

Duas novas formas de
desejar uma boa noite.



Melatonin Duo
Rest is Essential

Um bom dia começa com uma boa noite de sono

Em qualquer idade, uma boa noite de sono tem poderes restauradores para a saúde. É durante a noite que nosso corpo se recupera e trabalha para manter o equilíbrio do nosso **sistema imunológico, endócrino e neurológico.**

A privação do sono torna o corpo menos resiliente, afetando nosso estado emocional e várias funções biológicas, além de comprometer a função cognitiva e a memória.

Precisamos relaxar e dormir bem para exercer nossa capacidade natural de renovação, lidar positivamente com o estresse e acordar com disposição para aproveitar um dia cheio de novas possibilidades.

O que é melatonina?

A melatonina é uma substância produzida naturalmente em nosso corpo que também é conhecida como “hormônio da noite”, pois sua liberação acontece com mais intensidade no período noturno.

Entre suas diversas funções, está a atuação como um dos principais reguladores do sono. Funciona como um mensageiro que prepara nosso corpo para mais uma noite de descanso, atuando na restauração dos processos biológicos.

Quando ocorre redução da produção da melatonina, diversas funções no organismo ficam comprometidas. Isso pode acontecer em qualquer idade devido a deficiências nutricionais, exposição à luz de aparelhos eletrônicos e situações que aumentam nosso cortisol, como atividade física à noite ou quando não desligamos de questões do trabalho, por exemplo.



Principais benefícios de suplementar melatonina



Ajuda a adormecer com mais facilidade

O hormônio atua na indução do sono.

Melhora a qualidade do sono

Favorece uma noite de sono tranquila e reparadora.

Ameniza efeitos de jet lag

Por atuar na regulação do ciclo circadiano, pode ser indicada para quem sofre com o efeito durante viagens.

Auxilia no combate à insônia

É uma alternativa para lidar com a falta ou interrupção do sono.

Contribui para um sono reparador

Ter uma boa noite de sono é fundamental para a homeostase do corpo.

Tem efeito antioxidante

Auxilia na proteção contra os radicais livres.

Melatonin Duo

EM COMPRIMIDOS SUBLINGUAIS
PARA RÁPIDA ABSORÇÃO.

Melatonin Duo é uma maneira prática e eficiente de suplementar melatonina. Traz em sua fórmula a **Tecnologia Duo System**, que apresenta um **duplo sistema de liberação da melatonina Micro-SR™**: o primeiro de forma instantânea e o segundo de forma prolongada e contínua, acompanhando o ritmo natural do corpo ao longo da noite.

Melatonin Duo vem em comprimidos sublinguais, sabor menta, que se dissolvem suavemente na boca e são rapidamente absorvidos. É adoçada com adoçantes naturais e livre de corantes e conservantes.



Melatonin Duo Harmony

COMPLEXO COM MELATONINA
E NUTRIENTES SELECIONADOS.

Melatonin Duo Harmony é uma fórmula baseada na sabedoria do nosso corpo e na sua capacidade natural de renovação. Ela traz a melatonina Micro-SR™, também com a **Tecnologia Duo System**, associada a uma **seleção de nutrientes que atuam em sinergia** e contribuem para o estado natural de relaxamento, servindo também como cofatores para a produção de melatonina pelo nosso organismo. O resultado é uma boa noite de descanso e um dia seguinte com mais disposição.

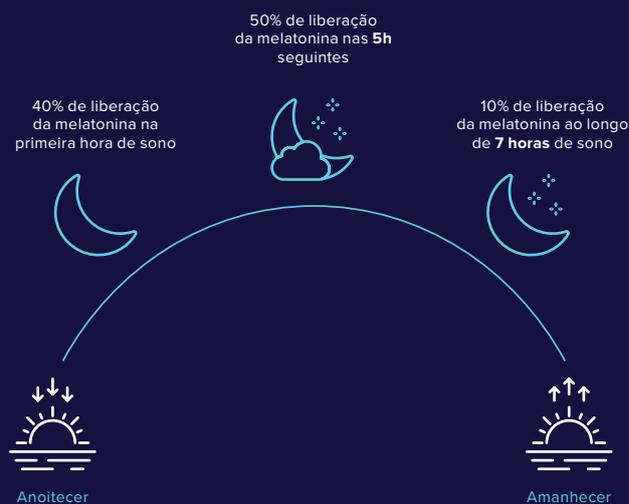
- Melatonina Micro-SR™
- Magnésio quelado
- Zinco quelado
- Inositol
- Triptofano
- Taurina
- Glicina
- Vitamina B6

Duo System: Fast and Slow Release.

