LA RÉVOLUTION POUR VOS ARTICULATIONS !

Flexofytol®

à base de **curcuma**

EXP-FLEXO-11

Tilman®

Votre santé par les plantes

VOUS & VOS ARTICULATIONS…

D'après un récent sondage*, **1 Français sur 2 serait atteint de sensibilités articulaires**. Pour trois quart d'entre eux, ces sensibilités articulaires **impactent négativement leur mobilité et donc leur qualité de vie** *(sommeil, loisirs, vie professionnelle, vie familiale…).*

▶ D'OÙ PROVIENNENT CES SENSIBILITÉS ARTICULAIRES ?

La mobilité et la souplesse articulaire évoluent en fonction de l'âge mais pas seulement. Les raideurs articulaires peuvent survenir plus tôt chez certaines personnes comme par exemple chez les sportifs ou chez les personnes qui ont des emplois physiquement exigeants ou répétitifs.

DU NOUVEAU POUR VOS ARTICULATIONS…

Utilisée depuis des siècles en cuisine et en médecines chinoise et ayurvédique, la racine de curcuma est une épice à laquelle on attribue de nombreuses vertus dont une **action bénéfique sur les articulations**.

*Dossier – Salle de Presse Inserm. 1 Français sur 2 souffre de douleurs articulaires.
Lien : http://presse.inserm.fr/1-francais-sur-2-souffre-de-douleurs-articulaires/25303/

▶ LA CURCUMINE, VOTRE NOUVEL ALLIÉ POUR DES ARTICULATIONS EN FORME

C'est plus précisément la curcumine, l'un des principes actifs du curcuma, qui joue un rôle sur notre mobilité. En tant que puissant antioxydant naturel, **la curcumine** agit sur l'origine des sensibilités articulaires. Elle contribue dès lors à **maintenir la souplesse des articulations, des muscles et des tendons** mais aussi **à prévenir et à limiter le vieillissement du cartilage**.

▶ UNE ALTERNATIVE SÛRE ET EFFICACE

De nombreuses études ont été menées sur la curcumine et confirment **l'intérêt et la sécurité** de cette alternative naturelle. Effectivement, il a été démontré que la curcumine provoque très peu d'effets indésirables et peut être utilisée pendant de longues périodes **sans complications gastriques**.

▶ LE CURCUMA OUI, MAIS PAS SOUS N'IMPORTE QUELLE FORME !

Glisser de la poudre de curcuma dans vos plats ne suffit pas pour profiter des bienfaits de cette épice millénaire. En effet, la curcumine n'est que très faiblement absorbée par l'organisme et pour bénéficier d'une activité optimale, il faudrait en ingérer quotidiennement des quantités très importantes.

LE LABORATOIRE TILMAN

Fort de plus de 50 ans d'expérience, Tilman, laboratoire pharmaceutique, est désormais le n°1 belge des médicaments à base de plantes et a su asseoir sa crédibilité tant auprès des professionnels de la santé qu'auprès des patients.

Flexofytol®, UNE FORMULE INNOVANTE

Afin de pouvoir profiter pleinement des vertus du curcuma, le Laboratoire Tilman a développé, en collaboration avec un centre de recherche universitaire, l'extrait bio-optimisé de curcuma. Cet extrait, exclusivité de Flexofytol®, est obtenu par un **procédé de formulation unique** qui rend la curcumine **1.350 x plus assimilable** qu'une poudre de curcuma.

Disponible en boîtes de
60 capsules et de 180 capsules

1 CAPSULE = 950 g DE POUDRE DE CURCUMA

Le saviez-vous ?

Commercialisé dans plusieurs pays, Flexofytol® a déjà su convaincre des centaines de milliers de patients !

CONSEILS D'UTILISATION

NO NO +6Y

▶ ARTICULATIONS ET MUSCLES

PRISE INITIALE

De 6 à 12 ans : 2 capsules le matin, pendant 1 mois

Plus de 12 ans : 2 capsules le matin et le soir, pendant 1 mois

PRISE D'ENTRETIEN

De 6 à 12 ans : 1 capsule le matin

Plus de 12 ans : 2 capsules le matin

▶ TENDONS

De 6 à 12 ans : 2 capsules le matin et le soir, pendant 1 semaine

Plus de 12 ans : 4 capsules le matin et le soir, pendant 1 semaine

Flexofytol® ***peut être utilisé pendant de longues périodes sans complication gastrique.***

Flexofytol® *peut être utilisé à partir de 6 ans.*

Précautions d'emploi :

- ne pas utiliser pendant la grossesse et l'allaitement, ni en cas d'obstruction des voies biliaires;
- suivi médical en cas de prise simultanée d'anticoagulants coumariniques et d'héparines;
- suspendre l'utilisation en cas de diarrhée persistante.

▶ PLUS D'INFOS SUR WWW.FLEXOFYTOL.FR

Disponible en pharmacie

QUELQUES CONSEILS POUR DES ARTICULATIONS EN FORME…

▶ BOUGEZ !

Les sports suivants sont particulièrement conseillés : le vélo, la natation, la marche…

⚠ **Évitez les activités traumatisantes comme le jogging, le tennis ou le golf.**

▶ ASSIS, DEBOUT ?

Évitez de rester trop longtemps assis ou debout ou dans toutes autres positions provoquant une surcharge ou une sensibilité au niveau des articulations.

▶ UN BON POIDS

Maintenez un bon poids de forme en privilégiant une activité physique régulière et une alimentation saine.

⚠ **Une perte de poids de 5% contribue déjà à réduire considérablement les sensibilités articulaires.**

▶ LES BONS GESTES

Optez pour les bons gestes au quotidien :

- des chaussures confortables
- des accessoires pour vous faciliter la vie et vous ménager : canne, ouvre-boîte électrique…

▶ EXERCICES

Effectuez tous les jours de petits exercices afin de solliciter vos articulations raides et sensibles. Cela vous aidera à mieux sentir les articulations qui exigent le plus d'attention.

N'hésitez pas à demander des exemples d'exercices doux et adaptés pour vos articulations à un professionnel de la santé.

EDITEUR RESPONSABLE : J-N Tilman • 15, ZI Sud • 5377 Baillonville (Belgique)

Tilman®

Votre santé par les plantes