

normo vital®

melatonina

Melatonina 1 mg

Normovital melatonina es un complemento alimenticio con melatonina que disminuye el tiempo necesario para conciliar el sueño y al alivio subjetivo del desfase horario (jet-lag)

¿Qué es el ciclo sueño-vigilia?

La alternancia de estados entre sueño y vigilia es desencadenada por factores externos e internos, como la luz, el nivel de actividad, el estado emocional y los cambios hormonales.

El ciclo de cambio entre sueño y vigilia se llama ritmo circadiano y lo habitual es mantenerse despierto aproximadamente 16 horas durante el día y dormir 8 horas. La melatonina interviene en la regulación de los ciclos de día y de noche o los ciclos de sueño-vigilia.

¿Qué es la melatonina?

La melatonina es una hormona producida por la glándula pineal, situada en el centro del cerebro. La producción de esta hormona se encuentra en su máximo en la primera infancia, empezando a disminuir a partir de los 30 años en adelante hasta que desaparece casi del todo en una edad avanzada. La melatonina es uno de los desencadenantes del proceso de transición vigilia-sueño.

Por lo general, las personas que viajan mucho, y/o personas cuyo horario diario de trabajo cambia, pueden sufrir desajustes / desfases en los horarios del sueño.

Ingredientes:

Ingredientes por comprimido: Aditivos: Agente de carga (celulosa microcristalina); Antiaglomerantes (estearato de magnesio y dióxido de silicio); Ingrediente activo: melatonina 1mg.

Modo de empleo:

- Para disminuir el tiempo necesario para conciliar el sueño: Tomar un comprimido al día. Se recomienda tomarlo una hora antes de acostarse y siempre a la misma hora.
- En caso de Jet lag: tomar un comprimido antes de acostarse, el primer día y durante el resto del viaje y durante algunos días después de la vuelta.

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos a una dieta variada, equilibrada y un modo de vida sano.

No sobrepasar la cantidad diaria recomendada.

Mantener fuera del alcance y vista de los niños.

Mantener en lugar fresco y seco.

60 comprimidos.

Vía oral.

Peso neto: 18 g

LABORATORIOS NORMON, S.A.

Ronda de Valdecarrizo, nº 6

28760 Tres Cantos – Madrid

www.normon.es

Normon te presenta sus otros complementos alimenticios de la completa gama de Normovital y Normocare



Extracto 100% Arándano Rojo Americano 275 mg



Contribuye a mantener tu rendimiento energético adecuado.



NORMON

OTC

Fecha última revisión: Marzo 2017