

Metagenics est un fabricant de compléments alimentaires de qualité supérieure. Metagenics Europe, créée en 1989 à Ostende, est la branche européenne de Metagenics Inc. située aux États-Unis, et qui fait partie du groupe Gryphon. Metagenics a déjà plus de 20 ans d'expérience dans le développement de compléments alimentaires conçus pour répondre de manière spécifique aux besoins avant et après une intervention et, entretemps, déjà plus de 7,5 millions de patients en bénéficient.

Metagenics Europe abrite à Ostende tant un département de Recherche et Développement, qu'un laboratoire et des unités de production et de distribution. Elle propose avec BariNutrics® une gamme de compléments alimentaires, spécifique (européenne), fondée sur des bases scientifiques, pour rester en forme après l'intervention.

WWW.BARINUTRICS.EU 



V.U. Paul Coussemont, Metagenics, Jelleinckstraat 20, 8400 Oostende

 **Metagenics**

+32 (0)59 80 58 24
info@metagenics.eu
www.metagenics.eu

32207_V1123



barinutrics®
NUTRITIONAL SUPPORT

Une réduction de l'estomac ?

Découvrez ce que BariNutrics® peut faire pour vous !



NOUVEAU



Disponible en pharmacie, parapharmacie et pharmacie en ligne

4+1 GRATUIT
INFOS À L'INTÉRIEUR



BLOG

Infos, idées, recettes,...

WWW.BARINUTRICS.EU 

Faites de ce départ, une réussite permanente !

Après une réduction gastrique vous remarquerez indéniablement que vous mangez moins et que l'apport en vitamines, minéraux et protéines est diminué. Pour faire de ce nouveau départ une réussite permanente, il est recommandé d'adapter votre style de vie.



Adaptez vos habitudes alimentaires.



Veillez à bouger suffisamment.



Prenez tous les jours vos vitamines.



Reportez une éventuelle grossesse jusqu'à ce que votre poids soit stable.

Pourquoi prendre mes vitamines tous les jours?

Souvent les personnes ont déjà des carences nutritionnelles avant l'intervention. Il est fortement recommandé de combler les carences avec des compléments alimentaires **tout au long de sa vie** à cause de l'absorption diminuée et de l'apport restreint de nutriments après la chirurgie.

La prise de vitamines et minéraux peut aider à garder votre santé et votre taux d'énergie à niveau.



Aide en cas de fatigue



Préserver l'immunité



Maintien d'os et de dents solides



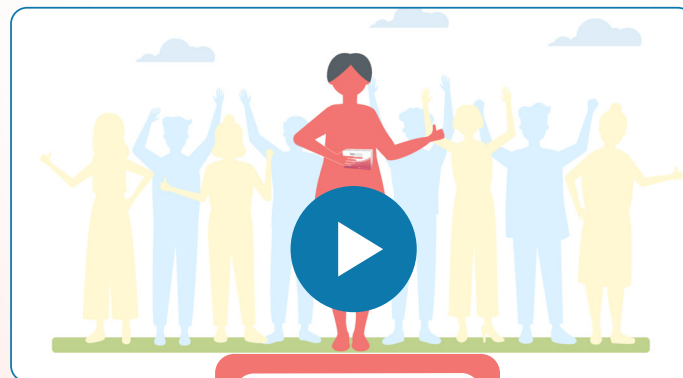
Maintien de la masse musculaire



Maintien de la santé des cheveux

Pourquoi des compléments alimentaires spécifiques ?

Regardez la vidéo



SCANNEZ-MOI!

Une réduction de l'estomac modifie les besoins de votre organisme.

Il est donc très important de choisir **LES INGRÉDIENTS LES MIEUX ABSORBÉS PAR VOTRE CORPS.**

Fer



CONSEIL NUTRITIONNEL

après une réduction gastrique

Metagenics suit de très près les directives internationales^{1, 2} et publications scientifiques les plus récentes pour pouvoir vous proposer la meilleure solution.

