

# SÉRÉNITÉ MENTALE & SOMMEIL

Repos du corps et paix de l'esprit, 2 essentiels à la vitalité



Expert par passion en Produits de Santé Naturels

# Sérénité mentale et sommeil, 2 piliers essentiels de l'homéostasie.

## Un facteur de santé n'en remplace pas un autre !

Aux côtés de l'**alimentation** et de l'**activité physique**, l'équilibre de l'individu doit intégrer un **sommeil** réparateur ainsi que la **sérénité mentale** pour une bonne gestion du stress.

L'état anxieux, les troubles du sommeil, la charge mentale, le burn out ont des conséquences sur le corps, l'esprit et les émotions. La micronutrition et la phytothérapie apparaissent alors comme des alliées pour l'accompagnement de ces troubles.

## L'importance du sommeil pour la santé

**La qualité du sommeil est une condition incontournable pour préserver notre santé psychique et physique.** Les hormones y jouent un rôle prépondérant en régulant l'endormissement et les différents cycles. C'est le cas de la mélatonine qui se libère dans l'obscurité pour favoriser le sommeil. Cependant, une trop grande quantité de cortisol va engendrer l'effet inverse.

Directement lié aux hormones, le sommeil favorise leur production. **C'est notamment le cas de l'hormone de croissance. Essentielle chez les enfants, elle est également responsable de la réparation des tissus chez les adultes.** Sécrétée durant les premières heures de sommeil par le système immunitaire, elle induit un processus de régénération cellulaire. Toute l'énergie du corps est dédiée à cette activité qui connaît un pic lors du sommeil profond.

## Le stress et son incidence sur le corps

**Qu'il soit physique ou émotionnel, le stress est source d'une baisse de pH.** Il occasionne en effet une surproduction de glucose sanguin via l'adrénaline. Avec les cellules envahies de glucose, l'organisme dégrade ce dernier en acidifiant les tissus de ions hydrogène. Le reste du glucose mal dégradé va alors devenir de l'acide lactique.

**Synonyme d'une montée du niveau de cortisol, le stress peut avoir de graves conséquences sur l'organisme.** Il occasionne notamment une hyper-activation des émotions et des troubles anxieux. En affectant la neuroplasticité du cerveau, **un stress important diminue la production de neurones.** Particulièrement sollicitée, la région de l'hippocampe voit ses fonctions cognitives et de mémorisation se détériorer lorsqu'il devient chronique.

Sur le plan physique, il n'est pas rare de voir apparaître divers symptômes comme des palpitations cardiaques, des tensions et une fatigue récurrente.

Si l'oxydation cellulaire est un processus inévitable et normal, certains facteurs environnants et notamment le stress chronique, peuvent l'accentuer ou l'accélérer. Les conséquences d'une oxydation cellulaire excessive sont préjudiciables et peuvent être à l'origine de maladies chroniques. **L'ADN et les membranes cellulaires peuvent être endommagés** et induire des dysfonctionnements graves.

## Le VENTRE notre 2<sup>ème</sup> CERVEAU



**Avec pas moins de 200 millions de neurones, le ventre est considéré comme un second cerveau.**

Le système nerveux entérique affiche une constitution similaire avec la moelle épinière et gère le système digestif en toute autonomie.

Essentiel au système immunitaire, il joue un rôle protecteur grâce à la production d'anticorps. Il retient ainsi les mauvais nutriments tout en laissant passer les bons. Il convient cependant de prendre soin de son microbiote pour éviter la dysbiose intestinale.

Elle peut causer un déséquilibre et une hyperperméabilité source de différents troubles aigus ou chroniques de l'intestin.

Le système entérique participe également à la gestion des émotions en produisant une grande quantité de sérotonine. Un dysfonctionnement peut conduire à des troubles psychiques.

# Un cerveau en pleine forme !

## La sérénité mentale grâce à l'équilibre des neurotransmetteurs :

Les neurotransmetteurs sont des composés naturels chimiques qui interviennent au niveau du cerveau pour transmettre des messages entre les neurones. Ils jouent un rôle essentiel dans la régulation des fonctions mentales et du système nerveux. Un dérèglement de production de neurotransmetteurs (déficit ou excès) peut également entraîner des symptômes touchant différents systèmes du corps. En effet, si l'organisme est incapable de répondre correctement au stress, il mettra en place des phénomènes compensatoires, au détriment du fonctionnement de différents organes.

