

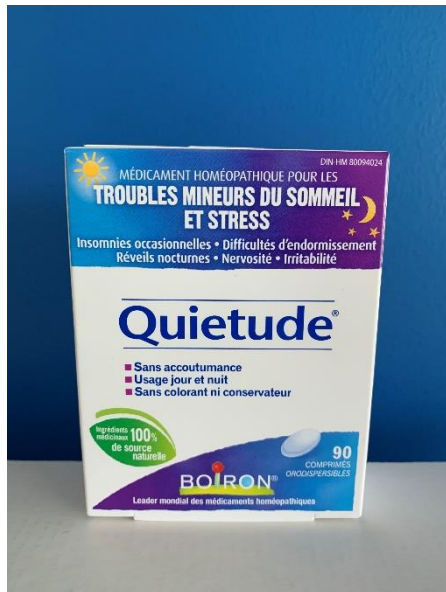


Votre santé mérite le plus grand respect

**Communiqué  
Pour distribution immédiate**

## **Quiétude : disponible dès maintenant au Canada, pour le stress et les troubles mineurs de sommeil**

St-Bruno-de-Montarville, le 9 septembre 2020 – *Quiétude*, un médicament homéopathique pour les troubles mineurs du sommeil et la nervosité liée au stress est maintenant disponible au Canada, en format de 90 comprimés. Commercialisé par les Laboratoires Boiron en France et dans plusieurs autres pays en Europe sous le nom de marque *Sédatif PC*, *Quiétude* se veut une solution pour les familles canadiennes qui souhaitent se soigner autrement.



### **Savoir faire face au stress et aux troubles mineurs de sommeil**

Le stress a toujours été relativement présent dans notre société moderne et aujourd'hui, avec la nouvelle normalité apportée par la Covid-19, sa fréquence chez un grand nombre est plus importante et occasionne chez certains des troubles mineurs de sommeil. Depuis plus de 6 mois maintenant, les Canadiens, comme le monde entier, doivent composer avec la pandémie et ses impacts, chamboulant leur routine quotidienne, ce qui a augmenté, chez certains, le niveau de stress vécu au quotidien.

Dans une déclaration en mars dernier, le Dr Hans Henri P. Kluge, directeur régional de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour l'Europe, affirmait « *qu'il est absolument naturel que chacun d'entre nous ressente du stress, de l'anxiété, de la peur et de la solitude pendant cette période. À l'OMS, nous considérons que les conséquences de la COVID-19 sur notre santé mentale et notre bien-être psychologique sont très importantes. La question que nous nous posons tous est de savoir comment gérer les situations stressantes qui se produisent si rapidement dans nos vies et nos communautés, et comment y faire face* »<sup>1</sup>

La campagne canadienne sur le sommeil, *Dormez-là-dessus*, rappelle « qu'il est normal que la crise sanitaire liée à la COVID-19 puisse générer du stress et des inquiétudes et perturber le sommeil chez les personnes de tout âge. Or, un des rôles du sommeil est de contribuer à notre mieux-être physique et mental, permettant ainsi de mieux faire face aux impacts de la situation que nous vivons tous. »<sup>2</sup>

<sup>1</sup><https://www.euro.who.int/fr/about-us/regional-director/statements-and-speeches/2020/statement-physical-and-mental-health-key-to-resilience-during-covid-19-pandemic>

<sup>2</sup> <https://dormezladessuscanada.ca/covid-19/>

## **Le stress et le sommeil : un cercle vicieux**

Parmi les nombreux symptômes qui peuvent être attribués au stress, les troubles du sommeil et la fatigue sont les plaintes les plus récurrentes. En effet, le stress est la cause de la moitié des troubles du sommeil et malheureusement, le manque de sommeil favorise le stress.<sup>3</sup>

D'après des données de l'Agence de santé publique du Canada sur le sommeil, 36,3 % des adultes qui ont un sommeil insuffisant révèlent avoir un stress chronique comparé à 23,2 des adultes qui ont un sommeil adéquat. Les adultes canadiens devraient dormir au moins de 7 à 9 heures par nuit pour les 18 à 64 ans et de 7 à 8 heures par nuit pour les 65 ans et plus. Or, un bon sommeil fait partie d'un mode de vie saine.<sup>4</sup>

## **Quiétude\* : une solution en cas de stress et de troubles mineurs du sommeil**

Il existe de nombreuses solutions pour se soulager du stress occasionnel et favoriser un meilleur sommeil. Quiétude se veut une solution simple, avec des ingrédients médicinaux 100 % de source naturelle. Ce médicament homéopathique a fait ses preuves! Une enquête conduite dans des pays européens auprès de consommateurs portant sur Sédatif PC (le nom de marque que porte Quiétude en Europe), montre un taux de satisfaction de 92% et 88 % des acheteurs le recommanderaient à un tiers.<sup>5</sup>

Quiétude est indiqué pour les troubles mineurs du sommeil, tels que les difficultés d'endormissement, les réveils nocturnes et l'insomnie passagère. Quiétude ne cause pas d'accoutumance ni d'effet de somnolence durant la journée.

Au prix de détail suggéré de 16.99 \$, Quiétude s'avère une solution à utiliser, jour ou nuit, pour se soigner autrement.

Pour des informations supplémentaires, consultez le lien :

<https://www.boiron.ca/medicament/quietude-comp/>

*\*Ce médicament homéopathique peut ne pas convenir à tous. Toujours lire l'étiquette et suivre le mode d'emploi.*

## **À propos de Boiron Canada**

Depuis plus de 85 ans, Boiron, une entreprise pharmaceutique française, est reconnue pour son excellence et sa rigueur dans la fabrication de médicaments homéopathiques de haute qualité. Elle invite les consommateurs ainsi que les praticiens de la santé à découvrir l'homéopathie et à l'utiliser dans leur quotidien. Depuis plus de 30 ans, la filiale canadienne de Boiron, Boiron Canada, est fière d'offrir aux Canadiens des médicaments homéopathiques permettant à chacun leur liberté de choix de soigner ou de se soigner autrement. Pour infos : <https://www.boiron.ca/>

-30-

Source : Boiron Canada

Pour information : Sylvie Piché, spécialiste des communications et relations publiques  
514-758-5519, [spiche@boiron.ca](mailto:spiche@boiron.ca)

<sup>3</sup> <https://www.sleepfoundation.org/articles/stress-and-insomnia>

<sup>4</sup> <https://www.canada.ca/content/dam/phac-aspc/documents/services/publications/healthy-living/canadian-adults-getting-enough-sleep-infographic/64-03-18-2136-Sleep-Adults-Infographic-FR-Final-03.05.2019.pdf>

<sup>5</sup> CSA - Observatoire des fondamentaux; Taux moyen des 3 pays France – Brésil – Roumanie – déc. 2015