

Communiqué de presse, le 15 juin 2021.

Fin des vacances, retour au travail ou à l'école, et changement de saison avec les jours qui raccourcissent peu à peu... Le stress de la rentrée peut être lié à différentes problématiques, dont un déséquilibre chimique des neurotransmetteurs régulant nos humeurs. C'est pourquoi le laboratoire Nutergia élargit sa gamme Détente & Relaxation avec une toute nouvelle synergie à base de plantes relaxantes, du neurotransmetteur GABA et de cofacteurs : *ERGYRELAX*.

Le GABA, neurotransmetteur inhibiteur majeur

Le **GABA** fait partie, avec la sérotonine et la dopamine, des 3 principaux **neurotransmetteurs agissant sur le cerveau et sur nos humeurs** : 40 % des synapses neuronales du corps humain utilisent le GABA. De son nom complet acide gamma-aminobutyrique, le GABA est le **principal neurotransmetteur inhibiteur du système nerveux**. Il ralentit les stimuli qui circulent entre les neurones, qui sont alors moins excités. Le GABA est donc particulièrement connu pour **son rôle calmant et apaisant**. Son action inhibitrice des messages nerveux se traduit également par **un effet décontractant sur les muscles**.

GABA, anxiété et relaxation

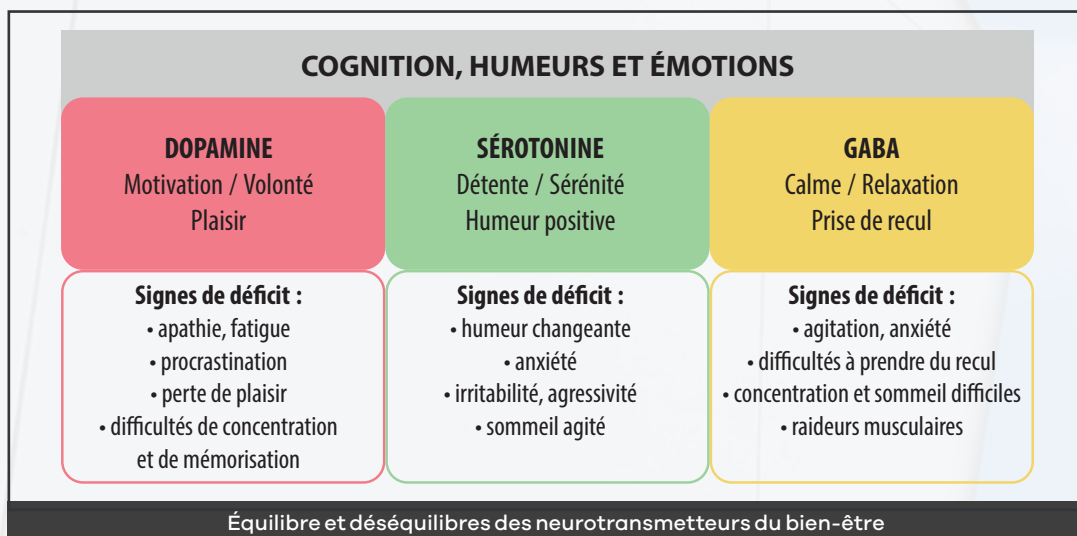
Le GABA est donc l'un des principaux neurotransmetteurs impliqués dans **les états d'anxiété**. Plusieurs études ont ainsi mis en évidence **qu'une supplémentation en GABA** pourrait :

- Avoir des effets relaxants et réduire l'anxiété^[3]
- Réduire le stress et la fatigue^[4]
- Améliorer la qualité du sommeil et la vitesse d'endormissement^[5]



LE SAVIEZ-VOUS ?

De nombreux médicaments anxiolytiques et antidépresseurs, notamment les benzodiazépines, **agissent via une modulation des récepteurs au GABA** ^[6] !



