

GELÉE ROYALE

La **gelée royale** est produite par les abeilles pour nourrir leur reine et a une composition complexe riche en sucres rapidement absorbables, graisses insaturées utiles à la santé, acides aminés et protéines complètement naturels, vitamines et sels minéraux qui en font un excellent reconstituant. Elle peut être fraîche ou lyophilisée (elle se conserve sans difficulté à l'état naturel), celle sous forme lyophilisée devrait avoir une concentration en acide 10-hydroxydécénoïque de 19 %.

Elle est connue depuis longtemps comme étant un bon reconstituant. En effet, sa composition particulièrement complète, riche en vitamines, sels minéraux, acides aminés, sucres et flavonoïdes fait de la gelée royale un tonique général conseillé en cas de convalescence, fatigue **asthénie et inappétence**, en particulier chez l'enfant.

La **gelée royale** doit être administrée sous forme de lyophilisat titré à 19 % d'acide 10-hydroxydécénoïque. Quantité journalière : 600-800 mg par jour d'extrait lyophilisé pendant au moins 2 semaines.

Un complément à base de gelée royale ne présente aucune contre-indication et peut également être administré chez les **enfants** en bas âge, les femmes enceintes ou allaitantes et les **personnes âgées**.

À utiliser avec prudence chez les sujets souffrant d'hyperglycémie.