

# Melatonina

Fabricante: Cromoflorais

## Apresentação:

0,21mg/gota | 30ml

## Composição do produto:

Água, melatonina, antioxidante ácido cítrico, conservador sorbato de potássio.  
NÃO CONTÉM GLÚTEN.

## Rápida Absorção | Vegano

Sem valor energético. Zero açúcares. Zero lactose.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL		
Porção 0,05ml (1 gota)		
Quantidade por porção		VD% (*)
Melatonina	0,21mg	
Não contém quantidade significativa de carboidratos, proteínas, gorduras <i>trans</i> , fibra alimentar e sódio.		

A melatonina é um hormônio sintetizado a partir do aminoácido essencial triptofano, via serotonina. Essa substância está naturalmente presente em alimentos em quantidades muito pequenas e tem como principal função fisiológica regular o comportamento relacionado à escuridão e à propensão ao sono.

Pessoas com distúrbios de sono podem apresentar redução no desempenho diário, sonolência excessiva ou insônia e imunossupressão. Durante o envelhecimento, a síntese de melatonina endógena diminui, podendo resultar em um aumento dos distúrbios de sono nas pessoas mais velhas.

Estudos relatam que o uso de melatonina exógena pode auxiliar no tempo total de sono; na qualidade do sono; na prevenção e/ou na redução de efeitos de JET LAG e nos distúrbios de sono por trabalho noturno; na redução do tempo de adormecimento; no ajuste do ritmo circadiano do corpo; na regulação do ciclo vigília-sono; no alívio sintomático de insônia temporária; e no tratamento a curto prazo da insônia primária em pessoas acima de 55 anos.

## Principais benefícios:

- Alivia sintomaticamente a insônia temporária.
- Auxilia no tratamento a curto prazo da insônia primária em pessoas acima de 55 anos.

- Aumenta o tempo total de sono.
- Previne efeitos de JET LAG (distúrbio temporário do sono devido a mudança de fuso horário).
- Previne distúrbios de sono por trabalho noturno.
- Reduz o tempo de adormecimento.

#### Contraindicações:

Produto não deve ser consumido por gestantes, lactantes, crianças e pessoas envolvidas em atividades que requerem atenção constante.

Pessoas com enfermidades e/ou sob o uso de medicamentos, consulte seu Médico.

#### Cuidados:

Manter o produto bem fechado em local fresco, seco, inodoro e ao abrigo da luz.

#### Sugestão de uso:

Ingerir 1 gota 1 à noite, 1 hora antes de dormir. Agitar antes de usar.

**PRODUTO DESTINADO PARA ADULTOS DE 19 ANOS OU MAIS.**

**Recomendação de uso:** 1 gota diluída em água a noite

Dosagem Diária	Quant. de Gotas	Rendimento Produto
1 mg	5 gotas	120 dias
2 mg	10 gotas	60 dias
3 mg	15 gotas	40 dias
4 mg	20 gotas	30 dias
5 mg	24 gotas	25 dias
6 mg	29 gotas	20 dias
7 mg	33 gotas	18 dias

*\*Tabela para pacientes com prescrição médica*