Recommandation après chaque type d'intervention

- Multivitamine spécifique avec un dosage adapté (200% de l'AJR⁴)
- Citrate de calcium : 1500 mg / jour
- 60 grammes de protéines, donc un apport supplémentaire en protéines.²

Recommandation lors d'une grossesse/ d'un désir d'enfant³

- Multivitamine spécifique pour la grossesse
- Calcium (citrate) : 1500 mg / jour

“

UNE PRISE À VIE
de compléments
alimentaires est
conseillée.

¹Directives ASMBS: American Society for Metabolic and Bariatric Surgery, Mechanick et al, Surg Obes Rel Dis 2019/2020

²Directives SOFFCO-MWL_AFERO_SFNCM, Quilliot et al, Journal of Visceral Surgery, 2020

³Shave_et_al, Obesity_Reviews, Pregnancy after bariatric surgery_Consensus recommendations, 2019

⁴Apport Journalier Recommandé

⁵Enquête consommateurs mars 2023, 312 utilisateurs BariNutrics multi

POURQUOI BARINUTRICS®

avant & après une réduction de l'estomac ?

Recommandé par 96% des consommateurs⁵

96% disent que BariNutrics Multi a eu **un résultat positif sur leurs valeurs sanguines** (vitamine D, vitamine B12, fer,...)⁵.

92% disent que BariNutrics Multi **a contribué à leur qualité de vie**⁵.

70% disent **avoir plus d'énergie** grâce au BariNutrics Multi⁵.



Fondement scientifique^{1,2,3}

- ✓ Dosages exacts
- ✓ Selon les directives les plus récentes



Absorption optimale

- ✓ Les meilleurs ingrédients dans leur forme exacte
- ✓ Sans désagréments



Qualité supérieure

- ✓ Propres Recherche & Développement et production
- ✓ Conforme à la législation européenne et belge

MULTIVITAMINE SPÉCIFIQUE : UNE PRISE JOURNALIÈRE = INDISPENSABLE

BARINUTRICS® MULTI

Mélange unique de 13 vitamines et 8 minéraux



- ✓ Répond à vos besoins quotidiens en vitamines et minéraux.
- ✓ Énergie, immunité, vitalité¹

96%
observent une
amélioration des valeurs
sanguines (vitamine D,
vitamine B12, fer)²

92%
ressentent une
meilleure qualité
de vie²

70%
ont plus d'énergie²

Usage : 2 gélules ou 1 comprimé à mâcher par jour



- Ne prenez pas la gélule ou le comprimé à jeun.
- Étalez la prise des gélules sur 2 repas avec un peu d'eau (petit-déjeuner, déjeuner ou dîner).
- Les gélules peuvent être ouvertes et le contenu mélangé à un peu de nourriture.
- Si le comprimé est trop grand, vous pouvez le croquer en petits morceaux.

¹ BariNutrics Multi contribuent les vitamines B1, B2, B3, B5, B6 en B12, qui soutiennent le taux d'énergie. Les vitamines B6 et B12 contribue avec le folate à une diminution de la fatigue. De plus, BariNutrics Multi contient les vitamines C et D, du zinc et du sélénium qui soutiennent une fonction normale du système immunitaire et de la vitamine E qui aide avec le sélénium et le zinc à protéger les cellules contre le stress oxydant.

² Enquête consommateurs mars 2023, 312 utilisateurs BariNutrics multi

Témoignages

“

Depuis mon bypass, je prends la multi de BariNutrics, sur les conseils de mon chirurgien. Je les prends tous les jours et ne souffre d'aucune carence lors de mes prises de sang et ce depuis 5 ans maintenant. Je ne m'en passerais pour rien au monde car certaines connaisseuses ne prenant pas de vitamines régulièrement après leur réduction, souffrent malheureusement de carences qui impactent leurs cheveux, leur dentition et même leur état général. Le budget vitamine est pourtant moins élevé que tous les soins nécessaires sans les prendre, aussi je conseille vivement ma multivitamine à tous.

“

Ça fait 5 ans que je prends des gélules barinutrics multi après avoir fait un by-pass. Mes prises de sang sont bonnes, je ne manque d'aucunes vitamines. Avant la prise de ses vitamines je devais faire une piqûre tout les trois mois et prendre, une autre gélule en complément. Je préfère prendre BariNutrics que de faire venir l'infirmière.

Témoignages utilisateurs BariNutrics® 2023*

Désir d'enfant ? Enceinte ? Allaitement ?

