

## **MABOSalud explica por qué es importante suplementarse con melatonina**

**La melatonina es una de las hormonas que el cuerpo necesita para funcionar con normalidad. Su función principal y más conocida es la de regular el ciclo del sueño; aunque tiene otras bondades. El organismo segrega melatonina, pero no en la cantidad suficiente. Es importante suplementarse. MABOSALUD, la línea de complementos alimenticios y cosmética de MABOFARMA, explica por qué es importante tomar diariamente melatonina y presenta una forma apetitosa, divertida y natural de hacerlo, en formato gummie**

Regula el sueño. La melatonina es principalmente conocida por ser la hormona que ayuda a regular el sueño. Se libera en la oscuridad, regulando el ritmo circadiano y contribuyendo a un descanso de calidad. Por eso, es importante no exponerse a luces brillantes, como la pantalla de móviles, tv o tablets durante las dos horas anteriores a irse a la cama.

Es un poderoso antioxidante. Más potente incluso que el que produce la vitamina E y C. Combate los radicales libres, beneficia la salud de las células y actúa contra el envejecimiento. Además, numerosos estudios avalan que, al ser antioxidante, ayuda a combatir la diabetes.

Refuerza el sistema inmune. Tiene un efecto regulador, por un lado, aumenta el número de células del sistema inmunitario para luchar contra las infecciones y, al mismo tiempo, regula la producción de factores inflamatorios, evitando así la inflamación crónica.

Tiene un efecto neuroprotector. Por lo que ayudaría a retardar enfermedades relacionadas con el deterioro del cerebro, como el Alzheimer.

Previene la osteoporosis. La melatonina aumenta la producción de osteocalcina mejorando la salud ósea de las personas.

Mejora la circulación sanguínea. Por ello, se ha comprobado que ayuda a combatir ciertas enfermedades cardiovasculares, como el riesgo de infarto.

Previene la obesidad. Hay estudios que relacionan los problemas de insomnio con la obesidad. La melatonina ayuda a quemar calorías, porque mejora la actividad termogénica del cuerpo y disminuye la masa de tejido adiposo blanco, la más peligrosa para la salud.

Actúa contra la astenia estacional. La mayoría de las personas experimentan cambios de humor al principio de las nuevas estaciones. Podría estar relacionado con los cambios del ritmo circadiano, causados por los cambios de luz.

Mejora el aspecto de la piel, uñas y cabello. Gracias a su efecto antioxidante, evita quemaduras en la piel, retrasa los signos de envejecimiento y estimula el crecimiento del pelo.

MABOsueño by MABOsalud es la FORMULACIÓN MÁS AVANZADA PARA EL INSOMNIO dentro del mercado de productos naturales.

En formato de golosina saludable que permite su máxima absorción sublingual y un sabor muy agradable, lo que ayuda enormemente al cumplimiento terapéutico del tratamiento.

Contiene:

\_MELATONINA PURA. Imprescindible para la producción del sueño de calidad y evitar despertares nocturnos

\_VITAMINA B6. Primordial para ayudar a mejorar el estado de ánimo, además de mantener las hormonas en óptimo equilibrio. Fundamental para la absorción y eficacia de la melatonina.

\_CALCIO. Necesario para el buen funcionamiento de los ciclos del sueño. Este mineral es necesario para poder alcanzar la fase REM del sueño. Además, es clave para la producción del triptófano.

\_EXTRACTOS HERBALES. Ayudan a la sedación y a la conciliación del sueño.

MABO SUEÑO ADULTOS

\*De venta exclusiva en farmacias

Acerca de MABOSALUD

MABOSALUD es la línea de complementos alimenticios y cosmética de recomendación farmacéutica de MABO-FARMA, el laboratorio farmacéutico español referente en el mercado, desde hace más de 26 años.

Debido a su experiencia como laboratorio farmacéutico de medicamentos genéricos, MABOSALUD ofrece una exclusiva selección de productos absolutamente diferenciadores, con formulaciones optimizadas, muy avanzadas y los más altos porcentajes de principios activos vegetales, para que aporten la dosis terapéutica efectiva.

mabosalud.com

@mabosalud

MABOsalud

**Datos de contacto:**

MABOsalud

690302811

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina](#) [Nutrición](#) [Industria](#) [Farmacéutica](#) [Consumo](#) [Bienestar](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>