INFORME CIENTÍFICO

DAILYZz™

Kemin foods/ Estados Unidos

Galena®

INFORME CIENTÍFICO

DailyZz™ (Kemin foods/Estados Unidos)

Sono reparador e performance cognitiva

Nome científico: *Spearmint (Mentha spicata L.) extract (aerial parts), green tea (Camellia sinensis) extract (leaves)*

Dose Usual: 485mg, 30 minutos antes de deitar-se.

Certificações:

Um sono de qualidade é essencial para a saúde e o bem-estar geral. Ele influencia diretamente a saúde mental, física e cardiovascular, além de impactar a beleza e a qualidade de vida. Uma pesquisa global revelou que metade das pessoas reconhece a importância do sono, considerando-o mais fundamental para a saúde e o bem-estar do que a alimentação (41%) e o exercício físico (40%). Cerca de 80% das pessoas desejam melhorar a qualidade do sono, e milhões recorrem a medicamentos para dormir em busca de alívio.

O sono REM (movimento rápido dos olhos) é um dos quatro estágios do sono e desempenha funções vitais para o organismo. Nessa fase, diversas atividades cerebrais e corporais se intensificam, chegando a níveis semelhantes aos do estado de vigília. O sono REM é essencial para vários aspectos da saúde física e mental, incluindo:

- **Função e desenvolvimento cerebral**: Durante o sono REM, o cérebro realiza uma "limpeza" para remover resíduos celulares, promovendo uma melhor função cognitiva e clareza mental no dia seguinte.
- **Sonhos**: A maior parte dos sonhos ocorre nessa fase, sendo geralmente mais vívidos. Eles estão relacionados ao processamento de experiências e emoções.
- **Processamento emocional**: A atividade cerebral durante o sono REM ajuda na regulação emocional e na forma como lidamos com situações estressantes ou desafiadoras.
- **Consolidação da memória**: O sono REM fortalece as conexões entre diferentes regiões do cérebro. Estudos indicam que essa fase ajuda o cérebro a revisar informações recém-aprendidas, decidindo o que será mantido na memória de longo prazo. Embora a consolidação da memória também ocorra durante o sono profundo, o REM tem papel específico na retenção de memórias emocionais e complexas.
- **Preparação para o despertar**: A intensificação da atividade corporal durante o sono REM contribui para que o corpo esteja pronto para acordar de forma mais natural e revigorada. Além disso, acredita-se que essa ativação gradual ajude a proteger o sistema cardiovascular contra picos súbitos de atividade ao despertar.

INFORME CIENTÍFICO

DEFINIÇÃO DO ATIVO

DailyZz™ é um blend de hortelã e chá verde, rico em polifenóis, que auxilia na melhora do sono reparador e contribui para o desempenho cognitivo, promovendo um dia mais produtivo e maior bem-estar durante o período diurno.

Padronizado em ácido rosmarínico, estudos indicam que o produto é capaz de aumentar os níveis de acetilcolina no cérebro, favorecendo a indução e a qualidade do sono REM.

Além disso, **DailyZz™** também contém epigalocatequina galato (EGCG), que atua na promoção do relaxamento por meio da modulação do GABA — neurotransmissor essencial para o repouso — permitindo a alternância saudável entre os estágios do sono e facilitando a transição para a fase REM.

