Melatovil 20Ml

Codice: 2277

€ 7,63 ~~€ 10,90~~ - 30%

MELATOVIL - Integratore a supporto del riposo notturno YAMAMOTO NUTRITION

Yamamoto® Research Melatovil® è un integratore alimentare di melatonina. La Melatonina, conosciuta anche come “ormone del sonno”, è un ormone idro-solubile che regola il ciclo sonno-veglia. Tutti noi la produciamo ogni giorno, a partire dalla serotonina, e la sua sintesi avviene prettamente quando si fa buio (nell'oscurità), a carico dell'epifisi (o ghiandola pineale), nel nostro cervello. Alcuni alimenti contengono naturalmente melatonina, ma in quantità davvero irrisorie. La sua produzione è influenzata da diversi fattori, e tra i principali sicuramente la luce, l'età, la dieta e la presenza di altri ormoni. Come spiegato in precedenza, la luce inibisce la produzione di melatonina, che è infatti stimolata solo durante la notte: quando lo stimolo luminoso arriva alla retina viene trasmesso un segnale all'epifisi per bloccarne la secrezione. Anche l'età gioca un ruolo importante, perché la sua produzione viene via via ridotta con il passare degli anni, a causa della calcificazione dell'epifisi. Anche troppa caffeina e stress possono limitarne la sintesi. Risulta quindi facilmente comprensibile che in diversi casi potrebbe essere necessaria la sua integrazione. La melatonina viene comunemente utilizzata per il suo supporto alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno (l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione, poco prima di coricarsi, di 1 mg di melatonina). Si è dimostrata efficace soprattutto nell'aiutare le persone a prendere sonno, perché agisce andando a ripristinare i ritmi biologici dell'organismo (ritmi circadiani). Contribuisce inoltre ad alleviare gli effetti del jet lag (l'effetto benefico di ottiene con l'assunzione poco prima di coricarsi, di un minimo di 0,5 mg il primo giorno di viaggio e per alcuni giorni dopo l'arrivo a destinazione), e la sua efficacia è stata ampiamente documentata in questo senso. Il jet-lag, ovvero sindrome da fuso orario, colpisce coloro che viaggiano di frequente, e la melatonina interviene in questi casi per regolarizzare il nostro “orologio interno”, scombussolato dal cambio orario. Diversi studi sostengono che 1 o 2 mg di melatonina siano sufficienti per ripristinare i valori ematici di questo ormone. Per questo motivo, consigliamo di assumere 20 gocce (1 ml) una volta al giorno, tal quali o da diluire in acqua, la sera prima di coricarsi. Modalità d'uso: assumere 20 gocce (1 ml) una volta al giorno, tal quali o diluire in acqua, la sera prima di coricarsi. Contenuto netto: 20 ml Modalità di conservazione: conservare in un luogo fresco. Evitare l'esposizione a fonti di calore e luce solare. Non scaricare dopo l'uso. Avvertenze: non superare la dose giornaliera consigliata. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata. Una dieta variata ed equilibrata e uno stile di vita sano sono importanti. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni. Conservare in luogo fresco ed asciutto, lontano da fonti di calore e dalla luce. Non disperdere nell'ambiente dopo l'uso.

VALORI NUTRIZIONALI

Per porzione: 1 ml (20 gocce)

Plus Power Supplements
Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)
+39 0805125834
Url: https://pluspowersupplements.com/melatovil-20ml

Daisuke E-commerce by www.pianetaitalia.com

Melatonina

1 mg

INGREDIENTI

Acqua, stabilizzante: glicerolo, aromi, acidifcante: acido citrico, conservante: sorbato di potassio, melatonina, edulcorante: sucralosio.

Modo d’uso

Si consiglia l'assunzione di 20 gocce di prodotto tal quali o diluite in un bicchiere d'acqua prima di coricarsi.

Avvertenze

L'assunzione non deve superare la dose giornaliera consigliata. Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta variata ed equilibrata ed un sano stile di vita. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni.

Caratteristiche

Non contenenti	
Tipologia alimentare	Vegano/Vegetariano
Marca	Yamamoto Nutrition

Daisuke E-commerce by www.pianetaitalia.com

Plus Power Supplements
Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)
+39 0805125834
Url: https://pluspowersupplements.com/melatovil-20ml