



APPORTI MEDI IN ELEMENTI CARATTERIZZANTI	
ELEMENTO	PER DOSE GIORNALIERA (1cpr al dì)
Melatonina	1 mg

NATURMEL Melatonina 1 mg è un integratore alimentare a base di melatonina. La melatonina, quando assunta alla dose di 1 mg poco prima di coricarsi, esercita un effetto benefico contribuendo a ridurre il tempo richiesto per prendere sonno; a partire da un dosaggio di 0,5 mg contribuisce inoltre ad alleviare gli effetti del jet lag.

Ingredienti: Agente di carica: cellulosa microcristallina; Antiagglomeranti: talco, magnesio stearato vegetale, biossido di silicio; melatonina.



La **melatonina**, quando assunta alla dose di 1 mg poco prima di coricarsi, esercita un effetto benefico contribuendo a ridurre il tempo richiesto per prendere sonno; a partire da un dosaggio di 0,5 mg contribuisce inoltre ad alleviare gli effetti del jet lag.

Posologia: si consiglia di assumere 1 compressa (pari ad 1 mg di melatonina) alla sera, poco prima di coricarsi, con un bicchiere d'acqua. Per alleviare gli effetti del jet lag si consiglia di assumere la compressa il primo giorno di viaggio e per alcuni giorni dopo l'arrivo a destinazione.