola.
3. SECURITE : nos actifs font tous l'objet de contrôle rigoureux, recherche de contaminants (pesticides, métaux lourds...) et d'analyses microbiologiques (absence de germes pathogènes).

La PHG s'engage à vous proposer une gamme de complément alimentaire pour répondre aux maux quotidiens de tous. Nos gélules sont 100 % végétales, sans gluten, sans dioxyde de titane.

