

## NOTICE QUATRAL

QUATRAL contient 1 comprimé contenant les vitamines C et E, du sélénium, du zinc et des bio-flavonoïdes. Chaque cellule de notre corps a besoin de ces vitamines et minéraux pour fonctionner de manière optimale, et améliorer ainsi considérablement la qualité de vie.

Les bio-flavonoïdes sont des antioxydants extraits naturels d'agrumes.

Beaucoup de vitamines, de minéraux et d'oligo-éléments sont impliqués dans les mécanismes de défense de l'organisme, certains sont plus précieux que d'autres. C'est le cas notamment de la vitamine C, du sélénium ainsi que du zinc qui contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire alors que la vitamine C en plus de la contribution au fonctionnement normal du système immunitaire réduit la fatigue et assure un métabolisme énergétique normal. Il faut également citer la vitamine E qui contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

La vitamine E, la vitamine C, le sélénium et le zinc sont des nutriments qui permettent à l'organisme de se défendre.

Les cellules du corps humain forment chaque jour une certaine quantité de radicaux libres. En outre, la production de radicaux libres est augmentée et/ou accélérée par le tabac, l'alcool, une alimentation déséquilibrée ou riche en graisses, le stress temporaire, la pratique intensive d'un sport, la pollution atmosphérique, les rayons UV et le vieillissement.

Les radicaux libres ont une fonction physiologique mais ils endommagent les cellules s'ils sont présents en trop grande quantité. Ils sont responsables des phénomènes de vieillissement ainsi que de l'oxydation accélérée du cholestérol LDL.

Une alimentation riche en sélénium, en vitamine C, en vitamine E et en zinc, permet au corps de mieux résister à ces facteurs externes très fatigants pour l'organisme, car ces vitamines et minéraux contribuent à protéger les cellules contre le stress oxydatif.

### **Comment connaître les bons dosages?**

Notre alimentation est parfois pauvre en certains éléments essentiels (par exemple en sélénium et en zinc).

Certaines situations exigent un apport supplémentaire de vitamines (le fumeur a besoin de plus de vitamine C que le non-fumeur), de sélénium et de zinc.

Dans tous les cas, il est très difficile de calculer les quantités recommandées d'oligo-éléments ou de vitamines. Surtout lorsqu'il s'agit de petits dosages: par exemple 8 mg de zinc ou plus faible encore : 0,050 mg de sélénium (1/50.000 de gramme).

### **QUATRAL le calcule pour vous**

Le sélénite de sodium est une des meilleures sources de sélénium. Il permet un dosage précis du sélénium et une absorption élevée par l'organisme. Les doses de vitamine E, de vitamine C et de zinc contenues dans le QUATRAL sont conformes aux nouvelles recommandations nutritionnelles établies pour la Belgique.

### **La dose journalière:**

La dose journalière recommandée est de 1 comprimé Quatral par jour à prendre avec de l'eau, de préférence après le repas.

Chaque comprimé contient 50 µg de sélénium, 240 mg de vitamine C, 12 mg de vitamine E, 8 mg de zinc et 50 mg de bio-flavonoïdes.

Quatral est proposé en emballages de 30 et de 60 comprimés.

Quatral est vendu en pharmacie.

Administration par voie orale. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Un complément alimentaire ne peut pas être utilisé en remplacement d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain. Tenir hors de portée des enfants.

### **Composition d'un comprimé:**

Vitamine C (L-ascorbate de calcium); Agent de charge: cellulose microcristalline (E460(i)); Bioflavonoïdes citriques; zinc (Citrates de zinc); Antiagglomérants: sels de magnésium d'acides gras (E470b); Vitamine E (succinate acide de D-alpha-tocophérol); Agent d'enrobage: hydroxypropylméthylcellulose (E464); Sélénium (sélénite de sodium); Stabilisateur: Carboxyméthylcellulose de sodium réticulée (E468); Humectant: Polyéthylène glycol (E1521).

ORIFARM HEALTHCARE BV – L. DA VINCILAAN 7 – 1930 ZAVENTEM