

DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

Melachron®

Melachron® es una fórmula de melatonina basada en la cronobiología que te ayuda a tener un sueño reparador y permanecer dormido de forma natural, sin efectos secundarios dañinos. La fórmula patentada de liberación controlada de Melachron® proporciona melatonina entre seis y ocho horas, asegurando una noche de sueño reparador sin aturdimiento matutino.

Principios de base

Melachron® es una forma de comprimido especialmente formulada de la hormona natural melatonina, que se encuentra en casi todas las formas de vida. La fórmula patentada de Melachron® asegura un suministro biológicamente efectivo de melatonina entre seis y ocho horas.

La melatonina se produce predominantemente en la glándula pineal. A partir de ahí, se libera en el torrente sanguíneo en un ritmo diario establecido, «informando» a todo el cuerpo de las fases circadianas (sueño-vigilia). Debido a que la luz del día inhibe la producción de melatonina, ésta se produce principalmente durante la noche. Además del ritmo circadiano de 24 horas, también existe un ritmo anual basado en las diferentes condiciones de iluminación presentes a lo largo de las estaciones. Como resultado, en el invierno, la melatonina se produce y se libera en la sangre durante un período de tiempo más largo que en el verano. En algunas especies, esto es lo que causa cambios en el color del pelaje, el inicio de la hibernación, la preparación para aparearse y más.

Hasta los 3 meses de edad, los seres humanos no tienen un ritmo pronunciado día/noche regulado por la melatonina. Después de esto, los niveles séricos nocturnos de melatonina comienzan a aumentar y el ritmo circadiano se desarrolla gradualmente. Las concentraciones más altas de melatonina se alcanzan entre el primer y el tercer año de vida, después de lo cual la producción disminuye constantemente. Como resultado, las personas mayores experimentan niveles más bajos de melatonina durante la noche que las personas más jóvenes, cuyos niveles de melatonina generalmente aumentan de ocho a diez veces durante la noche. En las personas mayores, los niveles nocturnos de melatonina a menudo no comienzan a aumentar hasta altas horas de la noche. Los niveles de melatonina en las personas mayores

solo alcanzan un máximo de tres veces los valores diurnos, y solo por un período corto.

Esta diferencia insignificante entre los niveles diurnos y nocturnos en las personas mayores a menudo no es suficiente para transmitir con precisión al cuerpo el cambio entre el día y la noche, ni para controlar el reloj interno.

Efectos

El efecto mejor investigado de la melatonina es su influencia en el ciclo de sueño-vigilia. Mantener los niveles adecuados de melatonina ayuda a minimizar las dificultades para conciliar el sueño, así como los problemas para dormir durante la noche. Debido a su capacidad para restablecer el ciclo de sueño-vigilia, la melatonina también puede ayudar con los síntomas del jet lag: Cuando se toma en el momento correcto durante el viaje, la melatonina puede promover un retorno más rápido a un ciclo regular de sueño-vigilia. La melatonina también es beneficiosa para los trabajadores por turnos que, como los que sufren de jet lag, con frecuencia sufren de trastornos del sueño debido a un ritmo día/noche alterado.

También se ha demostrado que la melatonina presenta una influencia positiva en la calidad de vida en los ancianos. En todos los ensayos clínicos realizados hasta ahora, los niveles más altos de melatonina en los ancianos y los cambios de sueño resultantes mejoraron la sensación de bienestar y la salud en general.

Usos

Sueño: La melatonina fue descubierta por el Dr. Aaron Lerner en 1958. Se empezó a investigar intensamente a principios de la década de 1980, cuando se descubrió su efecto regulador sobre el ciclo de sueño-vigilia y comenzó a usarse para tratar el jet lag y apoyar un ciclo natural de sueño-

vigilia. Los estudios doble ciego han demostrado que la melatonina no solo lo ayuda a conciliar el sueño y a mejorar la calidad del sueño, sino que, en la dosis y la forma correcta, también ayuda a dormir toda la noche. Para lograr ambos efectos, es crucial que el cuerpo absorba suficiente melatonina al comienzo de la fase de sueño (la fase de «quedarse dormido») y que haya suficientes niveles de melatonina en el cuerpo para los próximos seis a ocho horas (la fase de «dormir toda la noche»).

Melachron® es diferente a las pastillas para dormir tradicionales, que a menudo tienen efectos secundarios poderosos y un poten-



Melachron®

- ▶ Formulación preparada de acuerdo con los principios de la cronobiología
- ▶ Se puede tomar justo antes de acostarse para conciliar el sueño y permanecer dormido de forma natural (en casos de insomnio ocasional)
- ▶ La fórmula de liberación pulsátil promueve un ciclo saludable de sueño-vigilia
- ▶ Admite patrones de sueño saludables después de los cambios de zona horaria
- ▶ No es adictivo y no crea hábito, sin efectos secundarios dañinos

De un vistazo

Melachron®

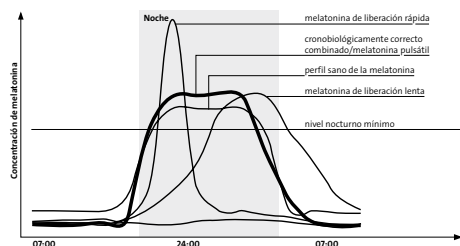
cial adictivo significativo. Además, ciertas ayudas para dormir en realidad suprimen la producción de melatonina del cuerpo. La melatonina no es adictiva, pero optimiza el ritmo natural del sueño. La melatonina tampoco produce el aturdimiento matutino que pueden producir los productos tradicionales para dormir.

