



CIRCATON

Giorni e Notti Serene



A BASE DI
PRINCIPI ATTIVI NATURALI
TRIPTOFANO - MELATONINA - MAGNESIO - VIT B6

simefarm.it

CIRCATON

40 COMPRESSE

TRIPTOFANO- MAGNESIO – MELATONINA – VIT B6

MELATONINA: la melatonina è un ormone lipo-idrosolubile prodotto dall'episi. Viene secreta durante la notte in risposta alla mancata stimolazione dei fotorecettori retinici da parte della luce. La melatonina regola il ciclo circadiano dell'organismo. La sua secrezione viene regolata dalla luce. Quando lo stimolo arriva alla retina viene trasmesso un segnale all'epifisi dove viene inibita la sua secrezione. Il buio, ne stimola il rilascio, per questo motivo la melatonina ha un picco nelle ore notturne e valori molto più bassi (NADIR) durante il giorno. Dato che la melatonina ha un effetto sedativo il cervello la utilizza come una sorta di segnale per informare l'organismo che è buio e che per tanto è giunto il momento del dormire.

TRIPTOFANO: è un amminoacido essenziale che l'organismo umano non è in grado di sintetizzare. Il Triptofano è un precursore della Serotonina e della Melatonina. Promuove il sonno per la sua capacità di innalzare nel cervello i livelli della Serotonina, sostanza che, se presente in dosi moderate, svolge un'azione calmante, e della Melatonina, un ormone prodotto dalla ghiandola Pineale in risposta al buio o alla poca luce, che induce sonnolenza. Alcune ricerche cliniche hanno confermato l'utilità del Triptofano come sonnifero naturale per i disturbi legati ad un basso livello di Serotonina.

MAGNESIO: facilita la trasmissione degli impulsi nervosi intervenendo nel meccanismo di trasporto del sodio e del potassio attraverso la membrana cellulare. Il magnesio intracellulare attiva l'esochinasi, enzima che catalizza il primo stadio della glicolisi (processo attraverso il quale gli zuccheri vengono "bruciati" per produrre l'energia indispensabile alle cellule, in particolare quelle nervose e muscolari che ne consumano in grande quantità). Lo stress tende ad esaurire le riserve di magnesio dell'organismo. Una carenza di magnesio determina disturbi nervosi e insonnia di tipo II, caratterizzata da addormentamento regolare ma da frequenti risvegli notturni; il paziente si sveglia stanco anche dopo diverse ore di sonno.

(l'insonnia di tipo I, caratterizzata dalla difficoltà all'addormentarsi, è invece legata ad una carenza di calcio).

VITAMINA B6 : coenzima necessario per il metabolismo degli amminoacidi e degli acidi grassi

POSOLOGIA:

SI CONSIGLIA L'ASSUNZIONE DI 2 CPR PRIMA DI CORICARSI O SECONDO INDICAZIONE DEL MEDICO

CONFEZIONE: BLISTER DA 30 COMPRESSE

AVVERTENZE:

NON ASSUMERE IN GRAVIDANZA
TENERE FUORI DALLA PORTATA DEI BAMBINI
NON SUPERARE LE DOSI CONSIGLIATE

PER 1 CPR

MAGNESIO

12 mg

VITAMINA B6

1 mg

TRIPTOFANO

10 mg

MELATONINA

1 mg



- SOSTANZE NATURALI PER INNALZARE NEL CERVELLO I LIVELLI DI SEROTONINA E DELLA MELATONINA (TRIPTOFANO)

- MIGLIORARE LA QUALITÀ DEL SONNO SENZA INFLUENZARE LO STATO DI VIGILANZA MENTALE (MELATONINA)

- AUMENTARE I LIVELLI DI MAGNESIO LA CUI CARENZA È CAUSA DI INSONNIA DI TIPO II (MAGNESIO)





BIBLIOGRAFIA

- CANIATOR. ET AL: MELATONIN IN PLANTS, IN ADV 2003
PAREDES SD ETC AL: PHYTOMELATONIN A REVIEW IN S. EXP. BOT 2009
MARAZZIT D. : SERA TONIN AND PSICOPATOLOGY
COLZATO L. : UNIVERSITIES OF LEIDEN AND MÜSTER PROMOTES INTERPERSONAL TRUST,
PSYCHOLOGICAL SCIENCE (2013)
MORGENTHALER J. ETC AL : SHTP : THE3 NATURAL ALTERNATIVE TO PROZAC

*Principi naturali
in azione sinergica
per favorire la tranquillità
del giorno e del riposo notturno.*

*Preparato ottenuto da materie prime
vegetali , titolate e standardizzate,
provenienti da coltivazione controllata.*

*Le sostanze utilizzate alle dosi consigliate
non presentano effetti collaterali o controindicazioni.*