UNE MULTIVITAMINE SPÉCIFIQUE POUR LA
GROSSESSE APRÈS UNE RÉDUCTION DE
L'ESTOMAC = INDISPENSABLE

BARINUTRICS® PRENATAL

Les vitamines et minéraux essentiels pour la mère et l'enfant



Les besoins nutritionnels évoluent lors d'une grossesse. Remplacez donc votre BariNutrics® Multi par cette multivitamine spécifique, dès le désir d'enfant jusqu'à la fin de l'allaitement. Ainsi, vous intégrez tous les nutriments indispensables pour vous et votre enfant.

Usage : 2 gélules par jour

CALCIUM : UNE PRISE DE 1500 MG/JOUR = RECOMMANDÉE

BARINUTRICS® CITRATE DE CALCIUM

Citrate de calcium avec vitamine D et vitamine K2



✓ Sans lactose, ni soja, ni gluten

✓ Convient aux végétariens

✓ Convient lors de la grossesse

✓ Convient lors de l'allaitement

- ✓ Pour le maintien d'os et de dents solides
- ✓ Après l'intervention, le risque de carence en calcium est plus élevé.

82%

recommanderaient
BariNutrics Citrate de calcium
pêche-mangue.*

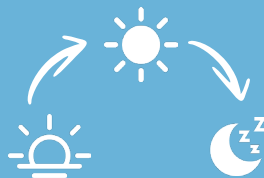
73%

trouvent que c'est
facile de prendre ce
comprimé à mâcher
tous les jours.*

Usage : 2-3 comprimés à mâcher par jour



Ne prenez pas les comprimés à mâcher en même temps que les multivitamines.
Il faut un intervalle d'au moins 2 heures pour avoir une absorption optimale. Prenez-les par exemple le matin, l'après-midi entre les repas... et le soir avant le coucher.



UN COMPLÉMENT DE PROTÉINES = RECOMMANDÉ

BARINUTRICS® WHEY

Isolat de protéines de petit-lait naturel



42 mesurette

- ✓ 20 g de protéines par portion
- ✓ Goût : nature

✓ Sans gluten



✓ Convient lors de l'allaitement



✓ Convient lors de la grossesse

- ✓ Les protéines contribuent au développement et au maintien des muscles.
- ✓ Complétez vos protéines afin d'atteindre l'apport journalier nécessaire.

Usage : 1 portion par jour

Diluez 1 portion (= 2 mesurette) dans 200 ml d'eau, de lait, de jus, ou mélangez dans un smoothie ou un repas au choix. Diluez de préférence dans une boisson froide. Dans une boisson chaude c'est possible aussi mais des grumeaux peuvent se former.

Les préparations (comme la soupe) peuvent être conservées au congélateur. Cette poudre peut aussi être mélangée dans une pâte à crêpes, ou cake, muffins,... et même dans une pâte à pain.



Vous pouvez mélanger les protéines dans une boisson ou en repas au choix.

Besoin d'inspiration?

Regardez les recettes sur
barinutrics.eu



TOUT-EN-1

BARINUTRICS® NUTRI TOTAL

Poudre hypocalorique contenant un isolat de protéines de petit-lait, 23 vitamines et minéraux essentiels



42 mesurette

- ✓ 30 g de protéines par portion (= 50% de l'apport recommandé en protéines)
- ✓ Goût : chocolat

✓ Sans gluten ✓ Convient lors de l'allaitement ✓ Convient lors de la grossesse

- ✓ Comble vos besoins quotidiens en vitamines, minéraux et protéines.

Usage : 1 portion par jour (= 3 mesurette)

Diluez 3 fois par jour 1 mesurette dans 100 ml de lait demi-écrémé (matin, midi et soir).

Dans le cas d'une intolérance ou allergie au lait de vache, diluez la poudre dans de l'eau.



1 portion de BariNutrics® NutriTotal correspond à 1 comprimé à mâcher / 2 gélules BariNutrics Multi, 2 comprimés à mâcher de Citrate de calcium BariNutrics® et 1,5 portion de Whey BariNutrics®.

