

NEW IMAGE COMING SOON

**Modo de empleo:**

Dosis diaria recomendada:

Tomar 1 cápsula, 3 veces al día, preferentemente antes de las principales comidas y 1h antes de ir a dormir.

**Información sobre el producto:**

El Triptófano es un aminoácido esencial que se utiliza como bloque de construcción en la síntesis de proteínas y tiene un gran número de funciones especializadas, que aportan grandes beneficios al cuerpo. Ayuda a mejorar el sueño y reducir el estrés. Este aminoácido no se encuentra en el cuerpo por lo que debe ser aportado a través de los alimentos y suplementos nutricionales. Aumenta la liberación de serotonina (hormona del buen humor) por lo que se emplea como antidepresivo, supresor del apetito y regulador del sueño (mejora la calidad del sueño). El triptófano en el cuerpo se convierte en la vitamina B3, que ayuda a muchas funciones, tales como mantener los niveles de azúcar en la sangre y quemar los hidratos de carbono para producir energía.



Precauciones:

No tomar con otros antidepresivos. No recomendado durante el embarazo o lactancia. Se recomienda empezar la dosis más baja e ir aumentando progresivamente.

Blue&Nat