## Notre gamme NEUROTRANSMETTEUR en partenariat avec Olivier Madelrieux



### ACETYREL

Contient de la choline et de l'Acétyl L-carnitine, précurseurs de l'acétylcholine, neurotransmetteur indispensable pour la mémoire, la concentration et la coordination.

### DOPAREL

Contient de la L-tyrosine et de la L-phénylalanine, précurseurs de la dopamine, neurotransmetteur du plaisir, ainsi que du safran pour favoriser l'état de bien-être.

### SEROTOREL

Contient du tryptophane, précurseur de la sérotonine, neurotransmetteur indispensable à la sécrétion de mélatonine, permettant la sérénité et l'endormissement.

### GABAREL

Contient du GABA et de la L-Glutamine, précurseur du Gaba, neurotransmetteur de l'humeur impliqué dans la régulation du stress et de l'anxiété.

## Partenariat



**OLIVIER MADELRIEUX**  
Docteur en pharmacie  
et coach mental  
spécialiste des  
neurotransmetteurs

Le Laboratoire SANTAREL a développé avec le renommé Docteur en pharmacie et coach mental spécialiste des neurotransmetteurs, **Olivier MADELRIEUX**, une gamme de **4 produits spécifiquement orientés sur ces messagers du corps**. Les ingrédients sélectionnés pour composer nos formules ont pour objectif d'atténuer les troubles des fonctions physiologiques qui résultent d'un déficit en **sérotonine, dopamine, gaba ou acétylcholine**.

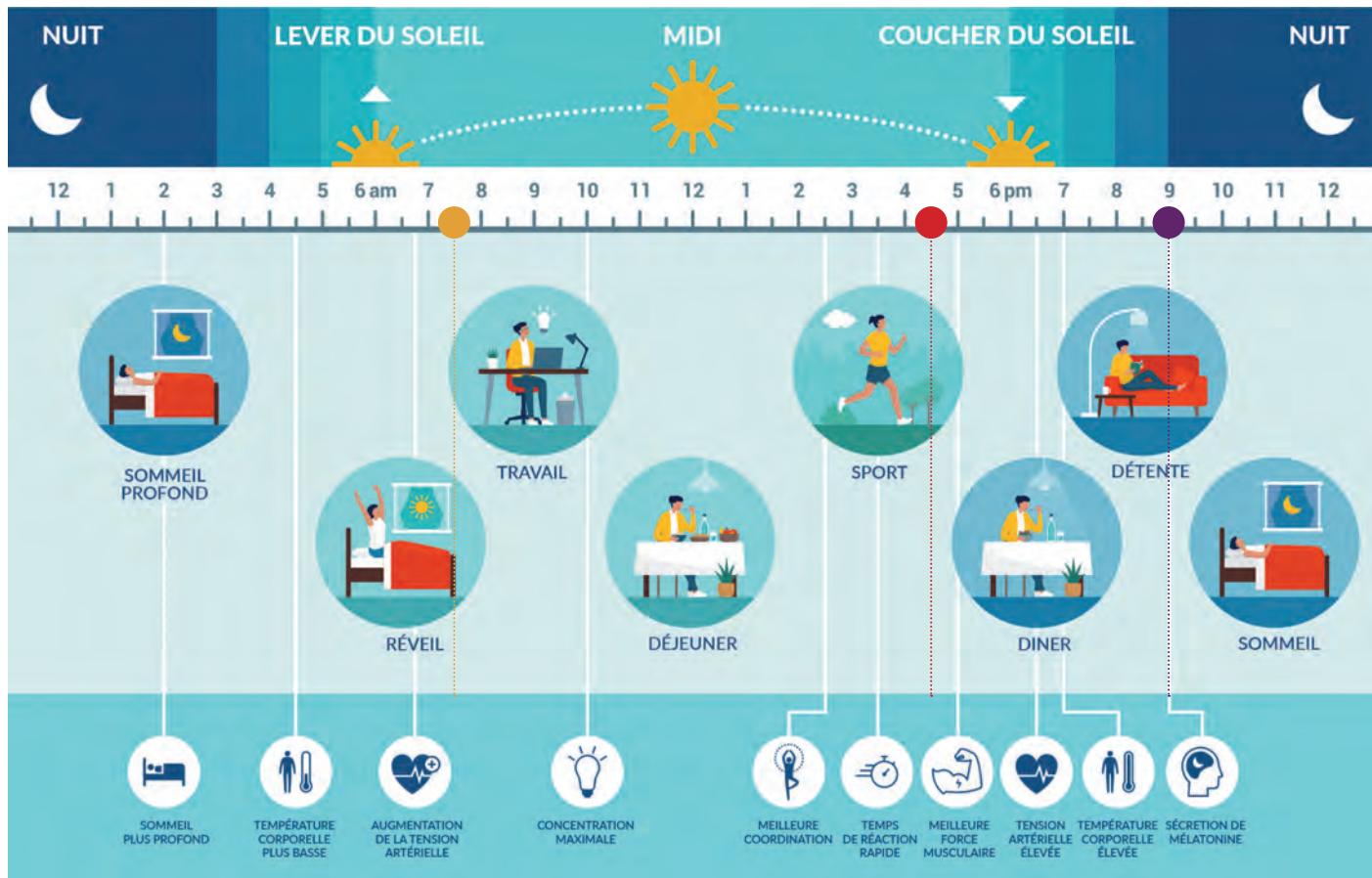
Grâce à l'accompagnement d'experts reconnus, **Le Laboratoire SANTAREL prend à cœur la recherche et l'innovation**. Il propose de nouvelles synergies répondant aux réels besoins quotidiens des consommateurs.