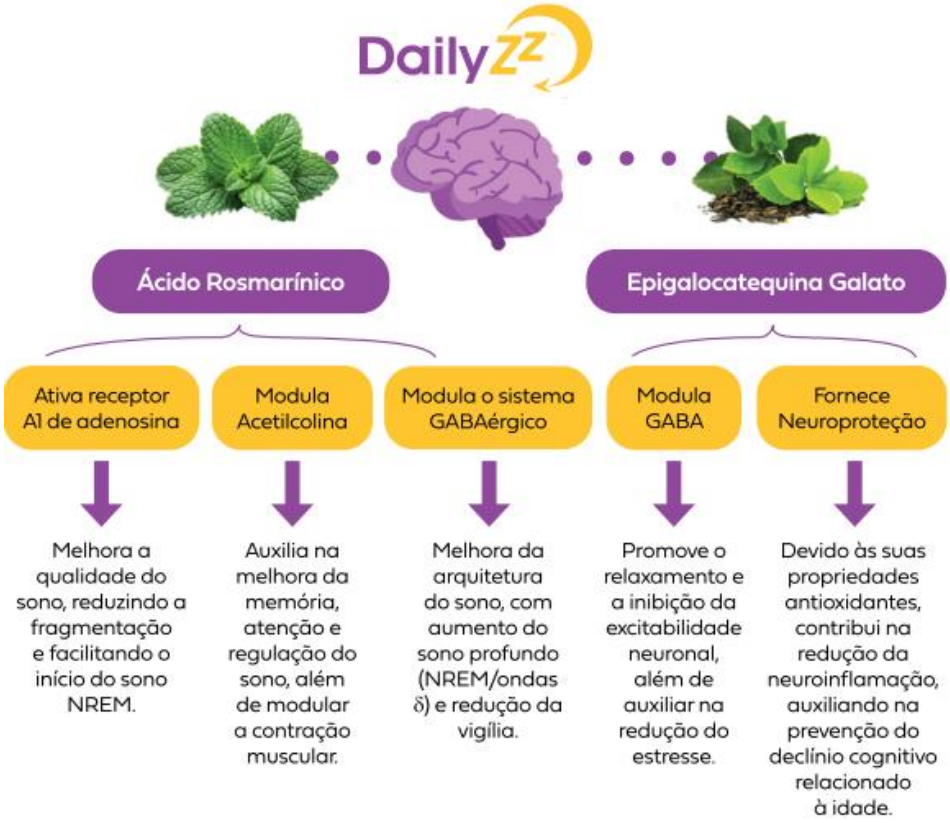
Obs: **DailyZz™** apresenta menos de 1% de cafeína residual por dose, uma quantidade comparável à encontrada em uma xícara de café descafeinado. Essa concentração não apresenta potencial para provocar insônia ou comprometer a qualidade do sono.

MECANISMO DE AÇÃO

A acetilcolina (ACh) desempenha um papel fundamental na regulação do sono. No córtex cerebral, sua liberação é mais intensa durante a vigília e o sono REM (movimento rápido dos olhos). Neurônios colinérgicos localizados no tronco encefálico e no prosencéfalo basal projetam-se para amplas áreas do córtex, onde interagem com outros sistemas neuromodulatórios para modular o ciclo sono-vigília e os diferentes estágios do sono.[4,5]

Outros neurotransmissores importantes nesse processo são GABA e adenosina, possuem função predominantemente inibitória no sistema nervoso central. Neurônios GABAérgicos localizados no hipotálamo rostral mostram maior atividade durante o sono REM. A região pré-óptica anterior do hipotálamo (POAH), composta principalmente por neurônios inibitórios que liberam GABA, é considerada uma área-chave na indução e manutenção do sono.[4,5]

Estudos recentes sugerem que polifenóis como o ácido rosmarínico (RA) e a epigalocatequina galato (EGCG), presentes na fórmula do **DailyZz™**, podem atuar como auxiliares naturais e eficazes do sono. A ingestão dietética desses compostos está associada à melhora da qualidade do sono em adultos saudáveis, à redução da ansiedade e ao aumento do tempo total de sono. Dessa forma, polifenóis como os encontrados no **DailyZz™** apresentam potencial para promover o sono de maneira segura, sem os efeitos colaterais comuns a muitos tratamentos farmacológicos.[5,6]



Mecanismo de ação do **DailyZz™**

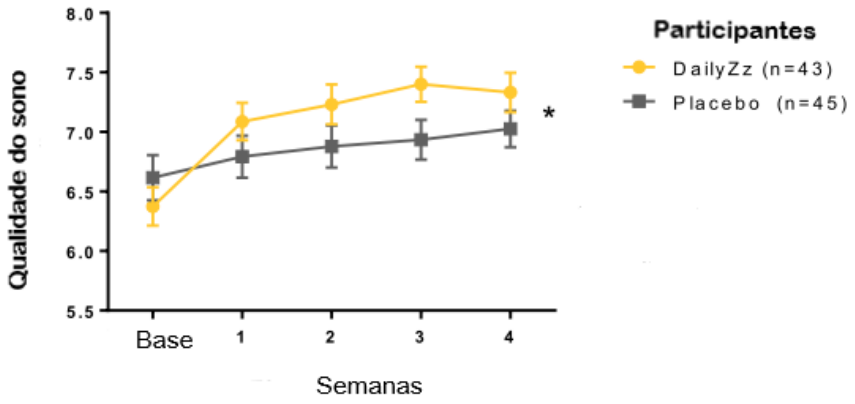
ESTUDOS IN VIVO

Efeito da suplementação de DailyZz™ sobre o sono[1]

Este estudo randomizado, duplo cego, avaliou o efeito da administração de 485mg de **DailyZz™** em 100 voluntários saudáveis de 22-50 anos com dificuldades para dormir. Os participantes foram divididos em dois grupos, 50 voluntários administrando **DailyZz™** e os outros 50 voluntários placebo, 30 minutos antes de deitar.

