

Gli ingredienti di Biosleep® possono favorire il sonno. La modalità d'azione di Biosleep® è dovuta alla combinazione equilibrata di ingredienti naturali e biogeni che aiutano a ridurre la stanchezza e l'affaticamento e contribuiscono a un normale metabolismo energetico.

Principi di base:

Se il sonno è compromesso, può essere difficile addormentarsi e/o dormire tutta la notte. La difficoltà ad addormentarsi può essere causata anche dall'assunzione di sostanze stimolanti come caffè, bevande a base di cola e simili. Altri fattori che possono rendere difficile addormentarsi rapidamente sono il rumore, il dolore, lo stress e la preoccupazione. La difficoltà di addormentarsi durante la notte porta spesso a una mancanza di periodi di sonno prolungati e continui. Tuttavia, esistono molte soluzioni naturali per migliorare il sonno, ad esempio facendo regolare esercizio fisico durante il giorno ed evitando la luce la sera. Inoltre, esistono alcune piante che aiutano a favorire un sonno normale.

Griffonia Simplicifolia: i semi di questa pianta africana contengono, tra l'altro, una certa quantità di 5-idrossitriptofano. Si tratta di un precursore diretto della serotonina, che si forma dall'aminoacido essenziale triptofano. La serotonina, a sua volta, può essere convertita in melatonina durante la notte, con effetti positivi sul sonno.

Per ottimizzare il metabolismo della Griffonia, è importante anche una quantità sufficiente di **vitamina B6**. Questa vitamina si trova in quasi tutti gli alimenti animali e vegetali. La **vitamina B6** può contribuire al normale metabolismo energetico e alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento. Può inoltre favorire la normale funzione del sistema immunitario e nervoso.

La **valeriana** o gli estratti della radice si trovano, ad esempio, nei monoprodotti, in alcune bevande, nei gelati, nei prodotti da forno e negli additivi per il bagno. Tuttavia, può essere gustata anche sotto forma di tisane. Si tratta di un principio attivo vegetale che può aiutare a indurre il sonno, a promuovere il sonno profondo e a favorire i sogni. Un vantaggio della valeriana è che non provoca la stanchezza mattutina, ma può avere effetti ansiolitici.

Anche il **luppolo**, ingrediente importante della birra, può avere un effetto calmante e favorire il sonno. Altre piante adatte a favorire il sonno sono la menta piperita, la camomilla, la melissa e la passiflora.

La giusta combinazione di queste sostanze vegetali non solo ha un effetto stimolante e rilassante sul sonno, ma è anche in grado di sostenere un percorso di sonno continuo secondo le fasi fisiologiche del sonno. L'estratto di pepe nero **piperina** è utile per aumentare la biodisponibilità di vari micronutrienti.

Se l'apporto di questi nutrienti attraverso la dieta non è sufficiente o il fabbisogno è aumentato, è possibile integrarli con speciali integratori alimentari.

Ingredienti:

Una capsula contiene:

5-idrossitriptofano	50 mg
Vitamina B6	2 mg
Radice di valeriana	100 mg
Foglie di menta piperita	100 mg
Estratto di passiflora	50 mg
Camomilla	20 mg
Melissa	100 mg
Luppolo	30 mg
Estratto di radice di valeriana 4:1	15 mg
Bioperine®	2,5 mg

Altri ingredienti:

Stearato di Magnesio.

Il prodotto è vegetariano, senza glutine, senza lattosio, o geneticamente modificato.

Guscio della capsula vegetariano.

Consumo consigliato:

Somministrare normalmente 1-2 capsule devono essere assunte circa 1 ora prima di coricarsi, ma non prima di 2 ore dall'ultimo pasto.

Note:

Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta equilibrata e varia e di uno stile di vita sano. Non superare la dose giornaliera raccomandata. Tenere fuori dalla portata dei bambini. Conservare al riparo dalla luce e all'asciutto, a temperatura ambiente. Le informazioni pubblicate non costituiscono una cura e non sono intese come richiesta o suggerimento di automedicazione.

Sebbene alcune delle affermazioni sopra riportate sui singoli micronutrienti derivino da studi scientifici, sono state classificate come "non ancora sufficientemente provate" da autorità ufficiali come l'Autorità europea per la sicurezza alimentare (EFSA), il che significa che non è possibile confermare alcun effetto positivo.

Il prodotto qui descritto non è stato valutato in modo definitivo dalla Food and Drug Administration (FDA; USA) o dall'Autorità europea per la sicurezza alimentare (EFSA; Europa). Questo prodotto non è destinato a diagnosticare, trattare, curare o prevenire alcuna malattia". Salvo errori e refusi. VBX-1-24

Fabricante



VitaBasix®

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | info@vitabasix.com