

UNE ALIMENTATION ADAPTÉE À MA GROSSESSE

JE PRIVILÉGIE

Un modèle alimentaire crétois



J'ÉVITE

L'alcool & la caféine
Thon rouge et tout poisson cru



JE LIMITE

Les aliments industriels
Les sucreries et tous les sucres
simples



JE CHOISIS

Des aliments riches en Omega-3



Je favorise les produits riches en micro et macro-nutriments de qualité

L'alimentation joue un rôle essentiel dans le bon déroulement d'une grossesse. Le développement du fœtus nécessite un apport plus important en micro et macro-nutriments.

LES MACRO-NUTRIMENTS

LIPIDES

Les lipides permettent d'élaborer le système nerveux du bébé.

GLUCIDES

Les glucides sont le principal carburant de notre corps et de notre cerveau mais sont également essentiels au bon développement de votre bébé.

PROTÉINES

Les protéines permettent de reconstruire les tissus de notre organisme mais créent aussi les tissus du fœtus et du bébé en devenir.

UNE ALIMENTATION ADAPTÉE À MA GROSSESSE

Les jeunes femmes enceintes ou qui souhaitent procréer présentent souvent des carences en micronutriments. Il est donc essentiel d'apporter à l'organisme des éléments nutritifs tout en veillant à ne pas dépasser les doses recommandées pour ne pas éprouver d'effets indésirables.

RECOMMANDATIONS

Associé à une alimentation saine et équilibrée, l'apport de micro-nutriments dans l'organisme permet d'assurer le bon développement du fœtus et de vivre une grossesse sereine.



LAB Premium

LAB Premium apporte des vitamines du groupe B qui contribuent au fonctionnement du système immunitaire.

> Scannez le QR code pour voir le produit en ligne



Vitamine D3 Végétale 400UI

La vitamine D3 végétale contribue à la croissance osseuse normale et au développement du système immunitaire chez l'enfant.

> Scannez le QR code pour voir le produit en ligne



Fer B9

Le fer aide à réduire la fatigue ressentie lors de la grossesse. Il contribue au développement cognitif normal des enfants.

> Scannez le QR code pour voir le produit en ligne



OptiMega Trio

OptiMega Trio apporte des Omega-3 qui contribuent au développement normal du cerveau et des yeux du fœtus et de l'enfant allaité.

> Scannez le QR code pour voir le produit en ligne

