

Melatonina 1 mg 60 comprimidos

EAN: 5055148414207 FABRICANTE: LAMBERTS



A melatonina, também conhecida como hormônio do sono, é um hormônio produzido naturalmente na glândula pineal e desempenha um papel significativo no ciclo do sono.

DESCRIPCIÓN

Sua produção e liberação são influenciadas pela escuridão, pois é liberado ao anoitecer, sinalizando ao corpo que é hora de dormir e levantar pela manhã. Um desequilíbrio na produção do sono, devido a alterações nos horários de trabalho, viagens e jetlag, stress, menopausa, etc., pode produzir alterações no ciclo do sono.

O hormônio melatonina contribui para a regulação do ritmo circadiano, do ritmo biológico, controla os ciclos sono-vigília, as fases e a qualidade do sono e a recuperação do corpo durante a noite. É produzido naturalmente e ajuda a combater a ação dos radicais livres, causadores do envelhecimento.

A produção de melatonina pode variar com a idade (diminui à medida que envelhecemos), o stress, a estação do ano ou a temperatura, entre outros. O principal fator que desencadeia sua secreção é a escuridão, embora também seja secretado após a alimentação. Às vezes, a insônia pode estar associada à falta de melatonina.

Um sono reparador é essencial para que o nosso corpo restaure o equilíbrio, preparando-nos para enfrentar mais um dia com a sensação de estar 100% descansados.

Para resolver esses problemas de sono, muitas pessoas optam por usar suplementos dietéticos contendo melatonina, formulados para ajudar a melhorar o ciclo do sono.

Este é um suplemento alimentar que visa ajudar a adormecer, pois ajuda a reduzir o tempo necessário para adormecer, reforçando e desempenhando a função da melatonina, contribuindo também para aliviar a sensação subjetiva de jet lag.

Apresentação:

Cada comprimido fornece:

Melatonina 1 mg

Liberação rápida de 15 minutos, pronta para ser rapidamente absorvida e utilizada pelo corpo.



Melatonina 1 mg 60 comprimidos

EAN: 5055148414207 FABRICANTE: LAMBERTS



Adequado para vegetarianos e adequado para veganos.

Precauções

Não ingerir por mulheres grávidas ou lactantes.

Nota sobre alérgenos

A seguinte lista de alérgenos está excluída: trigo, cevada, ovos, leite (e produtos lácteos), lactose, nozes, sulfitos e ingredientes que contêm glúten.

Instruções de armazenamento

Conservar em local fresco e seco, protegido da luz e fora do alcance das crianças pequenas.

Instruções de uso:

- Tomar 1 comprimido por dia, 30 minutos antes de deitar.
- Não exceda a dose diária expressamente recomendada.
- Com um contêiner você tem: 60 dias.

