



VALERIANA

(*Valeriana officinalis*)



La valeriana *officinalis* L. es una planta herbácea tradicionalmente considerada como medicinal. El rizoma y sus numerosas raíces secundarias, únicas partes de la planta que se utilizan habitualmente en fitoterapia, son ricas en aceites esenciales, ácidos valerénicos, valepotriatos ...

Por sus propiedades sedantes e hipnóticas, la raíz de valeriana se usa habitualmente para el tratamiento de la **ansiedad, insomnio e irritabilidad.**

Además, la valeriana se ha recomendado tradicionalmente como coadyuvante en el tratamiento de la hipertensión arterial.

Asimismo, se ha usado satisfactoriamente como **relajante muscular** para el tratamiento de las contracturas musculares, espasmos gastrointestinales, así como dolores musculares localizados o difusos que se presentan asociados a inflamaciones.

Dada la enorme variabilidad de los principios activos de la raíz de valeriana, es importante tener en cuenta que a aquellos preparados comerciales que, además de polvo de raíz, contengan en su composición extractos secos estandarizados podrán garantizar, ya no sólo una eficacia superior a la de los preparados que contengan únicamente polvo de raíz, sino que dicha acción, además de superior, será constante entre los diferentes lotes

Composición por comprimido:

VALERIANA, polvo.....300 mg

VALERIANA, Extracto (5:1)
con 0,25% ácido
valerénico..... 100 mg

Modo de empleo:

Tomar de 1 a 2 comprimidos al día.

Presentación:

Envase conteniendo 80 comprimidos.

INDICADO PARA:

NERVIOSISMO, ANSIEDAD, TRASTORNOS DEL SUEÑO, RELAJANTE MUSCULAR.