

Le magnésium, l'allié anti-fatigue : Nutergia anticipe le stress de la rentrée en proposant 2 formules adaptées



Communiqué de presse, le 21 juin 2024.

Après la pause estivale, le retour au quotidien peut souvent générer du stress, de la nervosité, parfois même un sommeil perturbé et un gros coup de fatigue. Pour retrouver l'équilibre sereinement, le micronutriment à privilégier est le magnésium ! Avec ERGYMAG, une formule riche en magnésium, et ERGYCALM, à base de magnésium et de plantes relaxantes, deux solutions du laboratoire Nutergia, la rentrée sera plus zen.

Fatigue et stress, le réflexe magnésium

Le magnésium est souvent associé au manque de sommeil et au stress. Il contribue à réduire la fatigue et participe au bon fonctionnement du système nerveux. Une baisse du statut en magnésium est même associée à diverses manifestations : nervosité, irritabilité, difficultés à se concentrer, difficultés d'endormissement... Son effet bénéfique sur les fonctions psychologiques est reconnu. En cas de signes évocateurs, il est possible de se supplémenter en magnésium.

Quand a-t-on besoin de magnésium ?

Le manque de magnésium affecte les nerfs, les muscles et l'humeur, et se manifeste par des signes d'hyperexcitabilité neuromusculaire.

En résumé, dans quels cas se supplémenter en magnésium ?

- Fatigue physique et mentale, sans énergie.
- Difficultés de concentration, humeur changeante.
- Stress, surmenage.
- Contractures musculaires, tressautements de la paupière, faiblesse musculaire.
- Situation particulière avec des besoins accrus : grossesse, période de croissance, changement de saison, activité sportive intense...

ERGYMAG : du magnésium pour lutter contre la fatigue et le stress



Adultes : 2 à 3 gélules par jour.
De 6 à 18 ans : 2 gélules par jour.
Pendant 1 à 3 mois.

**3 gélules = 80 % des apports
de référence en magnésium**

Bien plus que du magnésium, **ERGYMAG** est aussi une formule unique désacidifiante associant :

4 formes de magnésium

- citrate de magnésium,
- carbonate de magnésium,
- bisglycinate de magnésium,
- magnésium marin.

**Pour une assimilation
optimale du magnésium
et une bonne tolérance
digestive.**

Zinc

Le zinc contribue à un
métabolisme acido-
basique normal.

**Pour désacidifier
et rééquilibrer
le pH de l'organisme.**

Vitamines du groupe B

Les vitamines B1, B2, B3,
B5, B6 et B8 contenues
dans ERGYMAG partici-
pent à un **métabolisme
énergétique** normal. Elles
contribuent au fonctionne-
ment normal du système
nerveux.

ERGYMAG existe en 3 formats :

► À emporter partout :
Pot de 45 gélules.
Prix de vente Public
Conseillé (TTC) : 14,90 €.
EAN : 3664524000112

► Le format idéal pour 1 mois :
Pot de 90 gélules.
Prix de vente Public
Conseillé (TTC) : 21,90 €.
EAN : 3664524000129

► Le format familial ou
pour 3 mois :
Pot de 180 gélules.
Prix de vente Public
Conseillé (TTC) : 38,90 €.
EAN : 3664524000198

Les plantes, une solution naturelle contre le stress

La nature nous offre son lot de plantes apaisantes et relaxantes, pour nous aider à retrouver naturellement un peu de calme et de détente dans les périodes de stress et de tension nerveuse... Propriétés calmantes, capacités sédatives, action apaisante sur le système nerveux, leurs effets ont été largement démontrés.

Les associer à des oligoéléments catalyseurs des réactions biochimiques de l'organisme permet de décupler les effets de leurs principes actifs et leurs actions bénéfiques !

ERGYCALM, plantes et magnésium pour calmer et détendre



10 à 20 ml par jour à diluer
dans 1 verre d'eau (150 ml).

ERGYCALM est une **solution phytominérale** associant :

- des **oligoéléments**, d'origine marine : concentré d'eau de mer désodé + extrait français d'algue lithothamne,
- du **magnésium** qui contribue à des fonctions psychologiques normales et aide à réduire la fatigue,
- une sélection de **3 plantes aux vertus apaisantes**.

La **ballote** favorise la détente et contribue à réduire la nervosité notamment en cas de problèmes mineurs du sommeil.

L'**aubépine** est traditionnellement utilisée pour réduire la tension nerveuse et reconnue pour aider à diminuer l'irritabilité.

La **mélisse** soutient la relaxation et le bien-être physique et mental.

Flacon de 250 ml.
Prix de vente Public
Conseillé (TTC) : 18,90 €.
EAN : 3401578036991

- Plantes issues de l'**agriculture biologique**.
- Nouveau goût.
- Sans alcool, sans sucre, sans édulcorant, sans arôme artificiel.



ERGYCALM est un produit de la gamme **PHYTOMINÉRAUX** de Nutergia qui est membre **1% for the Planet** et à ce titre reverse 1 % de son chiffre d'affaires à des associations environnementales.

À propos du laboratoire Nutergia

3^e laboratoire français de compléments alimentaires en pharmacie, Nutergia 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**.

Expert en micronutrition et éducateur de santé, Nutergia forme chaque année des milliers 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 23
Laboratoire Nutergia : infos@nutergia.fr - 05 65 64 71 51