MAINTIEN D'UNE CHEVELURE SAIN

BARINUTRICS® HAIR

5 ingrédients essentiels

NOUVEAU



SCANNEZ-MOI

✓ Sans lactose, ni soja, ni gluten

La perte de cheveux est un problème commun après une réduction de l'estomac. Notre formule innovante, avec des ingrédients naturels, agit directement sur la racine du cheveu¹. Elle apporte un soutien pour la majorité des types de chute de cheveux.

- ✓ En cas de perte de cheveux et de pousse de cheveux diminuée
- ✓ Pour des cheveux forts et en bonne santé
- ✓ Apporte volume et brillance.

Cliniquement prouvé : après 12 semaines²

91%
de réduction de
chute de cheveux

78%
de pousse de
cheveux plus rapide

75%
plus de brillance, de
beauté et de souplesse

Usage : 1 gélule par jour



Prenez la gélule pendant le repas. Ajoutez BariNutrics® Hair à votre prise quotidienne de compléments alimentaires BariNutrics® (comme le complexe multivitaminé, le calcium et les protéines).

¹ Rossi et al. "Comparative effectiveness of finasteride vs Serenoa repens in male androgenetic alopecia: a two-year study". Int J Immunopathol Pharmacol. 2012;25(4):1167-1173. Keophipath et al. "Miliacin encapsulated by polar lipids stimulates cell proliferation in hair bulb and improves telogen effluvium in women". J Cosmet Dermatol. 2020;19(2):485-493.
² Keophipath et al. "Miliacin encapsulated by polar lipids stimulates cell proliferation in hair bulb and improves telogen effluvium in women". J Cosmet Dermatol. 2020;19(2):485-493.

LES CARENCES PEUVENT DIFFÉRER INDIVIDUELLEMENT

Vu que chaque corps est unique, les carences peuvent différer individuellement. Nous proposons une multivitamine complète qui empêche ou comble la majorité des carences quel que soit le type de chirurgie bariatrique. L'ajout d'un des produits repris ci-dessous peut apporter une solution, en fonction de vos valeurs sanguines. Demandez l'avis de votre médecin.

BARINUTRICS® VITAMINE B12 I.F.



- ✓ 1000 µg de vitamine B12
- ✓ Avec un facteur intrinsèque pour une absorption optimale de la vitamine B12

Usage : 1 comprimé à mâcher / jour

Pour une fonction optimale des nerfs et du cerveau

BARINUTRICS® FER



- ✓ 28 mg de fer
- ✓ Bien toléré dans l'estomac et les intestins

Usage : 1 comprimé à mâcher / jour

Aide en cas de fatigue.

Plus d'infos :

WWW.BARINUTRICS.EU

AUTRE MICRONUTRITION POUR APRÈS UNE INTERVENTION BARIATRIQUE:

VITAMINE D

BACTIOL PLUS

MAGNÉSIMUM



Plus d'infos :

WWW.METAGENICS.EU

Toutes les informations à un seul endroit



BLOG

Visitez le blog sur barinutrics.eu

Ici, vous trouverez toutes sortes d'informations et conseils pertinents qui feront de votre projet un succès durable.



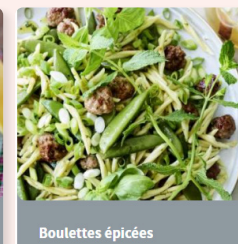
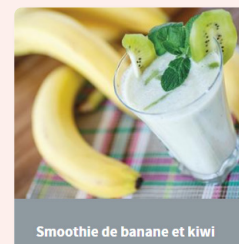
Recettes



INSPIRATION

Rendez-vous sur www.barinutrics.eu

Vous trouverez des suggestions de repas développées en collaboration avec la BBAHS*. Ces recettes sont non seulement délicieuses, elles ont aussi un taux élevé en protéines et contiennent très peu de calories.

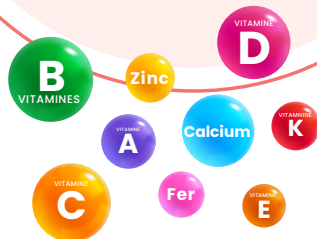


* BBAHS Belgian Bariatric Allied Health Society - www.bbahs.net

CHECKLIST



Une réduction de l'estomac signifie un nouveau départ. Il est important d'aussi adapter vos habitudes alimentaires et votre style de vie. Vous voyez à droite un aperçu permettant que votre intervention reste un succès permanent.