# Cadence & Interdépendance

## Le cycle circadien, à chaque fonction son tempo et son besoin.

Le cycle circadien est en quelque sorte l'horloge interne du corps humain. Ce rythme biologique intégré prenant la forme d'un cycle d'environ 24 heures régit bon nombre de processus physiologiques, notamment le sommeil, la température corporelle, l'alimentation ou la sécrétion de cortisol... Son équilibre est primordial pour l'homéostasie et dans la prévention de la maladie.



7h30

Sécrétion de la dopamine



ACETYREL

Équilibre de l'acétylcholine qui favorise la concentration et la mémoire à court terme



DOPAREL

Équilibre de la dopamine, hormone du plaisir du bonheur qui favorise la motivation



60 gélules  
27€

16h30

Sécrétion de la sérotonine



SEROTOREL

Équilibre de la sérotonine, hormone de la sérénité qui favorise la détente et le sommeil



60 gélules  
27€

19h

Sécrétion de la mélatonine



GABAREL

Équilibre du gaba qui favorise l'humeur stable et apaise les tensions



90 gélules  
39€



NUITAREL

Mélatonine végétale  
Réduction du temps d'endormissement  
Normalisation du sommeil



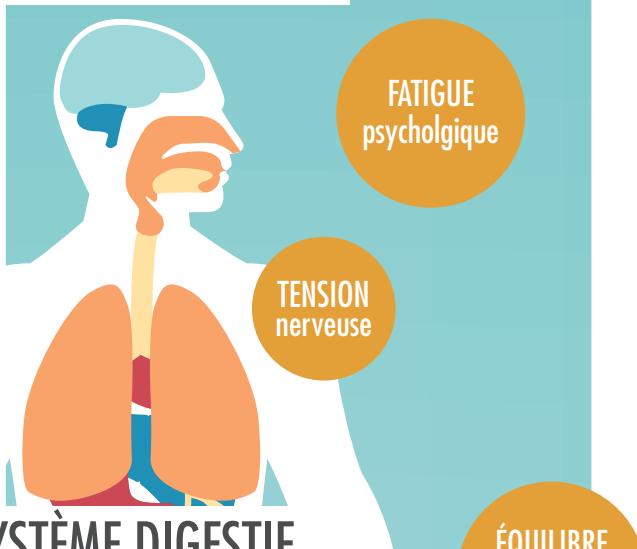
60 gélules  
29€

# Nos différents systèmes fonctionnent de manière interdépendante...

## Impacts et réaction en chaîne du déséquilibre.

Nos différents systèmes fonctionnent de manière interdépendante et sont nécessaires au fonctionnement normal du corps humain. Par principe de réaction en chaîne, **notre hygiène de vie peut impacter et dégrader bon nombre de processus essentiels**. Système nerveux, digestif, locomoteur et immunitaire sont particulièrement impactés lorsque sommeil et sérénité mentale ne sont pas à l'équilibre.

