



MELATONINA + VITAMINA B6

La melatonina es una hormona que está presente en el cuerpo y se relaciona con el sueño, pero disminuye con la edad, por lo que éste se ve afectado. El suplemento melatonina + vitamina B6 es utilizado en los trastornos del sueño, reduciendo el tiempo para conciliar el sueño y la presencia de vitamina B6 ayuda a potenciar su acción.



Dosis: Adultos, 1 cápsula antes de dormir
Notificación Sanitaria: 12136-ALE-0120

MELATONINA + VITAMINA B6

Forma de presentación: cápsulas
Concentración: 540 mg

Beneficios:

La melatonina ayuda a mejorar la calidad del sueño.

- La melatonina tiene un efecto antioxidante, por lo que es capaz de combatir los radicales libres, que generan el envejecimiento celular, además contribuye el fortalecimiento del sistema inmune.
- La vitamina B6 es importante para la síntesis de anticuerpos, que son esenciales para proteger contra enfermedades.
- La vitamina B6 ayuda a mantener saludable el sistema nervioso, al metabolismo energético normal, a la formación normal de glóbulos rojos.

Efectos de la falta de consumo:

- La falta de melatonina puede producir trastornos de sueño.
- La carencia de vitamina B6 puede ocasionar cansancio, mareos, confusión, depresión, irritabilidad.