Tecnologia inovadora

- LIBERAÇÃO SUSTENTADA POR 8H
- INDUZ E MANTÉM O SONO
- EVITA O DESPERTAR PRECOCE

O grande diferencial das nossas duas novas fórmulas é o sistema Duo. Uma tecnologia inovadora que permite a liberação da melatonina Micro-SR™ no organismo em duas etapas: instantânea e prolongada, favorecendo a manutenção do sono e evitando o despertar precoce.



FAST RELEASE

Libera 40% da melatonina na 1ª hora



SLOW RELEASE

Libera 60% da melatonina nas 7h seguintes

Qual a diferença entre a melatonina tradicional, Melatonin Duo e Melatonin Duo Harmony?

A suplementação da **melatonina tradicional** pode apresentar uma ação imediata, mas sua liberação é menos estável e duradoura. Ou seja, ela permanece por pouco tempo no nosso organismo e logo é eliminada. Dessa forma, muitas pessoas podem despertar no meio da noite e ter dificuldades para retomar o sono.

Melatonin Duo em comprimidos sublinguais traz a Melatonina Micro-SR™ com a inovadora Tecnologia Duo System. Ela apresenta biodisponibilidade otimizada, por sua via de absorção, e sua liberação acontece de forma instantânea e prolongada, se estendendo até o despertar pela manhã.

Já **Melatonin Duo Harmony** combina a mesma melatonina Micro-SR™, com duplo sistema de liberação, a um complexo de ativos que se complementam para proporcionar uma noite reparadora.

Ciclo circadiano: como o nosso corpo entende que é hora de dormir?

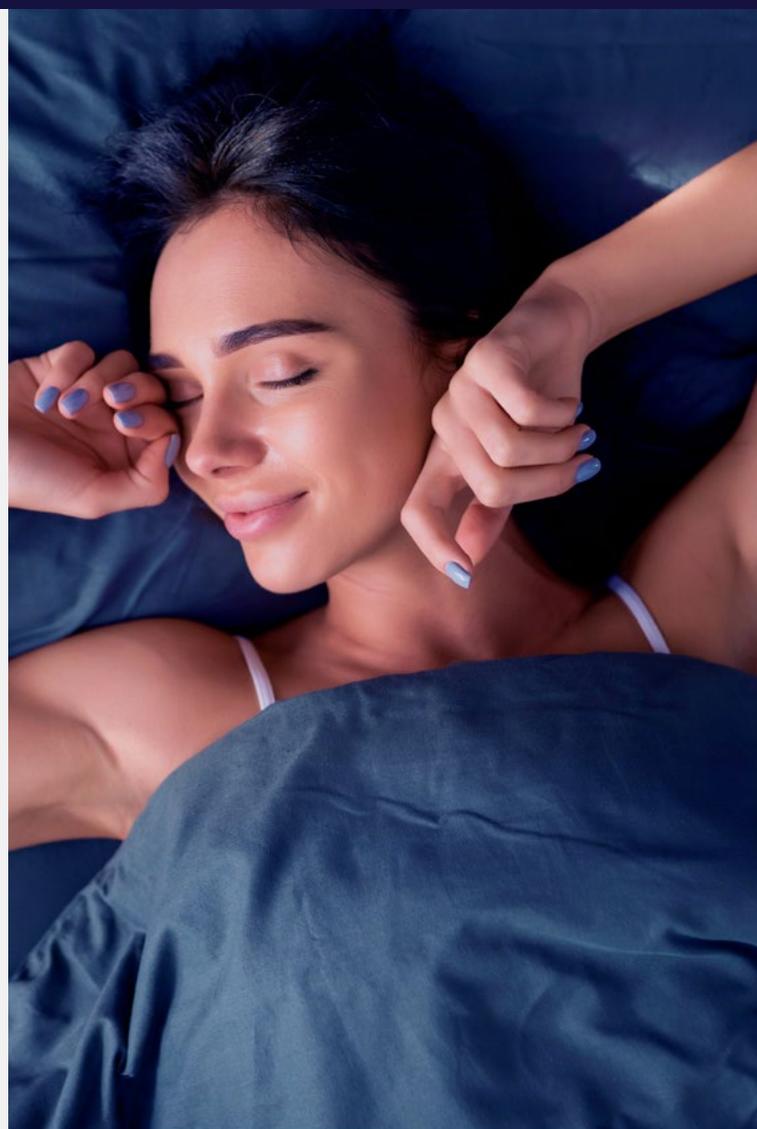
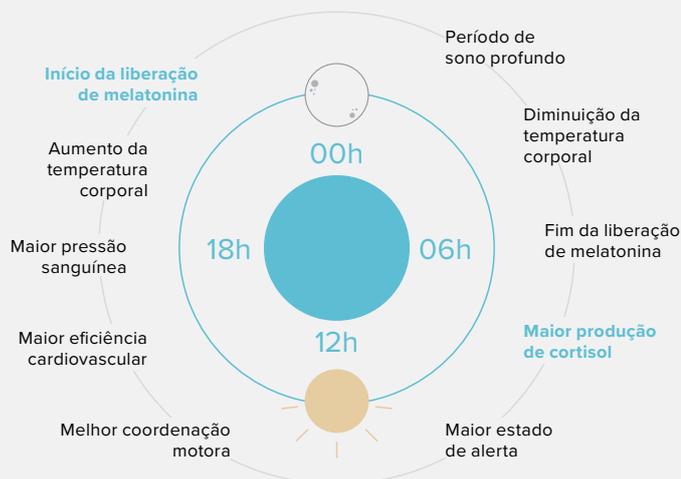
Tudo na natureza tem seu ritmo e tempo certo para acontecer. Assim são as marés, o nascer e o pôr do sol, as fases da lua, a fotossíntese nas plantas e os demais mecanismos biológicos de todos os animais.

