

Estado Puro Melatonina 1 mg 180 Comp

EAN: 8436005301224 FABRICANTE: TONGIL



Complemento alimenticio a base de Melatonina.

DESCRIPCIÓN

¿Para qué sirve Estado Puro Melatonina de Tongil?

La Melatonina contribuye a disminuir el tiempo necesario para **conciliar el sueño** y a aliviar la sensación subjetiva de desfase horario (**jet-lag**).

¿Qué contiene Estado Puro Melatonina de Tongil?

Cada comprimido aporta 1 mg de Melatonina pura (1-acetil-5-metoxitritamina).

La Melatonina es una hormona que se produce en la glándula pineal y cuya liberación es estimulada por la oscuridad y suprimida en presencia de la luz.

Es responsable de los procesos fisiológicos que regulan el sueño y su secreción en sangre sigue un ritmo circadiano: se inicia al anochecer llegando a su máxima concentración durante la noche, decrece al mínimo por la mañana y permanece muy baja durante todo el día.

INGREDIENTES ACTIVOS / DOSIS DIARIA (1 COMPRIMIDO)

- Melatonina 1 mg.
- Otros ingredientes: Agentes de carga (celulosa microcristalina y sorbitol), antiaglomerantes (estearato de magnesio y dióxido de silicio).

Modo de empleo

Tomar 1 comprimido al día. El efecto beneficioso para conciliar el sueño se consigue con una ingesta de 1 mg poco antes de irse a dormir.

El efecto beneficioso sobre el desfase horario se consigue con una ingesta mínima de 0,5 mg tomados poco antes de acostarse el primer día de viaje y unos cuantos días después de la llegada al lugar de destino.