La mayoría de las fórmulas de melatonina son de liberación rápida o de liberación lenta, pero ambas tienen inconvenientes. Las fórmulas de liberación rápida pueden ayudar a estimular el sueño, pero debido a que liberan melatonina rápidamente, los niveles bajan demasiado pronto y el efecto desaparece, lo que provoca el despertarse en medio de la noche. Por el contrario, con las fórmulas de liberación lenta, la melatonina puede liberarse demasiado lentamente y los niveles pueden alcanzar su punto máximo demasiado tarde en la noche, lo que a menudo provoca aturdimiento matutino.

Melachron® es la primera fórmula en combinar melatonina de liberación rápida y lenta en un proceso patentado de liberación pulsátil que imita el ciclo natural de liberación de melatonina del cuerpo, ayudando a conciliar el sueño rápidamente y permanecer dormido toda la noche, sin aturdimiento matutino.

Jet lag: Varios ensayos han demostrado que la melatonina ayuda a restablecer las fases en un ciclo alterado de sueño-vigilia, condición habitual durante los vuelos internacionales y entre los trabajadores que trabajan en diferentes turnos. Esto ayuda a suprimir los síntomas del jet lag y acelera el regreso del cuerpo a un ciclo normal de sueño-vigilia.

Sistema cardiovascular: Los efectos de la melatonina ayudan a regular el sistema cardiovascular.



Metabolización

La melatonina se transforma principalmente en 6-hidroximelatoninsulfato en el hígado y se elimina a través de los riñones. La melatonina tiene una vida media muy corta de aproximadamente 30 minutos. Después de tomar Melachron®, aprox. 1/3 de la cantidad se libera inmediatamente, y los 2/3 restantes se liberan en varias ráfagas pequeñas en diferentes momentos (liberación pulsátil). Esto ayuda a conciliar el sueño rápidamente, así como a garantizar concentraciones séricas fisiológicas para el mantenimiento del sueño de hasta seis a ocho horas. A partir de entonces, los valores fisiológicos durante el día se alcanzan aproximadamente ocho horas después de tomar melatonina por la noche.

Composición

Un comprimido contiene: 3 mg o 5 mg (1/3 de liberación inmediata, 2/3 de liberación pulsátil (intermitente)) de melatonina pura sintetizada (N-acetil-5-metoxitriptamina) de calidad farmacéutica.

Otros componentes: manitol, fosfato dicálcico, hidroxipropilmetilcelulosa, SiO₂.

Posología

Debido a su corta vida media de alrededor de 30 minutos, Melachron® debe tomarse inmediatamente antes de acostarse, pero siempre antes de la medianoche.

La dosis recomendada para problemas para conciliar el sueño y permanecer dormido es: 1 comprimido por día. Debido a las condiciones especiales presentes en individuos muy tensos y/o con sobrepeso (niveles altos de adrenalina, gran volumen corporal), la dosis puede aumentarse a 2 o 3 comprimidos por día para lograr el efecto deseado.

Para promover la función del sistema inmunitario, mejorar el bienestar y apoyar un sistema cardiovascular saludable: Hasta 60 años: 1-2 comprimidos diarios. Más de 60 años: 2-3 comprimidos diarios. Para trabajadores por turnos: 1-2 comprimidos al día 30 minutos antes de la hora de acostarse deseada.

Para el desfase horario:

Primer día: 1 comprimido a las 23 hrs.
(hora local en destino)

Segundo día: 1 comprimido a las 22:30 hrs.
(hora local en el destino)

Tercer día: 1 comprimido a las 22 hrs.
(hora local en el destino)

Instrucciones

Los complementos alimenticios no son un sustituto de una dieta equilibrada y variada y de un estilo de vida saludable. No debe superarse la ingesta diaria recomendada. Las personas bajo constante supervisión médica deben consultar a un médico antes de tomarlas. La información del producto no es una declaración de curación; en general, desaconsejamos la automedicación sin consultar a un médico. Se reservan los errores de impresión y de composición.

Manténgase fuera del alcance de los niños. Manténgase refrigerado y seco.

Grupos de productos de Melachron®

Melachron® se encuentra en los siguientes grupos de productos (www.vitabasix.com):

 **Hormonas & Substancias semejantes**

 **Cronobiología**

 **Sistema inmunológico, Protección celular & Antioxidantes**

 **Sueño**

Fabricante:



VitaBasix®

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | spain@vitabasix.com

Advertencias importantes:

Nuestros productos se fabrican según el estándar de la GMP (Good Manufacturing Practice). La calidad, la pureza y la concentración son controladas continuamente por laboratorios independientes y competentes, conforme con las directrices de la FDA (Food and Drug Administration, USA).

Nuestros productos están concebidos como medida preventiva y para mejorar el bienestar general. Para su utilización como medida curativa de una enfermedad, les recomendamos consultar previamente a su médico.

Se reserva el derecho de realizar cambios y de rectificar erratas de imprenta. Version: VBX1-22