



L-TIANINA



La L-tianina, derivada del té verde, es conocida por promover la relajación, reducir el estrés y mejorar el rendimiento cognitivo. Este spray práctico facilita la absorción óptima, proporcionando tranquilidad y concentración cuando más se necesita.

TABLA NUTRIMENTAL:

INGREDIENTE	POR PORCIÓN	% VD
L-tianina	40 mg	*

OTROS: Agua purificada, xilitol, glicerina orgánica, sabor natural de menta y
INGREDIENTES: menta verde, glicósidos de esteviol, ácido cítrico, sorbato de potasio.

La L-teanina, un aminoácido del té verde, regula las funciones cerebrales, aliviando el estrés y mejorando la memoria, concentración y calidad del sueño, además de actuar como neuroprotector. Este compuesto puede atravesar la barrera hematoencefálica, interactuando con neurotransmisores y promoviendo ondas cerebrales alfa, asociadas con la relajación. Investigaciones sugieren que la L-teanina disminuye la hormona del estrés corticosterona y reduce la presión arterial relacionada con el estrés, al tiempo que mejora el flujo sanguíneo al aumentar la síntesis de óxido nítrico. También puede tener efectos positivos en la pérdida de peso al mejorar el estado de ánimo y la calidad del sueño.