# Biosleep®

**INFORMACIÓN DEL PRODUCTO**

*Los ingredientes de Biosleep® pueden favorecer positivamente el sueño. El modo de acción de Biosleep® se debe a la combinación equilibrada de ingredientes naturales y biogénicos que ayudan a reducir el cansancio y la fatiga y contribuyen al metabolismo energético normal.*

## Bases:

Si el sueño está alterado, puede resultar difícil conciliar el sueño y/o dormir toda la noche. La dificultad para conciliar el sueño también puede deberse a la ingesta de estimulantes como el café, los refrescos de cola y similares.
Otros factores que pueden dificultar conciliar el sueño rápidamente son el ruido, el dolor, el estrés y las preocupaciones. La dificultad para conciliar el sueño durante la noche suele conducir a la falta de periodos prolongados y continuos de sueño. Sin embargo, existen numerosas soluciones naturales para mejorar el sueño, como hacer ejercicio regularmente durante el día y evitar la luz por la noche. También hay ciertas plantas que ayudan a favorecer un sueño normal.

**Griffonia Simplicifolia:** Las semillas de esta planta africana contienen, entre otras cosas, una cierta cantidad de 5-hidroxitriptófano. Se trata de un precursor directo de la serotonina, que se forma a partir del aminoácido esencial triptófano. La serotonina, a su vez, puede convertirse en melatonina por la noche, lo que puede tener un efecto positivo sobre el sueño.
Para optimizar el metabolismo de la Griffonia, también son importantes cantidades suficientes de **vitamina B6**. Esta vitamina se encuentra en casi todos los alimentos de origen animal y vegetal. **La vitamina B6** puede contribuir al metabolismo energético normal y a la reducción del cansancio y la fatiga. También puede contribuir al funcionamiento normal de los sistemas inmunitario y nervioso.

**La valeriana** o los extractos de la raíz pueden encontrarse en monoproductos, determinadas bebidas, , productos de panadería y aditivos para el baño, por ejemplo. Sin embargo, también puede disfrutarse en forma de infusiones. Es un componente activo de la planta que puede ayudar a inducir el sueño, promover el sueño profundo y favorecer la ensoñación. Una ventaja de la valeriana es que no provoca fatiga matutina y puede tener efectos ansiolíticos.

**El lúpulo**, un componente importante de la cerveza, también puede tener un efecto calmante y favorecedor del sueño. Otras plantas adecuadas para favorecer el sueño son la menta piperita, la manzanilla, la melisa y la pasiflora.
La combinación adecuada de estas sustancias vegetales no sólo tiene un efecto estimulante y relajante del sueño, sino que también puede favorecer un sueño continuo de acuerdo con las fases fisiológicas del sueño.
**La piperina,** extracto de la pimienta negra, ayuda a aumentar la biodisponibilidad de diversos micronutrientes.

## Notas:

Los complementos alimenticios no no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada y variada y un y un estilo de vida saludable. La ingesta diaria recomendada no debe superarse.Mantener fuera del alcance de los niños.

Conservar protegido de la luz y seco a temperatura ambiente. La información publicada no es una cura y no pretende ser una petición o sugerencia de automedicación.

Aunque algunas de las afirmaciones anteriores sobre micronutrientes concretos proceden de estudios científicos, las autoridades oficiales, como la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA), las han clasificado como "aún no suficientemente probadas", lo que significa que no puede confirmarse ningún efecto positivo.

El producto aquí descrito no ha sido evaluado de forma concluyente por la Food and Drug Administration (FDA; EE.UU.) ni por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (EFSA; Europa). Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

Errores y omisiones Salvo error u omisión. VBX-1-25

## Ingredientes:

| Una cápsula contiene: | |
|---|---|
| Semillas de griffonia simplicifolia | 200 mg |
| (contenía 40 mg 5-hidroxitriptófano) | |
| Vitamina B6 | 2 mg |
| Raíz de valeriana | 75 mg |
| Hojas de menta | 50 mg |
| Extracto de flor de la pasión | 50 mg |
| Manzanilla | 20 mg |
| Toronjil | 50 mg |
| Lúpulo | 30 mg |
| Extracto de raíz de valeriana 4:1 | 15 mg |
| Bioperina® | 2,5 mg |

**Otros ingredientes:**
Estearato de magnesio.
El producto es vegetariano, no contiene gluten ni lactosa y no está modificado genéticamente.
Cápsula vegetariana.

**Consumo recomendado:**
Normalmente deben tomarse 1-2 cápsulas aproximadamente 1 hora antes de acostarse, pero como muy pronto 2 horas después de la última comida.

Si la ingesta de estos nutrientes a través de la dieta no es suficiente o hay una mayor necesidad, pueden complementarse con suplementos dietéticos especiales.

Fabricante

VitaBasix®

de LHP Inc.
www.vitabasix.com | info@vitabasix.com