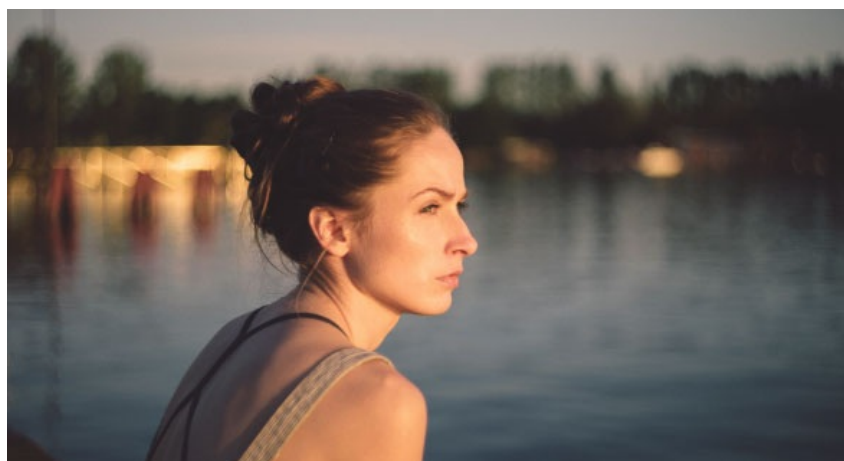


## Lactium®, le bioactif naturel pour le bien-être de toute la famille !



Quand le stress prend le pouvoir chez un individu et s'installe sur la durée, il est indispensable de prendre les devants et de s'en préoccuper avant que la santé n'en soit affectée.

Pour aider les personnes à mieux gérer leur état d'anxiété, Ingredia a mis au point un **ingrédient naturel** capable de **réguler le taux de cortisol** (marqueur du stress), **Lactium®**.



### Les conséquences du stress sur la santé

Entre la crise sanitaire et le mode de vie des populations des pays industrialisés, tout est réuni pour faciliter l'installation et le développement du stress chez de nombreux individus.

Déjà, en 2017, selon une étude réalisée par l'OMS, **3,5 % de la population mondiale, soit 264 millions d'habitants, souffraient d'anxiété.**

Or, si un petit coup de stress est bénéfique pour stimuler son énergie, l'anxiété sur la durée peut avoir des conséquences néfastes sur la santé. Elle peut en effet être à l'origine de :

- Troubles du sommeil,
- Difficultés de concentration,
- Syndrome de Burn-Out,
- Troubles cardiovasculaires,
- Diminution de l'immunité,
- Prise de poids,
- Troubles gastriques et intestinaux.



**Restez connectés !**



## En quoi le taux de cortisol traduit-il un état d'anxiété ?

Le cortisol est une hormone naturellement présente dans l'organisme. Elle intervient notamment pour protéger le corps lorsque celui-ci fait face à un danger. C'est pourquoi, en cas de stress, son taux augmente.

Cette hormone est bénéfique et indispensable pour le métabolisme, car elle intervient directement dans le fonctionnement de notre horloge biologique. Elle favorise notamment la production d'énergie. Ainsi, le matin, son taux est au plus haut, ce qui apporte à l'organisme les ressources nécessaires pour rester en forme toute la journée. Puis, au fil des heures, la teneur en cortisol baisse pour atteindre son niveau le plus bas au moment du coucher, ce qui favorise le sommeil.

Lorsqu'un individu est exposé à un stress permanent, l'organisme ne parvient plus à réguler le taux de cortisol, qui reste toujours à un niveau élevé. De ce fait, l'organisme est en constante production d'énergie, ce qui augmente les sensations de faim tout au long de la journée. Par ailleurs, dans ces conditions, le sommeil est difficile à trouver.



## Lactium®, une solution naturelle et efficace pour maîtriser son taux de cortisol

L'histoire commence par une constatation simple : un état d'apaisement et de sérénité systématiquement constaté chez les nourrissons après une ingestion de lait. Cette observation a encouragé les chercheurs d'Ingredia à vérifier s'il y avait un lien de cause à effet.

Cette découverte a conduit les chercheurs à trouver un moyen de reproduire ce mécanisme. C'est ainsi qu'après plus de 10 ans de travaux, un hydrolysate de protéine de lait a pu être produit : **Lactium®, qui agit sur le taux de cortisol en le réduisant lorsque celui-ci est trop élevé.**

Depuis sa création, plusieurs [études cliniques](#) ont pu démontrer l'**efficacité de Lactium® sur les conséquences physiologiques et psychologiques résultant du stress.**

Commercialisé depuis 2002, Lactium® entre dans la composition de différents produits tels que compléments alimentaires, chewing-gums ou boissons.

**Naturel**, cet ingrédient alimentaire peut être **consommé par toute la famille** sans risque de développer une accoutumance et sans effet secondaire. Par ailleurs, sa faible teneur en lactose limite les risques d'intolérance.

**Lactium®** a été conçu pour permettre à la population sujette au stress de **mieux contrôler ses émotions**, de sorte à maintenir l'équilibre émotionnel indispensable à un bon fonctionnement de l'organisme.

**Contactez-nous**



Lactium® est une marque d'Ingredia  
51 Avenue F. Lobbedez - CS 60946 62033  
Arras Cedex - France  
+33(0)3 21 23 80 00 - [www.lactium.fr](http://www.lactium.fr)

Ce mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}

Conformément à la loi « Informatique et Libertés » du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données vous concernant. Pour l'exercer, vous pouvez vous adresser à : INGREDIA SA - 51 Avenue F. Lobbedez - CS 60946 - 62033 Arras Cedex - France ou par mail via la rubrique contact du site ingredia.

[Se désinscrire](#)

© 2021 Ingredia