

Como diminuir a insônia e melhorar a qualidade do sono?

Turn Off é o suplemento com Triptofano que faltava para regulação do ciclo do sono e aumento dos níveis de serotonina.

25/06/2020 11:56:21

O Triptofano é o aminoácido essencial responsável pela produção de serotonina no cérebro, hormônio associado a sensação de bom humor, controle de ansiedade e regulação do sono. Por ser um aminoácido que o organismo não é capaz de produzir, seu consumo deve vir da dieta, consumindo alimentos que contenham essa substância, como banana, peixes e laticínios, ou por meio da suplementação, maneira mais completa de se obtê-lo visto que sua absorção na forma pura é a mais efetiva.

Estudos feitos com jovens pela University of North Dakota, nos EUA comprovou que o consumo de Triptofano melhorou os sintomas de depressão e ansiedade nos participantes. Mas esse não é seu único benefício. O Triptofano é um ótimo aliado para o sono, controle da insônia e descanso noturno. A melatonina é outro hormônio sintetizado pelo consumo do triptofano e é responsável pelo controle dos ciclos de sono e regulação do estado de vigília, permitindo que as noites de sono sejam completas.

Mesmo com um ambiente aconchegante, com luminosidade adequada e um colchão confortável, algumas pessoas ainda sentem dificuldades em pegar no sono ou despertar no meio da noite pela falta de Triptofano no organismo, e por esse motivo, a suplementação deste aminoácido é indicada para suprir a necessidade do organismo e regular os níveis hormonais no cérebro.

Foi com esse intuito que a Smart Life desenvolveu o Turn Off, suplemento alimentar com 500mg de Triptofano por dose, além de Vitaminas do complexo B que colaboram com a produção de serotonina e Óleo de semente de Abóbora, outra fonte rica no aminoácido indutor do sono.

Todos os produtos da Smart Life são regulamentados pela ANVISA e possuem aprovação para a fabricação, divulgação e comercialização em todo o mercado brasileiro. O Turn Off e toda a linha de produtos Smart Life podem ser adquiridos na loja oficial Nature Store.

Sobre a Empresa:

A Nature Lab inova e disponibiliza ao mercado um mix de serviços integrados que contempla desde a atuação como Full Service Provider até o desenvolvimento, distribuição, importação e exportação de diversas marcas premium nacionais e internacionais na área de Nutracêuticos e Suplementos Alimentares, todas elas visando acima de tudo a saudabilidade do consumidor.

Para mais informações, entre em contato:

contato@naturelab.ind.br

+55 (11) 4508-0980