Foi solicitado aos participantes que documentassem diariamente sua rotina noturna em um diário do sono e alguns dados também eram coletados pelo aplicativo de monitoramento de saúde FitBit.

- **Qualidade do sono**



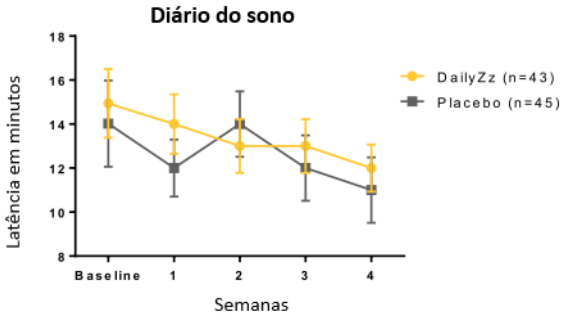
Avaliação da qualidade do sono

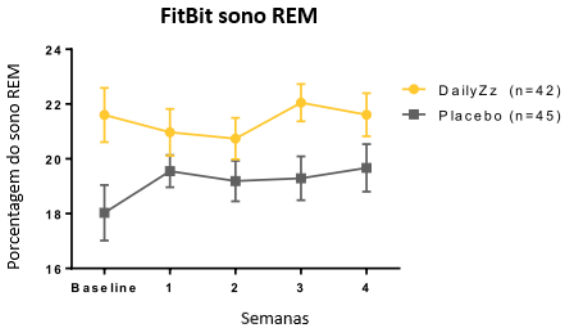
Resultados

Ao final dos 30 dias de estudo, os voluntários que utilizaram DailyZz™ apresentaram resultados superiores aos do grupo placebo. Eles levaram, em média, apenas 12 minutos para adormecer e passaram 21% do tempo total de sono na fase REM — considerada essencial para a recuperação física e mental. No questionário Insomnia Severity Index (ISI), que avalia o impacto da insônia na rotina diária, os participantes relataram uma melhora na qualidade do sono duas vezes maior em comparação ao grupo placebo.

- **Eficiência do sono e tempo de latência**

Estudo avaliou a latência do sono, que é o tempo que uma pessoa leva para adormecer depois de deitar-se para dormir. É um indicador importante da qualidade do sono, cujo uma latência mais curta geralmente indica que a pessoa está adormecendo mais facilmente.





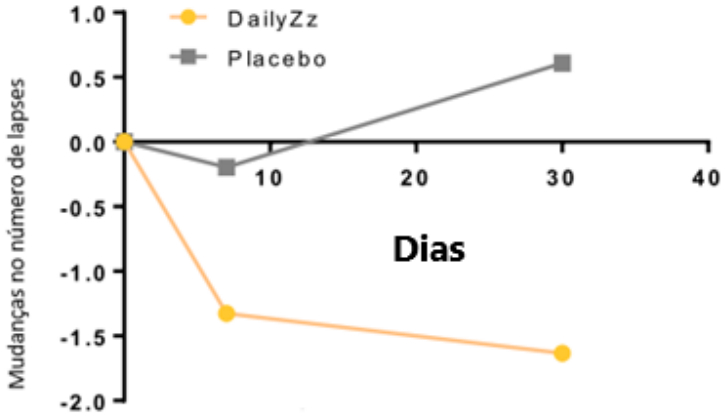
Avaliação da eficiência do sono

Resultados

No início do estudo, os participantes levavam em média 15 minutos para adormecer e, ao final do estudo, passaram a levar 12 minutos para adormecer (cerca de 3 minutos mais rápido) comparado ao grupo placebo.

