



Cotidierbe, transit

Complément alimentaire à base d'herbes officinales, utilisé pour favoriser le transit intestinal.



Prix : 12.30 €

Descriptif :

Cotidierbe favorise le **transit**

Tous les jours en douceur et sans accoutumance !

Idéal pour le transit, entièrement naturel, **Cotidierbe** permet d'éliminer sereinement.

Un de nos meilleurs produits.

Nouvelle formule de Cotidierbe Transit

Certaines plantes ont été interdites début 2021 comme l'Aloes Ferox, donc toutes les sociétés commercialisant des [compléments alimentaires pour le transit](#) ont dû reformuler les compositions des produits naturels.

Cela a pris plusieurs mois pour avoir des produits avec de nouvelles plantes et offrant une efficacité similaire.

Donc voici de nouveau de retour le Transit avec sa nouvelle composition :

Du **Séné** : Très utile dans les cas de mauvais transit et dans les situations qui demandent une évacuation du bol alimentaire.

Stimule le mécanisme naturel d'évacuation, en stimulant les mouvements.

De la **Mauve** sylvestris, une plante qui contribue à une digestion normale en favorisant le volume normal et la consistance des selles.

De la **Cannelle** : très riche en fibres, elle vient compléter et aide à éliminer les gaz intestinaux avec la girofle qui vient compléter la composition de Cotidierbe.

Les astuces pour améliorer le transit

- Au niveau alimentaire

Bien entendu, ce n'est pas une grande nouvelle pour les personnes ayant des troubles du transit, avoir une part très importante dans l'alimentation de légumes riches en fibres reste la clef.

Boire des eaux riches en magnésium est aussi nécessaire améliore et nous vous conseillons aussi de boire au moins un litre d'eau par jour pour avoir une hydratation au niveau des intestins suffisante afin d'évacuer correctement.

Diminuer les produits raffinés, privilégier les céréales complètes.

- Au niveau émotionnel

C'est étroitement lié à la rétention d'émotions, plus vous retenez vos émotions, moins vous exprimez ce que vous ressentez, plus vous accentuez le phénomène.

- Au niveau physique

Il est fortement conseillé de pratiquer une activité physique régulière, diminuez la sédentarité car l'exercice avec le mouvement va créer automatique des massages au niveau viscéral et permettre une meilleure évacuation.

- Des compléments en association

Il existe des produits complémentaire comme le Pianto, le psyllium qui se gonfle avec l'eau et alourdi le bol fécal et permet un meilleur transit.

Les problème de transit sont plus fréquent chez la femme et concerne 3 femmes sur 5. Cela peut s'expliquer également par les changements hormonaux lié aux cycles menstruel.

Ne vous encombrez plus, prenez Cotidierbe de Specchiasol

Composition

Agents de charge : cellulose, phosphate dicalcique; Séné (Senna alexandrina Mil) fruit e.s. titré à 18% en glycosides hydroxyanthracéniques tels que sennoside B; Mauve (Mauve sylvestris L.) feuilles en poudre, antiagglomérants : carboxyméthylcellulose sodique réticulée, sels de magnésium d'acides gras, dioxyde de silicium; Girofle (Syzygium aromaticum L.) Merr et L.M. Perry boutons floraux en poudre; cannelle (cinnamomum verum) écorce en poudre.

Par dose de 2 comprimés :

Séné 83,3mg
dont 15mg de glycosides tels que le sennoside B

Mauve 36mg

Girofle 4mg

Cannelle 4mg

Mises en garde :

Ne pas dépasser la dose quotidienne conseillée. A utiliser à partir de 12 ans.

Déconseillé si vous êtes enceinte, si vous allaitez, ou pour une utilisation sur une période prolongée.

Utilisation

1 à 2 comprimés le soir

[Lien vers la fiche du produit](#)