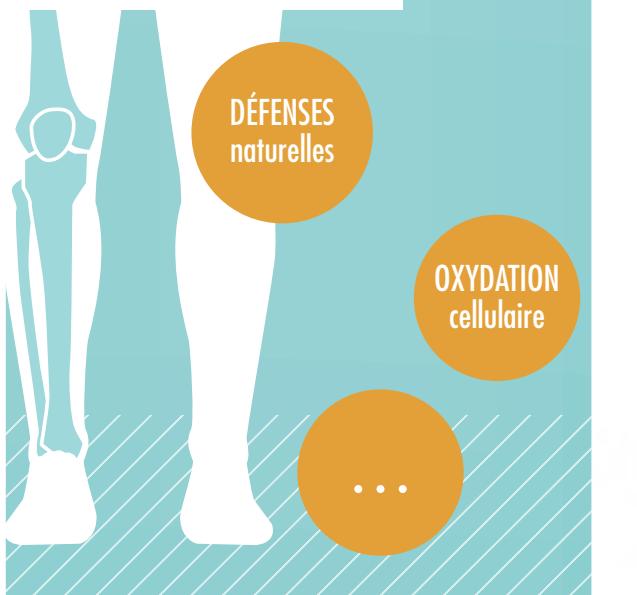
### SYSTÈME NERVEUX



### SYSTÈME DIGESTIF



### SYSTÈME IMMUNITAIRE



#### TILLEUL - GEMMO

Diminution des tensions nerveuses Sommeil

**20€**



#### FIGUIER - GEMMO

Confort digestif Gestion de la nervosité

**20€**

#### POSITIREL

Résistance physique et mentale Réduction du stress négatif

90 gélules  
**34€**



#### ZENIREL

Humeur normale et équilibrée. Relaxation optimale et sommeil de qualité

90 gélules  
**28€**

#### BASIREL

Équilibre Acido-Basique Fonction hépatique, biliaire et urinaire Elimination

60 comprimés  
**19€**



#### CHLOROPHYREL

Chlorophylle magnésienne titrée à 95% d'origine végétale

90 gélules  
**29€**



#### L-Glutamine

Corrige les problèmes de porosités au niveau de l'intestin. Idéal pour les sportifs

15 sachets  
**28€**



#### CELLUREL

Protection et renouvellement cellulaire Immunité

60 gélules  
**37€**



#### DYNAMIREL+

Défenses naturelles Résistance de l'organisme

10 ampoules  
**27€**



#### MAGNEREL

Carence en magnésium Système immunitaire Système nerveux

90 gélules  
**24€**



Conforme à la norme européenne antidopage NF EN 17444 et au programme SPORT Protect. Garanti par un organisme tiers et indépendant - [www.sport-protect.org](http://www.sport-protect.org)

# SANTAREL

## PARTENAIRE DES PRATICIENS DE SANTÉ NATURELLE

ENTREPRISE  
FRANÇAISE

Depuis sa création en 2015, le Laboratoire SANTAREL fédère des médecins, thérapeutes, naturopathes et spécialistes aux compétences variées, engagés et passionnés par les Produits de Santé Naturels. Bénéficiant d'une expérience de plus de 20 ans dans le domaine des compléments alimentaires, nos équipes conçoivent des produits formulés à partir d'ingrédients d'origine naturelle et actifs de haute qualité. Tous se retrouvent autour d'un objectif commun : **Apporter des solutions de nutrition naturelles et de qualité.** En étroite collaboration avec les professionnels de santé, nous mettons tout en œuvre pour accompagner les besoins de chacun.

**Nous sélectionnons toutes les matières premières selon les référentiels de la réglementation en vigueur** : absence de tests sur les animaux, contaminants (pesticides, métaux lourds, mycotoxines) et solvants résiduels. **Nous privilégions la qualité et la sécurité : label EPAX** pour les huiles de poisson, fabrication française, ingrédients **sans OGM, sans gluten** et d'origine naturelle dès que cela est possible.

Tous les lots de produits finis font l'objet d'une analyse microbiologique libératoire réalisée selon les référentiels alimentaires. **L'ensemble des compléments alimentaires est fabriqué en France et est déclaré auprès de la DGAL** pour une parfaite transparence selon la réglementation en vigueur.



Accueil du lundi au vendredi de 9h à 18h  
Tél. : 02 78 98 5000 - [contact@santarel.com](mailto:contact@santarel.com)



Un site dédié aux particuliers

**santarel.com**

Accès sécurisé 24/24 - 7 jours sur 7

Retrouvez l'ensemble de la gamme des produits et effectuez vos commandes



Un site dédié aux professionnels

**santarelpro.com**

Accès sécurisé 24/24 - 7 jours sur 7

Retrouvez toute l'actualité du laboratoire : Fiches techniques produits, Webinaires, Bon de commande de notre gamme...

**SANTAREL - SAS PBO**

455 rue Georges Bellenger - 27930 GUICHAINVILLE - RCS : Évreux B 813 140 001