- **Avaliação da função diária**

Os participantes passaram pelo Teste de Vigilância Psicossensorial (PVT) e respoderam rapidamente à aparição repentina de estímulos dentro de uma caixa e evitando responder de forma prematura. Esse teste é importante para a avaliação de prejuízos neurocomportamentais associados à restrição de sono.

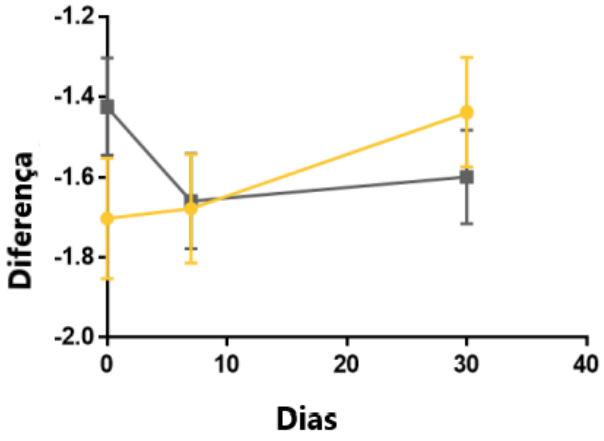


Baixa pontuação indica melhora

Resultados
Aumento da concentração em 5X no grupo que administrou **DailyZz™** comparado ao grupo com placebo.

- **Avaliação da função diária**: **julgamento**

A Tarefa de Risco com Balão Analógico (BART) é utilizada para avaliar o comportamento de tomada de risco. Nessa tarefa, os participantes devem inflar um balão virtual, sendo que cada bombeada aumenta os ganhos potenciais, mas também o risco de o balão estourar e perder todo o valor acumulado. Embora exista um número médio de bombeadas considerado ideal para maximizar os ganhos, os participantes frequentemente se desviam desse valor, optando por inflar o balão mais ou menos vezes, de acordo com sua tolerância ao risco.[8]



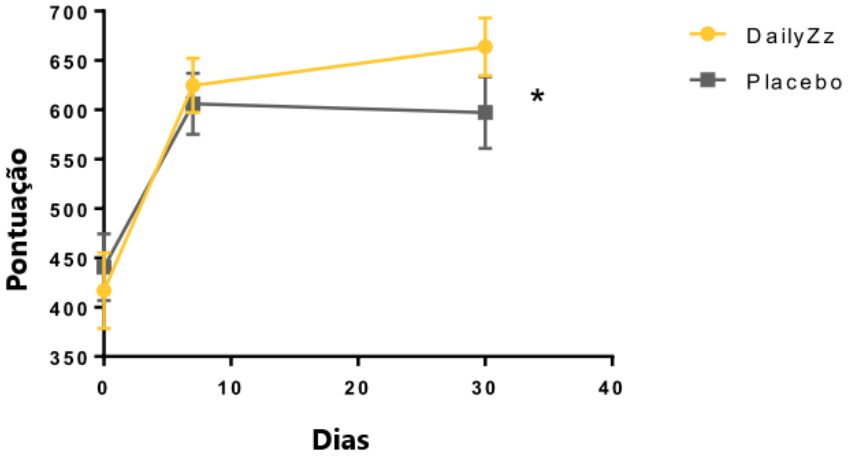
Valores menores, próximos de zero, são preferíveis.

Resultados

Os voluntários que administraram **DailyZz™** reportaram melhora significativa de 2,5x na tomada de decisão em cenários de risco comparado os que administraram placebo.

- **Avaliação da recordação visual e processamento**

O teste N-back é uma avaliação cognitiva utilizada para medir a memória de trabalho. Nele, os participantes devem monitorar uma sequência de estímulos e responder quando o estímulo atual for igual ao que foi apresentado *n* posições anteriores. O desempenho é geralmente avaliado com base na porcentagem de respostas corretas, conhecida como precisão na tarefa. Altos níveis de precisão indicam melhor desempenho da memória de trabalho.[7]



Recordação visual e processamento na função diária

Resultados

Os voluntários que utilizaram o **DailyZz™** apresentaram uma melhora significativa — cerca de 60% — nas funções executivas, especialmente no processamento visual e na capacidade de recordação, em comparação aos que receberam placebo.

BENEFÍCIOS

- Ativo 100% natural, vegano e glúten free;
- Melhora a qualidade do sono em 2x;
- Foco até 5x maior;
- Aumento de 60% na capacidade da memória e processamento visual;
- Julgamento em cenários de risco/pressão 2,5x melhor;
- Não possui melatonina.