O **ciclo ou ritmo circadiano** é o período de 24 horas no qual se baseia um ciclo biológico da maioria dos seres vivos. Esses ritmos são controlados por influências externas, como luz, alimentação, exposição a diferentes temperaturas, época do ano, pressão atmosférica, entre outras. Conhecer o funcionamento desse ciclo pode ajudar a entender uma série de eventos em nosso organismo.

Nossas funções metabólicas obedecem ao ciclo de presença/ausência de luz e são reguladas por dois hormônios-chave nesse processo: o **cortisol** e a **melatonina**.

A presença da luz estimula o cérebro a produzir o cortisol, que nos desperta, enquanto a ausência da luz promove a secreção da melatonina, que nos induz o sono. O aumento do nível de um inibe a produção do outro, e isso acontece todos os dias. Entender isso nos faz pensar duas vezes antes de pegar o celular na hora de dormir.

Veja como funciona o nosso relógio biológico:





Informação Nutricional

Porção: 0.2g (1 comprimido sublingual) %V.D. (*)

Porções por embalagem: 120 comprimidos

Melatonina	0,21mg	**
------------	--------	----

“Não contém quantidades significativas de valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio.”

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000kcal ou 8.400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores, dependendo das suas necessidades energéticas. (**) Valores diários não estabelecidos.

Ingredientes

Melatonina (MICRO-SR™), edulcorantes xilitol, eritritol e estévia, antieméticos celulose microcristalina, estearato de magnésio e dióxido de silício, glazeantes hidroxipropilmetilcelulose e cera de carnaúba e aroma natural de menta. **NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

Recomendação de uso

Antes de dormir, colocar 1 comprimido embaixo da língua e deixar dissolver completamente, ou conforme orientação de médico ou nutricionista.

Sabemos que a dosagem de melatonina varia muito de organismo para organismo, por isso optamos por disponibilizar 120 comprimidos/cápsulas por pote, para que médicos e nutricionistas possam personalizar o tratamento de acordo com as necessidades de cada paciente.



Informação Nutricional

Porção: 0.2g (1 cápsula) %V.D. (*)

Porções por embalagem: 120 cápsulas

Vitamina B6	0,65mg	50%
Magnésio	63mg	24%
Zinco	5,0mg	71%
Inositol	0,1g	**
Glicina	100mg	**
Triptofano	100mg	**
Taurina	100mg	**
Melatonina	0,21mg	**

“Não contém quantidades significativas de valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras trans, fibra alimentar e sódio.”

(*)% Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000kcal ou 8.400kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores, dependendo das suas necessidades energéticas. (**) Valores diários não estabelecidos.

Ingredientes

Bisglicinato de magnésio, L-triptofano, taurina, inositol (mio-inositol), L-glicina, bisglicinato de zinco, melatonina (MICRO-SR™), piridoxal-5-fosfato, antieméticos dióxido de silício, estearato de magnésio e celulose microcristalina, espessante natural hidroxipropilmetilcelulose e glazeante cera de carnaúba. Composição da cápsula: gelatina e água purificada. **NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

Recomendação de uso

Ingerir 1 cápsula antes de dormir, ou conforme orientação de médico ou nutricionista.

Não contém: açúcar, glúten, lactose, conservantes, adoçantes artificiais, aromas artificiais e corantes artificiais.



ESSENTIAL
NUTRITION



essentialnutrition.com.br