Adaptez vos habitudes alimentaires

Ce que vous mangez fait toute la différence pour comment vous vous sentez.

- ✓ Mangez de petites portions par repas.
- ✓ Répartissez les repas au cours de la journée.
- ✓ Mangez lentement et mâchez bien.
- ✓ Mangez assez de protéines.
- ✓ Buvez des boissons non sucrées.
- ✓ Évitez ou limitez le sucre.
- ✓ Diminuez la prise de mauvaises graisses.



Prenez vos compléments alimentaires à vie

Les multivitamines standards ne suffisent pas, elles sont souvent trop faiblement dosées et moins bien absorbées par l'organisme.



Prenez un citrate de calcium bien absorbé avec les vitamines D et K2

Pour son rôle dans la formation osseuse et le maintien d'os & de dents solides



N'oubliez pas les protéines

Après l'intervention il est difficile de prendre l'apport journalier recommandé en protéines via l'alimentation.

Un complément de protéines est recommandé pour avoir un apport d'au moins 60 mg par jour.



Buvez assez d'eau entre les repas

Une carence peut engendrer de la constipation.



Bougez assez

Ne restez pas trop longtemps assis et essayez de vous mettre debout toutes les 30 minutes.

Changez vos habitudes pas à pas, évoluez systématiquement.

Choisissez une activité que vous ferez avec conviction...



Limitez votre consommation d'alcool.

Avez-vous des questions sur la réduction gastrique?
Demandez l'avis de votre médecin.

barinutrics®

ACTION ÉPARGNE

4+1

4 achetés
= 1 gratuit*

“Une prise à vie de compléments alimentaires est recommandée après une réduction gastrique.”

Cher client BariNutrics®,

Pour vous remercier d'avoir choisi BariNutrics®, nous vous proposons l'action-épargne suivante :

Acheter 4 produits de BariNutrics® = recevoir 1 produit* gratuit parmi une sélection des produits BariNutrics®

DEMANDEZ-LE SOIT À L'AIDE DE CETTE CARTE :

- Envoyez cette carte complétée avec 4 preuves d'achat de BariNutrics® (Multi, Hair, Prenatal, Citrate de calcium, Vitamine B12 I.F., Fer, Whey ou NutriTotal) dans une enveloppe fimbriée à notre adresse et nous vous enverrons une boîte gratuite à choisir parmi une sélection de la gamme de produits BariNutrics®.

SOIT EN LIGNE :

- Demandez- votre produit gratuit en ligne. Surfez vers : [BARINUTRICS.INFO/ACTIONEPARGNE](https://barinutrics.info/actionepargne) et nous vous enverrons une boîte gratuite à choisir parmi une sélection de la gamme de produits BariNutrics®.
- Seuls les tickets de caisse originaux sont valables comme preuve d'achat.
- Cette action épargne ne s'applique qu'aux produits Metagenics achetés en Belgique ou au G.D. du Luxembourg.
- La carte doit être envoyée avant le 31/12/2025 (le cachet de la poste faisant foi).
- Les envois incomplets ne sont pas pris en considération.



SCANNEZ-MOI

Complétez vos données ci-dessous :

Nom:

Adresse:

Code postal:

Localité:

Tél.:

E-mail:

- Je souhaite rester au courant par e-mail des mises à jour, promotions, échantillons gratuits, etc.

CHOISISSEZ VOTRE PRODUIT GRATUIT PARMİ CETTE SÉLECTION :

- BariNutrics® Multi gélules, 60 gélules
- BariNutrics® Prenatal, 60 gélules
- BariNutrics® Citrate de calcium pêche-mangue, 90 comprimés à mâcher
- BariNutrics® Vitamine B12 I.F., 90 comprimés à mâcher
- BariNutrics® Fer, 90 comprimés à mâcher
- BariNutrics® Whey nature, 21 portions

ENVOYEZ À :

Metagenics Belgium BV
Action-épargne BariNutrics®
E. Vlietinckstraat 20, 8400 Ostende

Conformément à la loi sur la vie privée (loi du 25/05/2018) vous disposez du droit d'accès et de modification.