

MELATONINA

- La Melatonina (N-acetil-5-metoxitriptamina), es una hormona derivada de la Serotonina y afecta sobre los ritmos circadianos, el ciclo del sueño, la reparación de nuestro organismo y en la detección de los ritmos estacionales, a través de la luz que capta nuestro nervio óptico.
- Es producida en el Diencefalo (que es parte del llamado cerebro medio) , exactamente en la glándula pineal (la fabrican en esa glándula unas células llamadas pinealocitos), que es una glándula endocrina que se encuentra en el cerebro de los animales vertebrados, grupo al que pertenecemos los seres humanos y es una hormona considerada bioquímicamente, dentro del grupo de las denominadas “Neurohormonas”.
- Su biodisponibilidad se vé muy disminuida a partir de los 30 años, siendo sus síntomas más característicos el insomnio, el inicio fisiológico del envejecimiento (recientemente se ha demostrado, que el envejecimiento NO es lineal, sino que cumple 3 grandes fases, los ciclos de activación senil se activarían a los 30, 60 y 70 años como periodos más abruptos y la depresión.
- Durante mucho tiempo, se pensó que solamente se producía en el cerebro, pero investigaciones posteriores definieron que se sintetiza en otros tejidos como el hígado, intestino delgado, riñones y glándulas suprarrenales, ovarios, placenta, endometrio o la retina.
- Existe en todos los reinos de la naturaleza, se encuentra en animales, plantas , hongos y bacterias, digamos que en todos los seres vivos con capacidad de autoreplicación, que sigan ritmos circadianos completos (“Ciclo Día-Noche”).
- La formulación de KRISALIS NOCHE, conteniendo 1 mg de Melatonina, acompañada de diferentes plantas que actúan en sinergia circadiana nocturna, aseguran un correcto descanso, si durante el día se ha aportado la hidratación mínima necesaria.