

LE SHILAJIT EN DETAILS

Le shilajit est une substance naturelle prisée en Ayurveda pour ses nombreuses vertus. Voici quelques points essentiels sur son utilisation dans cette tradition millénaire :

Origine et Composition

- Origine naturelle : Le shilajit est une résine minérale issue de la décomposition de matières végétales sur de longues périodes, principalement dans les régions montagneuses de l'Himalaya.
- Richesse en nutriments : Il contient des minéraux essentiels, de l'acide fulvique et d'autres composés organiques qui facilitent l'absorption des nutriments.

RÔLE EN AYURVEDA



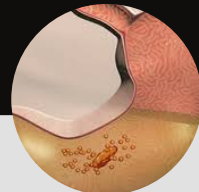
Rasayana (rejuvenateur)

Un tonique qui aide à
revitaliser le corps,
renforcer l'immunité



Équilibre des doshas :

Harmoniser le dosha
Vata, favorisant ainsi
une meilleure énergie
et vitalité globale.



Amélioration de la
digestion et la récupération :

Stimuler la digestion,
améliorer
l'absorption des
nutriments

MODE D'UTILISATION & VERTUES THÉRAPEUTIQUES

Vertus Thérapeutiques :

- Adaptogène, anti-inflammatoire, antioxydant
- Revitalise et soutient la digestion

Mode d'Utilisation

- Dose minimale quotidienne (quelques mg)
- Dissoudre dans eau chaude ou lait
- Choisir un produit purifié et consulter un spécialiste

