

Melatonina 1 mg 60 tabletas

EAN: 5055148414207

FABRICANTE: LAMBERTS



La melatonina, conocida también como la hormona del sueño, es una hormona que se produce de manera natural en la glándula pineal, y tiene una función significativa en el ciclo de sueño.

DESCRIPCIÓN

Su producción y liberación está influenciada por la oscuridad, ya que esta se libera al caer la noche, indicando al cuerpo que es hora de dormir, y de levantarse en la mañana. Un desajuste en la producción de la misma, debido a cambios de horarios de trabajo, viajes y jetlag, estrés, menopausia, etc., puede producir cambios en el ciclo de sueño.

La hormona melatonina, contribuye a la regulación del ritmo circadiano, ritmo biológico, controla los ciclos sueño-vigilia, las fases y la calidad del sueño, la recuperación corporal durante la noche. Es producida naturalmente y ayuda a combatir la acción de los radicales libres, causantes del envejecimiento.

La producción de melatonina puede variar con la edad (disminuye al hacernos mayores), el estrés, la estación del año o la temperatura, entre otros. El principal factor desencadenante de su secreción es la oscuridad, aunque también se segrega después de comer. En ocasiones el insomnio puede estar vinculado a la falta de melatonina.

Un sueño reparador es fundamental para que nuestro organismo restablezca el equilibrio, preparándonos para afrontar otro día con la sensación de estar 100% descansados.

Para abordar estos problemas de sueño, muchas personas elijen el uso de complementos alimenticios que contienen melatonina, los cuales están formulados para ayudar a mejorar el ciclo del sueño.

Este es un complemento alimenticio dirigido a ayudar a conciliar el sueño, ya que contribuye a disminuir el tiempo necesario para conciliarlo, reforzando y haciendo la función de la melatonina, contribuyendo además a aliviar la sensación subjetiva de desfase horario.

Presentación:

Cada tableta aporta:

Melatonina 1 mg

Liberación rápida de 15 minutos, lista para ser absorbida y utilizada rápidamente por el cuerpo.



Melatonina 1 mg 60 tabletas

EAN: 5055148414207 FABRICANTE: LAMBERTS



Apto para Vegetarianos y Apto para Veganos.

Precauciones

No ingerir por mujeres embarazadas o en periodo de lactancia.

Nota de alérgenos

Se excluye la siguiente lista de alérgenos: trigo, cebada, huevos, leche (y productos lácteos), lactosa, frutos secos, sulfitos e ingredientes que contienen gluten.

Instrucciones de almacenamiento

Almacenar en un lugar fresco, seco, protegido de la luz y lejos del alcance de los niños más pequeños.

Modo de empleo:

- Tome 1 tableta diariamente, 30 minutos antes de ir a la cama.
- No superar la dosis diaria expresamente recomendada.
- Con un envase tiene para: 60 días.

