

Melatonina + valeriana e passiflora

Suplemento alimentar • 30 cápsulas

A Melatonina ajuda a reduzir o tempo necessário para adormecer¹ e contribui para o alívio dos sintomas subjetivos da diferença horária².

Modo de toma: Tomar 1 cápsula, 20 minutos antes de deitar. ¹Este efeito é obtido consumindo 1 mg de melatonina ao deitar. ²É necessário consumir um mínimo de 0,5 mg antes de se deitar no primeiro dia da viagem e nos dias seguintes após a chegada ao destino.

Recomendações: Não exceder a dose diária recomendada. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado. É importante um regime alimentar equilibrado e um modo de vida saudável. A segurança do uso deste produto em caso de gravidez ou aleitamento não foi determinada, pelo que não se recomenda a sua utilização nestas situações sem o devido acompanhamento de um técnico de saúde. Manter fora do alcance das crianças. Conservar em local fresco e seco.

30 cápsulas de 545 mg

Quantidade líquida: 16,35 g

FORMA+

Suplemento alimentar

Melatonina + valeriana e passiflora

SONO TRANQUILO
1 ao dia

Ingredientes: Antiaglomerantes: amido de milho, celulose, sais de magnésio de ácidos gordos, talco, dióxido de silício; papoila da Califórnia extrato seco (*Eschscholzia californica* Cham., partes aéreas) 117 mg; passiflora extrato seco (*Passiflora incarnata* L., partes aéreas) 117 mg; cidreira extrato seco (*Melissa officinalis* L., folha) 36 mg; tília extrato seco (*Tilia platyphyllos* Scop. e *cordata* Mill., flores) 18 mg; valeriana extrato seco (*Valeriana officinalis* L. Reperis, raiz) 12 mg; melatonina em pó 1 mg. Componentes da cápsula: Gelatina; água.

INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR

Dose diária: 1 cápsula • Doses/embalagem: 30

	Por dose diária	%VRN*
Papoila da Califórnia	117 mg	**
Passiflora	117 mg	**
Cidreira	36 mg	**
Tília	18 mg	**
Valeriana	12 mg	**
Melatonina	1 mg	**

*VRN (Valor de Referência do Nutriente) estabelecido no Regulamento n.º 1169/2011 de 25 de outubro de 2011.

**VRN (Valor de Referência do Nutriente) não estabelecido.

Lote/Consumir de preferência antes do fim de: (ver embalagem)

Fabricado para: **IGNORAMUS - Produtos Naturais, Lda.**
Avenida Nossa Sr.ª de Guadalupe, n.º 71
2135-015 Samora Correia, Portugal
Tel.: 263 659 453 • consumidor@ignoramus.pt
Visite a nossa loja online em www.ignoramus.pt



Ref.: 2760210R30JF

R001

5

6 0 4 3 2 1 0 4 4 3 5 1

