

**Le bilan urinaire des Neurotransmetteurs** : *c'est le seul bilan qui authentifie les véritables causes de dépression inexplicée, d'anxiété ou d'hyperactivité et de troubles de l'attention chez l'enfant . C'est le meilleur outil de prévention du Burn-out potentiel.*

Ce bilan explore Dopamine, Noradrénaline et Sérotonine avec leurs métabolites.

Il s'effectue sur les urines du matin à adresser à un laboratoire spécialisé, remboursé en grande partie par la Sécurité Sociale.

**La Dopamine** : synthétisée le matin dès le lever à partir d'un acide aminé : **la tyrosine**. Il n'y a aucune réserve cérébrale en tyrosine d'où l'importance de l'apport de protéines au petit déjeuner. Les sucres rapides limitent sa synthèse. *Elle assure la Motivation, l'Adaptation aux agents stressants, la mémoire, le sommeil récupérateur et la régulation de la glycémie.* C'est le **STARTER**. **La fatigue matinale** est le signe principal de déficit en dopamine.

**La Noradrénaline**, synthétisée également à partir de **la tyrosine vers 11h** , assure les **capacités d'apprentissage, le plaisir** de trouver nos solutions... Elle donnera **l'adrénaline** plus spécifique de la confiance en soi, de **l'image de soi**, du plaisir de surmonter les difficultés. C'est l'**ACCELERATEUR**

- ✓ Elevées, elles authentifient le stress chronique.
- ✓ Basses, elles signent l'épuisement physique et moral, le besoin permanent de reconnaissance et l'inefficacité (*besoin de travailler plus avec une efficacité moindre*)

**La Sérotonine**, c'est le **FREIN**. Elle nous permet d'être raisonnable, de savoir dire Non, d'être Zen, d'amorcer le sommeil. Elle est le précurseur de la Mélatonine. Synthétisée vers 17h à partir d'un autre acide aminé, **le tryptophane** (*produits laitiers, viandes, banane, chocolat..*). Les sucres rapides favorisent la synthèse de sérotonine contrairement à la Dopamine du petit déjeuner.

- ✓ Elevée, elle est caractéristique d'une anxiété réactionnelle
- ✓ Basse, elle authentifie la dépression.

**Le Burn-out** se caractérise par l'effondrement de la Dopamine, de l'Adrénaline et de la sérotonine (défaillance du starter, de l'accélérateur et des freins...)

**L'Hyperactivité des enfants** associe souvent adrénaline et sérotonine élevées. Des études récentes interpellent quant au lien entre le wifi ou les ondes électromagnétiques de la téléphonie mobile et les troubles des neurotransmetteurs notamment Dopamine et Noradrénaline (BUCHNER K, EGER H. 2011)

**Les ondes électromagnétiques favorisent la perméabilité de la barrière hémato-encéphalique** (*Pierre AUBINEAU, directeur de recherche CNRS. Sciences et Avenir. dec 2002. p28*) . Ce défaut d'étanchéité de la barrière hémato-encéphalique est démontrée par une équipe de chercheurs de l'université de Los Angeles , dirigée par Berislav V. Zlokovic , grâce à l'IRM chez les patients souffrant de la maladie d'ALZHEIMER (*Science et Avenir mars 2015 p76*)

**La correction de ces neurotransmetteurs** fait appel à une meilleure répartition de l'apport protéiné sur la journée, la supplémentation en acides aminés précurseurs (*tyrosine, tryptophane*), en magnésium et acides gras oméga 3.

**L'optimisation de l'écosystème intestinal** et la correction d'une éventuelle perméabilité intestinale sont incontournables (*l'intestin synthétise 85% de la sérotonine..*).

Prescripteur :

Age : 6 Ans  
Prévlmt. : 11/03/2015

Dossier  
Sexe  
Identifiant

Edité le : 17/03/2015

## NEUROTRANSMETTEURS

