

Activ Son



Complemento alimenticio a base de triptófano, melisa, vitamina B6 y melatonina que favorece un sueño reparador y apoya el bienestar del sistema nervioso.

INGREDIENTES:

L-triptófano, extracto seco de hoja de *Melissa officinalis* (2% ácido rosmarínico), cápsula de origen vegetal (hidroxipropilmetilcelulosa, colorante: carbonato de calcio), agente de carga (celulosa microcristalina), vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina), antiaglomerantes (sales magnésicas de ácidos grasos), melatonina.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL POR DOSIS DIARIA:

Ingredientes	Por dosis diaria (1 cápsula)	*VRN
L-triptófano	200 mg	—
Extracto seco de hoja de <i>Melissa officinalis</i> (2% ácido rosmarínico)	150 mg	—
Vitamina B6	10 mg	714 %
Melatonina	1 mg	

*VRN: Valor de Referencia de Nutrientes

PROPIEDADES:

L-triptófano: El L-triptófano es un aminoácido esencial que el organismo utiliza como precursor de la serotonina, un neurotransmisor relacionado con el estado de ánimo y el bienestar general. También participa indirectamente en la síntesis de melatonina. Su ingesta ha sido estudiada en relación con el equilibrio emocional y el apoyo al descanso en situaciones de estrés.

Melissa officinalis: La hoja de *Melissa officinalis*, rica en ácido rosmarínico, ha sido utilizada tradicionalmente en situaciones de agitación y alteraciones del sueño. Su composición fenólica ha despertado interés por su posible papel en la respuesta frente al estrés y el apoyo a una relajación natural.

Vitamina B6: La vitamina B6 interviene en múltiples procesos fisiológicos, incluyendo el metabolismo de aminoácidos como el triptófano. Está implicada en la síntesis de neurotransmisores y puede contribuir al equilibrio del sistema nervioso cuando se ingiere dentro de una dieta variada y equilibrada. También se ha estudiado en relación con la fatiga y el rendimiento psicológico.

Melatonina: La melatonina es una sustancia producida de forma natural por el organismo en respuesta a la oscuridad. Su uso en complementos alimenticios está relacionado con la preparación para el descanso nocturno.

Activ Son

ALEGACIONES DE SALUD:

Melisa: Ayuda a mantener un sueño saludable

Vitamina B6: Contribuye al funcionamiento normal del sistema nervioso

Melatonina: Contribuye a disminuir el tiempo necesario para conciliar el sueño. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta de 1mg de melatonina poco antes de irse a dormir

IDEAL PARA:

- ✓ Ciclos de sueño saludables y facilitar la conciliación del sueño
- ✓ Mejorar el descanso y regular el ritmo circadiano
- ✓ Apoyar el sistema nervioso durante el sueño y reducir el cansancio y la fatiga
- ✓ Usuarios con insomnio ocasional de tipo conciliación, con afección del estado de ánimo

Presentación: 30 cápsulas

Modo de uso: 1 cápsula al día con un gran vaso de agua, media hora antes de ir a dormir

Activ Son, el descanso que tu cuerpo necesita, para un sueño saludable, un sistema nervioso reposado y una fácil conciliación del sueño.

Mantén una rutina saludable, haz ejercicio y usa Activ Son para disfrutar de un sueño reparador, un sistema nervioso reposado y una conciliación del sueño natural.

Ingredientes activos respaldados científicamente:

L-triptófano: Aminoácido esencial presente en algunos alimentos, es precursor de la melatonina, hormona responsable de regular el ciclo sueño-vigilia ⁽¹⁾

Melisa (*Melissa officinalis*): La Agencia Europea del Medicamento (EMA) recomienda su uso tradicional para facilitar el sueño ⁽²⁾

Vitamina B6: El Reglamento N° 432/2012 de la Comisión, aprueba que esta vitamina contribuye al funcionamiento normal del sistema nervioso

Melatonina: Hormona que regula el ciclo sueño-vigilia. Se ha sugerido que su falta puede ser, en parte, responsable de los trastornos del sueño ⁽³⁾ El Reglamento N°432/2012 de la Comisión, indica que contribuye a disminuir el tiempo necesario para conciliar el sueño.

Fórmulas desarrolladas por el Dr. Josep Allué (Apdena Consult) y fabricadas con calidad farmacéutica.

PRECAUCIONES:

- No debe ser usado por mujeres embarazadas, ni por aquellas personas que estén siendo tratadas con antidepresivos o que padezcan de insuficiencia renal
- Se desaconseja su uso en niños
- Evitar su uso en persona que presentan alergia a alguno de sus ingredientes

www.natural-distributions.com / +34 656161026 / info@natural-distributions.com

BIBLIOGRAFÍA:

(1)Díaz-Negrillo A. Bases bioquímicas implicadas en la regulación del sueño. Arco Neurocién. 2013;18 (1):42-50.

(2).EMA-HMPC. Community herbal monograph on *Melissa officinalis* L., folium. London: EMA. Doc. Ref.: EMEA/HMPC/196745/2012. Adopted: 14/5/2013.

(3). Pozaj.J, Pujol M, Ortega- Albás J.J, Romero O (2022) Melatonina en los trastornos de sueño, Neurología, Volume 37, Issue 7,2022, Pages 575-585, ISSN 0213-4853.