

Serochron® es una composición cronobiológica de micronutrientes para complementar todas las sustancias vitales de las que se carece nutricionalmente o que son cada vez más necesarias debido a determinados estilos de vida, con el fin de favorecer el funcionamiento normal del sistema nervioso, así como la función mental normal.

### Bases:

Aproximadamente una de cada ocho personas sufrirá un trastorno del estado de ánimo a lo largo de su vida. Los afectados pueden experimentar una serie de síntomas emocionales y físicos. Las causas de los trastornos del estado de ánimo son variadas y complejas y están relacionadas principalmente con la predisposición genética, determinados factores psicológicos y cambios neurofisiológicos. Estos últimos se caracterizan por cambios en el equilibrio de ciertos neurotransmisores en el cerebro, es decir, las sustancias mensajeras necesarias para una adecuada transmisión de señales entre las células nerviosas. La serotonina es una de las sustancias mensajeras más importantes. Como la serotonina no puede absorberse a través de los alimentos, el organismo debe producir esta sustancia mensajera por sí mismo a partir de precursores o aminoácidos especiales. El precursor más importante es el aminoácido esencial triptófano. Se encuentra en el queso, el pescado, la carne, las legumbres, los cereales, los frutos secos y los huevos. Pero los espárragos, el puerro, la remolacha y el cacao también contienen mucho triptófano. A partir del triptófano se forma un primer producto de degradación, el 5-hidroxitriptófano.

Este aminoácido modificado también se encuentra como tal en ciertos tipos de plátanos, aves de corral, pero sobre todo en la judía negra africana, Griffonia simplicifolia, donde constituye el 20% del peso seco de la judía. En un paso enzimático posterior, la serotonina se produce finalmente a partir del 5-hidroxitriptófano.

Además de su efecto positivo sobre el estado de ánimo, la serotonina también influye en la dilatación de los vasos sanguíneos de los músculos y, por lo tanto, ayuda a mantener una circulación sanguínea normal y a garantizar un suministro óptimo de sangre a los músculos. En el cerebro, la serotonina tiene propiedades ansiolíticas y mejora el estado de ánimo. Si además se metaboliza durante la noche, se produce la hormona melatonina, que se asocia positivamente con el sueño.

Las vitaminas B3 y B6 (presentes en muchos alimentos de origen animal y vegetal) favorecen estos procesos, ya que contribuyen a que el triptófano se convierta principalmente en serotonina y no se metabolice a través de la vía alternativa de degradación de la cinurenina.

Todos estos nutrientes pueden contribuir a aumentar los niveles de serotonina en el cerebro y, por tanto, a mantener un estado de ánimo positivo. También pueden ayudar a regular el apetito y reducir la sensación de dolor.

Las semillas de la planta Griffonia contienen un 20 % del aminoácido 5-hidroxitriptófano, a partir del cual el organismo puede producir serotonina.

Si la ingesta de precursores de la serotonina a través de la dieta no es suficiente o existe una mayor necesidad, estos nutrientes pueden complementarse con complementos alimenticios especiales.

### Ingredientes:

#### Un comprimido contiene:

Semilla de griffonia simplicifolia (liberación inmediata, contenía 50 mg 5-hidroxitriptófano)	250 mg
L-triptófano (liberación lenta)	250 mg
Niacinamida (Vitamin B3)	9 mg
Vitamina B6	1 mg

**Otros componentes:** Celulosa Microcristalina (incluidas carboximetilcelulosa e hidroxipropilmetilcelulosa), Fosfato Cálcico, Estearato de Magnesio, Talco.

### Consumo recomendado:

**Depresiones:** 1 comprimido por la mañana (si se considera necesario, tomar otro comprimido al mediodía)

**Migraña:** 1 comprimido por la mañana y 1 al mediodía

**Fibromialgia:** 3 comprimidos repartidos a lo largo del día. Para aumentar el bienestar general y equilibrar el estado de ánimo, tomar 1 comprimido por la mañana, con bastante líquido.

### Notas:

Los complementos alimenticios no deben utilizarse como sustitutos de una dieta equilibrada y variada 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.

---

Serochron®-Grupos de productos

 Cronobiología

 Nervios, psique y humor

 Sueño y relajación

 Metabolismo, intestino y digestión

Fabricante



**VitaBasix**®

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [info@vitabasix.com](mailto:info@vitabasix.com)