

CODIGO NACIONAL CONSEJO GENERAL DE FARMACEUTICOS C.N. 162 062
C.N. 162062 MELATONINA ZENTRUM (antes Melatonina Pure+)

- ¿En qué alimentos se encuentra la Melatonina?

La Melatonina no se encuentra presente en la alimentación, por ello en caso de necesidad debe tomarse mediante la toma de suplementos.

- ¿Cómo debe tomarse Melatonina Zentrum +?

En general, para mejorar la conciliación del sueño, se recomienda la toma de 1 cápsula media hora antes de acostarse. Es importante apagar la luz al acostarse.

En caso de "jet lag" o adaptación a nuevo horario laboral: 1 cápsula media hora antes de acostarse, la misma noche del viaje o cambio de horario y las 4 noches siguientes.

- ¿Por qué Melatonina Zentrum se presenta en capsulas?

Porque además de 1.8 mg de Melatonina, también tiene añadida en la fórmula, Amapola de California, Tila, Valeriana, Pasiflora y Melisa para reforzar un efecto más inmediato de relajación.

Melatonina Zentrum es un complemento alimenticio, envasado en capsulas de celulosa vegetal (natural), para una administración precisa de la dosis recomendada. Melatonina Zentrum no tiene un sabor desagradable, por lo que se puede abrir perfectamente la capsula para tomar el producto disuelto en un vaso de leche, por ejemplo.

- ¿La Melatonina es un somnífero?

No, la Melatonina es una hormona que produce el propio organismo por lo que no puede considerarse un somnífero.

- ¿La Melatonina puede crear adicción?

No, la Melatonina no es una sustancia ajena al organismo, sino una hormona fabricada por el mismo, por lo que no puede producir adicción.

- ¿Qué cantidad de Melatonina Pure+ Zentrum se recomienda administrar como suplemento?

Se recomienda una capsula al día, 1.8 mg media hora antes de acostarse.

Envase de 60 CAPSULAS PARA 2 MESES PVP 12,80€ 60 cápsulas
6.40€ al mes, 20 céntimos al día.