

valseren®



SUPLEMENTO ALIMENTAR

O que é valseren®?

valseren® é um suplemento alimentar que contém extratos secos de *Valeriana officinalis*, *Passiflora incarnata* e *Humulus lupulus*, magnésio e vitamina B6.

Os suplementos alimentares são géneros alimentícios que se destinam a complementar e/ou a suplementar o regime alimentar normal e que constituem fontes concentradas de determinadas substâncias nutrientes como vitaminas e minerais ou outras, com efeito nutricional ou fisiológico.

O valseren® é um produto desenvolvido pelo Laboratório Farmacêutico Ferraz Lynce, sendo formulado, fabricado e controlado sob as mais rigorosas normas de qualidade e segurança.

Este suplemento alimentar apresenta-se sob a forma de embalagens de 60 comprimidos revestidos.

Informação nutricional:

Composição	1 Comprimido	2 Comprimidos	% VRN*
Extrato seco de <i>Valeriana officinalis</i>	60 mg	120 mg	N.D.**
Extrato seco de <i>Passiflora incarnata</i>	50 mg	100 mg	N.D.**
Extrato seco de <i>Humulus lupulus</i>	20 mg	40 mg	N.D.**
Magnésio	100 mg	200 mg	53%
Vitamina B6	1 mg	2 mg	143%

* Valor de referência do nutriente
** Não definido para estas substâncias

Ingredientes:

Óxido de magnésio; Agentes de volume: Celulose microcristalina, Hidroxipropilcelulose; Extrato seco de *Valeriana officinalis* L. (raiz); Extrato seco de *Passiflora incarnata* L. (partes aéreas); Antiaglomerante: Sais de magnésio de ácidos gordos; Agentes de revestimento: Hidroxipropilmetilcelulose, Celulose microcristalina, Ácidos gordos; Corantes: Dióxido de titânio, Amarelo de quinoleína (E 104), Azul patenteado V; Extrato seco de *Humulus lupulus* L. (estróbilo); Vitamina B6 (Cloridrato de piridoxina).

Como é constituído valseren®?

valseren® é constituído por:

Extrato seco da raiz de *Valeriana officinalis* L., que contém quantidades significativas de ácido valerénico, velerenal, valeranona e flavonoides, que contribuem para um relaxamento ideal, para um bem-estar mental em caso de tensão e stress e para manter a qualidade normal do sono.

Extrato seco das partes aéreas de *Passiflora incarnata* L. que contém flavonoides (vitexina), alcaloides indólicos e mantol, que auxiliam no relaxamento e num sono tranquilo.

Extrato seco dos estróbilos de *Humulus lupulus* L., que contém óleos essenciais (cujo constituinte principal é o mirceno) e ácidos amargos (lupulona e humulona) e que auxiliam no relaxamento e num sono tranquilo.

Magnésio e vitamina B6 que contribuem para a redução do cansaço e da fadiga, para o normal funcionamento do sistema nervoso e para uma normal função psicológica.

Como tomar valseren®?

valseren® está recomendado para adultos e crianças com idade superior a 12 anos.

Para efeito um fisiológico de relaxamento: 1 comprimido ao pequeno-almoço e outro ao almoço, com água.

Para uma boa noite de sono: 2 comprimidos à noite, 30 minutos a 1 hora antes de se deitar, com água.

Não deve ser excedida a toma diária recomendada.

O valseren® não deve ser administrado por períodos superiores a dois meses.

O seu profissional de saúde poderá ajustar a toma de **valseren**[®] ao seu regime alimentar.

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado. É importante para a saúde manter um estilo de vida saudável e um regime alimentar variado e equilibrado.

O que deve saber antes de tomar **valseren**[®]?

valseren[®] não deverá ser administrado em caso de alergia a qualquer um dos seus constituintes (ver tabela de informação nutricional).

Mulheres grávidas, mulheres a amamentar e crianças com menos de 12 anos não devem tomar **valseren**[®].

Deve interromper o uso deste suplemento alimentar duas semanas antes da realização de uma cirurgia.

valseren[®] deve ser tomado com precaução em doentes com problemas cardíacos, problemas na coagulação do sangue, problemas renais e problemas hepáticos graves.

Antes de tomar **valseren**[®] fale com o seu profissional de saúde se estiver a tomar medicamentos para a epilepsia (por ex. fenitoína e fenobarbital), para o tratamento da ansiedade e alterações do sono (por ex: alprazolam, diazepam e zolpidem), para o tratamento da depressão (por ex: amitriptilina), antiagregantes e anticoagulantes (por ex: ácido acetilsalicílico, clopidogrel e varfarina), para o tratamento da osteoporose (por ex: alendronato, residronato), antibióticos (por ex: tetraciclina, fluoroquinolonas) e levotiroxina.

Não se aconselha a toma simultânea deste suplemento com álcool, melatonina e hipericão.

Este suplemento pode contribuir para um efeito relaxante, por isso deve ter em atenção este facto quando estiver a conduzir ou a utilizar uma máquina.

O corante amarelo de quinoleína pode causar efeitos negativos na atividade e na atenção das crianças.

Este suplemento é geralmente bem tolerado, podendo surgir raramente sintomas gastrointestinais, como náuseas, diarreia ou cólicas abdominais, dores de cabeça, tonturas, prurido e sonolência.

Se sentir outras reações para além das descritas, contacte o responsável pela colocação no mercado.

Como conservar **valseren**[®]?

Conservar em local fresco e seco.

Manter fora do alcance das crianças.

Responsável pela colocação no mercado

FERRAZ, LYNCE, ESPECIALIDADES FARMACÉUTICAS, S.A.

Rua Consiglieri Pedroso, nº123

2731-901 Barcarena

Tel.: 214 345 200

www.ferrazlynce.pt

Fabricado em Portugal

visite-nos em:



www.ferrazlynce.pt