

Melatonina 1 mg 60 rajoles

EAN: 5055148414207

FABRICANTE: LAMBERTS



La melatonina, coneguda també com l'hormona del son, és una hormona que es produeix de manera natural a la glàndula pineal, i té una funció significativa en el cicle de son.

DESCRIPCIÓ

La seva producció i alliberament està influenciada per la foscor, ja que aquesta s'allibera en caure la nit, indicant al cos que és hora de dormir, i d'aixecar-se al matí. Un desajust en la seva producció, a causa de canvis d'horaris de treball, viatges i jetlag, estrès, menyspauza, etc., pot produir canvis en el cicle de son.

L'hormona melatonina, contribueix a la regulació del ritme circadià, ritme biològic, controla els cicles son-vigília, les fases i la qualitat del son, la recuperació corporal durant la nit. És naturalment produïda i ajuda a combatre l'acció dels radicals lliures, causants de l'envelliment.

La producció de melatonina pot variar amb l'edat (disminueix en fer-nos grans), l'estrès, l'estació de l'any o la temperatura, entre d'altres. El principal factor desencadenant de la seva secreció és la foscor, encara que també se segrega després de dinar. De vegades l'insomni pot estar vinculat a la manca de melatonina.

Un somni reparador és fonamental perquè el nostre organisme restableixi l'equilibri, preparant-nos per fer front a un altre dia amb la sensació d'estar 100% descansats.

Per abordar aquests problemes de son, moltes persones trien lús de complementos alimentaris que contenen melatonina, els quals estan formulats per ajudar a millorar el cicle del son.

Aquest és un complement alimentari dirigit a ajudar a agafar el son, ja que contribueix a disminuir el temps necessari per conciliar-lo, reforçant i fent la funció de la melatonina, contribuint a més a alleujar la sensació subjectiva de desfasament horari.

Presentació:

Cada tauleta aporta:

Melatonina 1 mg

Alliberament ràpid de 15 minuts, llesta per ser absorbida i utilitzada ràpidament pel cos.



Melatonina 1 mg 60 rajoles

EAN: 5055148414207 FABRICANTE: LAMBERTS



Apte per a Vegetarians i Apte per a Vegans.

Precaucions

No ingerir per dones embarassades o en període de lactància.

Nota d'al·lèrgens

S'exclou la llista d'al·lèrgens següent: blat, ordi, ous, llet (i productes lactis), lactosa, fruits secs, sulfits i ingredients que contenen gluten.

Instruccions d'emmagatzematge

Emmagatzemeu en un lloc fresc, sec, protegit de la llum i lluny de l'abast dels nens més petits.

Utilització:

- Agafeu 1 pastilla diàriament, 30 minuts abans d'anar al llit.
- No superar la dosi diària expressament recomanada.
- Amb un envàs té per a: 60 dies.

