



# Herbatonin<sup>®</sup>

Melatonina vegetal

Regula o  
*hormônio*  
*do sono*



*Ação rápida*  
*em até 2 horas*



*Controle do ciclo*  
*circadiano*



*Ausência de*  
*efeito "ressaca"*



*Vegano*



**100%**  
**NATURAL**



**Kosher**



**Florien**

**HERBATONIN®** é um fitoativo exclusivo, obtido de três espécies vegetais e com padronização em 1% de fitomelatonina. É destinado à indução e promoção da melhor qualidade do sono, atuando de forma benéfica sobre distúrbios, como insônia, jet lag ou aqueles causados por trabalhos noturnos e sintomas relacionados. Também atua sobre os distúrbios metabólicos e apresenta ação antioxidante, contribuindo para a consolidação da memória, termorregulação, conservação e restauração da energia e do metabolismo energético cerebral.

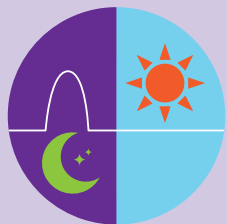
## VOCÊ SABIA?

### A Fitomelatonina

É uma substância vegetal com molécula **idêntica à melatonina**, hormônio produzido pela glândula pineal em ausência de luz (SOUZA NETO, CASTRO, 2008).

Quando administrada por via oral apresenta diferentes funções no organismo (SALEHI et al., 2019):

Com **Herbatonin®** é possível garantir os níveis necessários de Fitomelatonina em sua dose diária (ARNAO, HERNANDEZ-RUIZ, 2014; KANWAR et al., 2018).



## ESTUDO CLÍNICO

Um estudo clínico comparou o efeito da melatonina e temazepam (benzodiazepínico convencional) sobre a sonolência e desempenho neurocomportamental (memória espacial, vigilância e raciocínio lógico). As administrações orais foram realizadas ao meio dia, para minimizar a interferência da melatonina endógena liberada no período noturno. Melatonina e temazepam elevaram os níveis de sonolência em relação ao placebo. A melatonina, especialmente no horário das 16 horas, após 4 horas da administração oral, foi capaz de produzir sonolência maior que o temazepam (figura 1). Em relação às questões neurocomportamentais, foi demonstrado que a melatonina induz ao sono, porém com menores deficits de performance em relação ao temazepam (ROGERS et al., 2003).

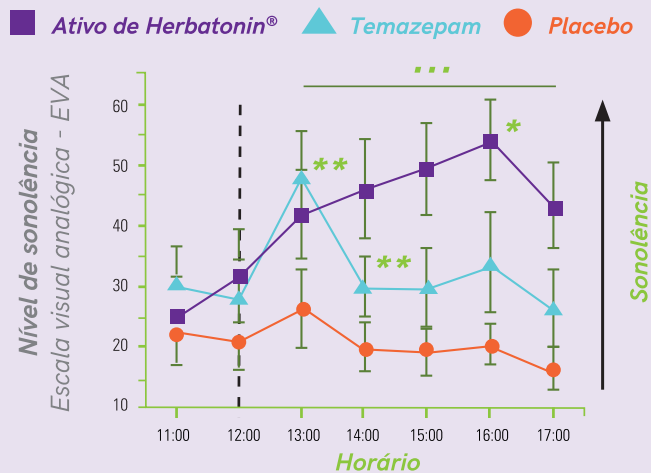


Figura 1: Comparação entre o nível de sonolência após a administração oral ao meio dia (linha pontilhada) de melatonina, temazepam e placebo. \*\*\* ( $p < 0,05$ ) diferença entre placebo e melatonina; \*\* ( $p < 0,05$ ) diferença entre placebo e temazepam; \* ( $p < 0,05$ ) diferença entre melatonina e temazepam (adaptado de ROGERS et al., 2003).

### Posologia e modo de usar

Ingerir uma dose de 30 a 100 mg de **HERBATONIN®**, uma vez ao dia, duas horas antes de dormir.

### Referências

ARNAO MB, HERNÁNDEZ-RUIZ J. The Potential of phytomelatonin as a nutraceutical. *Molecules*. 2018; 23(1): 1-19. pii: E238. KANWAR M, YU J, ZHOU J. Phytomelatonin: recent advances and future prospects. *J Pineal Res*. 2018; 65(4):e12526. ROGERS N, KENNAWAY DJ, DAWSON D. Neurobehavioural performance effects of daytime melatonin and temazepam administration. *J Sleep Res*. 2003; 12(3): 207-212. SALEHI B et al. Melatonin in medicinal and food plants: occurrence, bioavailability, and health potential for humans. *Cells*. 2019; 8: 681. SOUZA-NETO JAS, CASTRO BF. Melatonina, ritmos biológicos e sono - uma revisão da literatura. *Rev Bras Neurol*. 2008; 44 (1): 5-11.

### Contraindicações

A administração oral de **HERBATONIN®**, nas doses recomendadas, apresenta boa tolerabilidade. Não deve ser utilizado em crianças, gestantes e lactantes.



[florien.com.br](http://florien.com.br)

[/florien.fitoterapia](https://www.facebook.com/florien.fitoterapia)

[@florienfitoativo](https://www.instagram.com/florienfitoativo)

Vendas: 19 3429 1199

