

Buonanotte Gocce 30 ml

EAN: 8420101217756 FABRICANTE: ELADIET



Good Night Drops è un integratore alimentare con Melatonina che aiuta ad alleviare la sensazione di jet lag e a ridurre il tempo necessario per addormentarsi.

DESCRIPCIÓN

Cos'è Buenas Noches Drops e a cosa serve?

Buenas Noches Drops è un integratore liquido che contiene Melatonina. Ti aiuta ad addormentarti e ad avere un riposo notturno riposante.

Un periodo di sonno adeguato svolge funzioni essenziali per il corpo. Anche se siamo a riposo, si sviluppano diversi processi interni, tra cui spiccano i seguenti:

- ? Consolidamento della memoria.
- ? Viene ristabilito l'equilibrio fisico e psicologico di base.
- ? Riparazione cellulare e tissutale.
- ? Produzione di proteine del sistema immunitario.
- ? Produzione di ormoni, come quelli della crescita, del metabolismo e delle funzioni sessuali.
- ? Mantenimento della temperatura corporea.
- ? Eliminazione delle tossine.
- ? Regola la glicemia.

Qual è il dosaggio delle gocce Buenas Noches?

Assumere 0,25 ml la sera, diluiti in acqua, in infusione o direttamente in bocca, mezz'ora prima di coricarsi.

Può essere assunto da bambini a partire dai tre anni e da adulti.

Quali sono gli ingredienti delle gocce Buenas Noches?

- Fruttosio.
- Acqua.
- Estratto glicerinato di foglie di melissa (*Melissa officinalis* L.): la melissa migliora la qualità del sonno.



Buonanotte Gocce 30 ml

EAN: 8420101217756 FABRICANTE: ELADIET



Le proprietà dell'estratto di melissa sono associate alla presenza di acido rosmarinico e triterpenoidi che riducono l'eccitazione neuronale e favoriscono il rilassamento. L'Agenzia europea per i medicinali (EMA) ne raccomanda l'uso tradizionale, per via orale, per alleviare i sintomi dello stress mentale e facilitare il sonno. Secondo l'ESCOP (Cooperativa Scientifica Europea di Fitoterapia) ha attività ansiolitica e sedativa e riduce il periodo di latenza del sonno.

- **Vitamina B6 (Piridossina Cloridrato):** la vitamina B6 contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso, alla normale funzione psicologica e alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento.

Conosciuta come pirossidina, è una vitamina idrosolubile che aiuta il normale funzionamento del sistema nervoso e aiuta a ridurre stanchezza e affaticamento. L'organismo non può immagazzinarlo perché è solubile in acqua, quindi è fondamentale assumerlo regolarmente nella dieta o sotto forma di integratore. Nello specifico, la vitamina B6 partecipa alla sintesi del triptofano, precursore della serotonina, che a sua volta produce melatonina endogena.

- **Melatonina:** la melatonina aiuta a ridurre il tempo necessario per addormentarsi (l'effetto benefico si ottiene da 1 mg di melatonina). La melatonina aiuta a ridurre la sensazione di jet lag (l'effetto benefico si ottiene da 0,5 mg di melatonina).
- **Acidificante:** acido citrico.
- **Conservanti:** Sorbato di potassio e benzoato di sodio.

Contributo giornaliero (0,25ml)

Foglie di melissa glicerinate est.....	50mg
Vitamina B6.....	1,4 mg.(100% VNR*)
Melatonina.....	1mg

*NRV: valore nutritivo di riferimento.

Cosa devo considerare prima di assumere le gocce Buenas Noches?

L'effetto benefico si ottiene con un'assunzione minima di 0,5 mg, da assumere poco prima di coricarsi il primo giorno di viaggio e qualche giorno dopo l'arrivo a destinazione. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione di 1 mg di melatonina poco prima di andare a dormire. Una volta aperto consumare preferibilmente entro 4 mesi.

