

DREAMING DEEP

MELATONINA + GABA
+ L-THEANINA



¿QUÉ ES LA MELATONINA?

Es una hormona producida por la glándula pineal del cerebro. Conocida como la hormona del sueño, su función básica es regular el ciclo de sueño y del ritmo circadiano, logrando un descanso completo y recuperador. Se libera en los vasos sanguíneos durante la noche o cuando hay oscuridad.

No es un somnífero, sino un estimulante del sueño. Funciona de modo selectivo, actuando sólo, cuando, y donde es necesario.

Por ser una neuro hormona tiene la capacidad para regular múltiples procesos bioquímicos y es intermediaria en numerosos cuadros fisiopatológicos.

Los niveles correctos de Melatonina en el cuerpo ayudan a reducir diferentes patologías como:

- Trastornos del sueño
- Neuropatías ópticas
- Episodios depresivos
- Depresión postparto
- Algunos tipos de cáncer
- Disfunción cognitiva asociada con la edad.
- Autismo
- TDAH
- Fibromialgia
- Alzheimer
- Parkinson
- Diabetes
- Síndrome de fatiga crónica



BENEFICIOS DE LA MELATONINA

La melatonina, cumple un papel endocrino asociado al ritmo biológico sueño-vigilia y la adaptación al ciclo de luz oscuridad, pero también cumple funciones no hormonales.

Es antioxidante, antiinflamatoria, depuradora de radicales libres y realiza funciones relacionadas con la respuesta de la inmunidad innata del organismo.

Mejora el funcionamiento del sistema inmunitario. La producción de melatonina en el organismo aumenta las defensas naturales del cuerpo. Esto resulta muy beneficioso para el organismo, pues ayuda a inhibir algunas infecciones.

Controla la producción de gonadotropinas, también puede modular la producción de estrógeno y progesterona. Hormonas encargadas de desarrollo y buen funcionamiento del sistema reproductor masculino y femenino.

Disminuye la sensación de estrés. Muchas veces, el estrés es ocasionado por un mal descanso. Por eso, las personas que tienen bajos niveles de melatonina son más propensas a tener este padecimiento. Pero cuando se tiene un buen nivel de melatonina en el organismo descansa mejor y por lo tanto, la sensación de estrés disminuye.

La melatonina posee un efecto anticáncer e inhibidor en el desarrollo de tumores, pero en especial en aquellos que presentan anomalías en los receptores de las hormonas como el cáncer de próstata y de mama.

La melatonina estimula la secreción de la hormona del crecimiento, además reduce los dolores de cabeza en racimo crónicos.

Es un aliado contra el envejecimiento. Esta hormona combate los radicales libres, gracias a su efecto antioxidante. Por tanto, sirve para combatir el envejecimiento prematuro.



Es un importante neurotransmisor que inhibe la actividad del sistema nervioso central, propiciando la relajación.

Los neurotransmisores son sustancias utilizadas por el sistema nervioso en los procesos de sinapsis o de transmisión de impulsos nerviosos. Esta sustancia permite equilibrar la activación cerebral, mantiene niveles óptimos de excitación en cada momento provocando una mayor relajación, reducción del estrés, un estado de ánimo más tranquilo y equilibrado, alivio del dolor y una mejora en el sueño.

La acción de GABA garantiza un equilibrio entre la excitación e inhibición neuronal, que es fundamental para las adecuadas funciones del organismo.

GABA participa en la regulación del ciclo del sueño, se le han atribuido efectos como mejorar la respuesta del sistema inmunológico, fortalecer la memoria, ser un potente supresor tumoral y efectivo hipotensor, tranquilizante y diurético.

BENEFICIOS DE LA GABA (ÁCIDO GAMMA-AMINO BUTÍRICO)



Una actividad baja de GABA en el cuerpo puede resultar en:

- **Trastornos depresivos.**
- **Insomnio y problemas para dormir.**
- **Ansiedad.**
- **Estrés crónico.**
- **Depresión.**
- **Dificultad para concentrarse y problemas de memoria.**
- **Dolor muscular y dolores de cabeza.**
- **La baja actividad del GABA también se asocia con trastornos por uso de sustancias.**

BENEFICIOS DE LA

L-THEANINA?

L-THEANINA (GAMMA-GLUTAMYLETHYLAMIDE)

Es un aminoácido y análogo del ácido glutámico, se encuentra comúnmente en el té, produce una sensación de relajación. Su mejor cualidad es el control del estrés y la ansiedad.

La L-Theanina a diferencia de otros relajantes no quita las fuerzas, solo hace posible que se eliminen los nervios y el estrés, no causa somnolencia, ni cansancio, ni falta de atención; Promueve la relajación y facilita el sueño ya que contribuye a una serie de cambios en el cerebro: Disminuye los niveles de químicos cerebrales "excitadores". Al mismo tiempo, aumenta los químicos que promueven los sentimientos de calma, la L-theanina también reduce los niveles de químicos en el cerebro que están vinculados al estrés y la ansiedad. Proteger las células cerebrales contra el estrés y el daño relacionado con la edad.

Mejora las ondas cerebrales alfa, asociadas con un estado de relajación despierta. Relaja sin sedar. Las ondas alfa también están presentes durante el sueño MOR. La L-theanina desencadena la liberación de ondas alfa, lo que mejora la relajación, el enfoque y la creatividad.

La L-theanina contiene sustancias que nos ayudan a reducir los niveles de colesterol malo, con lo que logramos mejorar la salud cardiovascular además de reducir la hipertensión.

En las mujeres es un buen aliado para acabar con las molestias causadas por el síndrome premenstrual.

¿QUÉ ES LA NANO TECNOLOGIA?

La nanotecnología consiste en realizar estructuras muy pequeñas y que gracias a su tamaño, llegan a lugares donde las moléculas normales no lo hacen.

Tamaños que van desde los 8 hasta 50 nanómetros. Un nanómetro es un millón de veces más pequeño que un milímetro.

En NN Protect hemos creado productos y complementos alimenticios con nanotecnología para que tu cuerpo los absorba mejor y más rápido.

NN PROTECT

Lactante (Menor a 1 a 12 ms)	Consumo de la madre
Lactante mayor (1-2 años)	3 gts
Preeescolar (2-5 años)	5 gts
Escolar (6-10 años)	5 gts
Preadolecente (10-12 años)	3 gts c/12hrs
Adolecente (12-18 años)	5 gts c/8hrs

DOSIS
RECOMENDADA