Le GABA au coeur de l'axe intestin-cerveau

Des études ont démontré la présence de **récepteurs au GABA dans l'appareil digestif**^[7]. Il existe par ailleurs un lien entre **la composition du microbiote intestinal** et les niveaux de GABA dans l'organisme^[8]. En effet, différentes bactéries du microbiote peuvent directement produire ou consommer du GABA. Ainsi, des altérations du microbiote peuvent modifier le statut en GABA. De plus, une récente étude a dévoilé le mode d'action d'une bactérie probiotique utilisée dans le traitement symptomatique des douleurs du syndrome de l'intestin irritable^[9] : il passerait par **la production de GABA** !

Références

- [1] Petroff OA. GABA and glutamate in the human brain. *Neuroscientist*. 2002 Dec;8(6):562-73.
- [2] "GABA and glutamate: The balancing act of the nervous system" The NEI Connection, posté le 09.07.2013 <https://neuroendocrine.wordpress.com/2013/07/09/gaba-and-glutamate-the-balancing-act-of-the-nervous-system/>
- [3] Abdou AM, et al. (2006). Relaxation and immunity enhancement effects of gamma-aminobutyric acid (GABA) administration in humans.
- [4] Yoto A, et al. (2012). Oral intake of gamma-aminobutyric acid affects mood and activities of central nervous system during stressed condition induced by mental tasks.
- [5] Byun J-I, et al. (2018). Safety and efficacy of gamma-aminobutyric acid from fermented rice germ in patients with insomnia symptoms: A randomized double-blind trial
- [6] Jembrek MJ, Vlainic J. « GABA Receptors: Pharmacological Potential and Pitfalls. » *Curr Pharm Des*. (2015).
- [7] Auteri M, et al. « GABA and GABA receptors in the gastrointestinal tract: from motility to inflammation. » *Pharmacol Res*. (2015).
- [8] Strandwitz P. Neurotransmitter modulation by the gut microbiota. *Brain Res*. (2018).
- [9] Pérez-Berezo, T. et al. Identification of an analgesic lipopeptide produced by the probiotic *Escherichia coli* strain Nissle 1917. *Nat Commun* (2017).

Nouveauté : **ERGYRELAX**

ERGYRELAX est la toute nouvelle synergie formulée par le laboratoire Nutergia, qui vient compléter sa **gamme Détente - Sommeil - Relaxation**.



ERGYRELAX associe de façon exclusive :

- ▶ Un neurotransmetteur majeur pour le système nerveux, **le GABA**
- ▶ Des **plantes relaxantes** : valériane et eschscholtzia
- ▶ Des **cofacteurs vitaminiques** du groupe B : vitamines B3, B6 et B9
- ▶ Des **oligoéléments** : magnésium, cuivre et zinc



2 gélules par jour, au cours du repas.



Sans colorant, sans conservateur.

Pot de 60 gélules
Prix de vente Public
Conseillé (TTC) : 19 €

Disponible en pharmacie à partir du 1er septembre 2021

Les bienfaits de la formule

La **valériane** est apaisante et relaxante. Tout comme l'**eschscholtzia**, elle contribue à une **relaxation optimale**, tout en aidant à faire face calmement au stress d'un mode de vie intense. Ces 2 plantes contribuent au bien-être physique et mental. L'**eschscholtzia** améliore **la qualité du sommeil naturel**.

La formule est complétée par l'ajout de **magnésium et de vitamines B3 et B6**, qui participent au fonctionnement normal du système nerveux.



QUAND ET POURQUOI ?

- ▶ Pour une relaxation optimale
- ▶ Pour le bien-être physique et mental
- ▶ Pour un sommeil de qualité

À propos du laboratoire Nutergia

Le **laboratoire expert en micronutrition** conçoit, produit et distribue des compléments alimentaires depuis 1989, dans le **respect de la santé** de l'individu et de la **naturalité des principes actifs**.

Éducateur de santé, Nutergia forme chaque année des centaines de professionnels de santé au concept de **Nutrition Cellulaire Active®**.

Implantée sur son territoire d'origine, en **Aveyron**, l'entreprise s'inscrit dans une démarche RSE avec pour exigence prioritaire de **minimiser son impact environnemental**.



Contacts Presse

Agence COMM Santé : Amélie TESTA - amelie.testa@comm-sante.com - 06 31 86 94 26
Laboratoire Nutergia : Catherine DUBISSON - relations-publiques@nutergia.fr - 06 11 66 79 46