|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **GESTARELLE G+ GESTARELLE 3G+** Accompagnement des femmes dès le **désir** d’enfant, pendant toute la **grossesse** et pendant **l’allaitement** | | | | | | |
|  |  | **1 CAPSULE** | **% VNR\*** |  |  |  |
| **9 VITAMINES** Micronutriments> vitamines | **VITAMINE B1** | 1,1 mg | 100 | Thiamine |  |  |
| **VITAMINE B2** | 1,4 mg | 100 | Riboflavine |  |  |
| **VITAMINE B5** | 6 mg | 100 | Acide pantothénique |  |  |
| **VITAMINE B6** | 1,4 mg | 100 | Pyridoxine |  |  |
| **VITAMINE B8** | 50 µg | 100 | Biotine | **RISQUES** | **BIENFAITS** |
| **VITAMINE B9** | 400 µg | 200 | Acidefolique **•** Essentiel au processus de division cellulaire  *→ 1 femme / 10 en âge de procréer présente une carence en acide folique* → Baisse des folates sériques quasi constante au cours de la grossesse | En cas de carence : Risques d’Anomalies de Fermeture du Tube Neural = Fermeture inadéquate de la colonne vertébrale pendant le développement embryonnaire   ➔ 5 / 10 000 naissances en France  ➔ 330 000 naissances /an dans le monde | ➔ **AMM à 400 μg/j dans la prévention des AFTN** (Spéciafoldine®) - Prévient les AFTN du fœtus en développement  (anencéphalie, encéphalocèle, spina bifida, bec de lièvre)  - Permet la **croissance des tissus maternels** pendant la grossesse  - Contribue au **fonctionnement** normal **du système immunitaire**  • **PRESCRIPTION** **SYSTÉMATIQUE** en cas de désir de grossesse  (1 mois avant la conception et jusqu’à 3 mois après le début de la grossesse) |
| **VITAMINE B12** | 0,4 µg | 16 | Cyanocobalamine |  |  |
| **VITAMINE D** | 15 µg | 300 | Cholécalciférol **•** Synthétisée par la **peau** grâce à l’**exposition solaire**  **•** Permet l’**absorption du calcium**   → ***80%*** *de la population* ***manque*** *de* ***Vitamine D*** Attention au risque de carence à partir du 6ème mois | | - Participe à la construction du **squelette**, et au au maintien d’une ossature normale  - Participe au développement du **système immunitaire** et du **système nerveux**. |
| **PRESCRIPTION**  • Soit une dose unique de 100 000 UI au 7ème mois (Uvédose) • Soit un apport quotidien de 15 μg/j (**GESTARELLE**)  (Équivalent à 150 000UI sur toute la durée de la grossesse) |
| **VITAMINE E** | 12 mg | 100 | Tocophérol |  |  |
| **4 MINERAUX** Micronutriments>oligo-éléments | **FER** | 14 mg | 100 | **•** Contribue à la formation normale de **globules rouges** et d’**hémoglobine** **• Transport** et réserve d’**oxygène •** Contribue à **réduire la fatigue**  → ***50%*** *des femmes enceintes sont* ***carencées*** *en* ***fer*** *(Dosages sériques à surveiller)* | | **- Prévient** **l’anémie** chez la maman  L’anémie pendant la grossesse augmente le risque de prématurité, de mortalité périnatale et d’hypotrophie fœtale |
| **Bisglycinate de fer vs sulfate de fer**  (ancienne formule **GESTARELLE G** et Tardyferon®)  • Meilleure absorption • Meilleure tolérance • Pas d'effet oxydant |
| **SÉLÉNIUM** | 55 µg | 100 | • Puissant anti-oxydant  • Assurant la production des hormones thyroïdiennes ➔ Favorise la croissance fœtale | | - Diminue le stress oxydatif  → Le stress oxydatif pendant la grossesse est associé à des risques de fausses couches, de prééclampsie et de diabète gestationnel |
| **CUIVRE** | 1000 µg | 100 |  |  |  |
| **IODE** | 150 µg | 100 | **•** Contribue à une fonction thyroïdienne normale  **•** Contribue à la production normale d’hormones thyroïdiennes | |  |
| **OMÉGA3** | **HUILE DE POISSON -** dont **Oméga 3**  - dont DHA  - dont EPA | **386,4 mg** - **246 mg**   - 200 mg   - 25 mg | - | **•** Participe à de nombreux processus (cardiovasculaire, cerveau, rétine)  → **DHA** Acide docosahexanoïque  → **EPA** Acide eicosapentanoïque | | - Développement: • du **cerveau** du fœtus  • des **facultés cognitives** de l’enfant pendant l’**allaitemen**t • des **facultés visuelles** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **FORMES et PRÉSENTATIONS** | **GESTARELLE G+ :**  → Boite de 30 **CAPSULES**  → PVC **~20€** | **GESTARELLE G3+** :  → Boite de 90 **CAPSULES**  → PVC **~40€** |  |
| **CONSEILS D’UTILISATION** | **1 capsule par jour  -** au cours du repas À utiliser en complément d’une alimentation variée et équilibrée et d’un mode de vie sain. | |
| **PRÉCAUTIONS D'EMPLOI** | En cas de prise de Lévothyroxine, prendre **GESTARELLE G+/G3+** à distance de plus de 2 heures. | |