INFORME CIENTÍFICO

APLICAÇÕES

DailyZz™ é indicado para quem deseja melhorar a qualidade do sono reparador, além de aumentar a concentração, a função cognitiva e a velocidade de processamento mental. Também contribui para o bem-estar durante o dia, promovendo mais disposição e produtividade.

ASSOCIAÇÕES

DailyZz™ pode ser associado com:

- CherryPURE® auxilia na melhora da duração e qualidade do sono, reduzindo os fatores associados à privação do sono;
- Odilia™ atua por meio do eixo intestino-cérebro-músculo, contribuindo para a homeostase intestinal e estimulando a liberação de serotonina e GABA, o que auxilia no equilíbrio e no cuidado do sistema nervoso central;
- Natur-Cell Limão Siciliano® modula receptores serotoninérgicos 5-HT1A e GABAérgicos, reduzindo sintomas da ansiedade e auxiliando no bem-estar;
- Natur-Cell Lavanda® promove tranquilidade e relaxamento, auxiliando na promoção do sono e no controle da ansiedade;
- Saffrin® inibe a recaptação de serotonina, modula a concentração de dopamina, e atua nos receptores GABA, contribuindo no cuidado da depressão e distúrbios do sono;
- Serenzo™ favorece a diminuição da irritabilidade, da ansiedade e a normalização dos níveis de cortisol, contribuindo para o reestabelecimento do equilíbrio emocional e controle do estresse;
- Neuravena® inibe a enzima MAOB, resultando em maior concentração de dopamina na fenda sináptica, aumentando o estado de alerta mental, redução da ansiedade.

CARACTERÍSTICAS FÍSICO-QUÍMICAS

- Aspecto: Pó
- Coloração: Marrom claro para Marrom
- Odor: Herbáceo característico
- Solubilidade: Solúvel em água

RECOMENDAÇÕES FARMACOTÉCNICAS

Os ativos presentes no produto são estáveis em pH entre 2-8. Em caso de aquecimento não ultrapassar 100°C por 30 minutos.

Obs.: **DailyZz™** é um ativo higroscópico. Para potencializar o efeito de proteção à umidade, sugerimos a sua manipulação em cápsulas vegetais e a utilização de excipientes higroscópicos como o aerosil, estearato de magnésio, talco e/ou celulose microcristalina. O ideal é, por meio de testes, encontrar o excipiente ou a mistura de excipientes que melhor atende às necessidades da formulação.

SUGESTÕES DE FÓRMULAS

SONO DURADOURO E DE QUALIDADE

DailyZz™	485mg
CherryPURE®	480mg

Administrar 1 dose ao dia, 30 minutos antes de deitar-se.

AUXÍLIO NO SONO REPARADOR E CANSAÇO MENTAL

DailyZz™	485mg
Odilia™	300mg

Administrar 1 dose ao dia, 30 minutos antes de deitar-se.

SINERGIA NO CUIDADO DA INSÔNIA E RELAXAMENTO

DailyZz™	485mg
Natur-Cell Limão Siciliano®	200mg

Administrar 1 dose ao dia, 30 minutos antes de deitar-se.

TRANQUILIDADE PARA O SONO PROFUNDO

DailyZz™	485mg
Natur-Cell Lavanda®	100mg

Administrar 1 dose ao dia, 30 minutos antes de deitar-se.

AUXÍLIO NO CONTROLE DA ANSIEDADE E MELHORIA DO SONO

DailyZz™	485mg
Saffrin®	90mg

Administrar 1 dose ao dia, 30 minutos antes de deitar-se.

AUXÍLIO NA MELHORA DOS DISTÚRBIOS DO SONO

DailyZz™	485mg
Serenzo™ 250mg	

Administrar 1 dose ao dia, 30 minutos antes de deitar-se.

AUXÍLIO NA MELHORA DA FUNÇÃO COGNITIVA

DailyZz™ 485mg

Administrar 1 dose ao dia, 30 minutos antes de deitar-se.

Associar com:

Neuravena® 100mg

Administrar 1 dose pela manhã.

As fórmulas apresentadas acima são apenas sugestões e requerem testes preliminares. A Galena se exime de qualquer responsabilidade quanto a problemas que, eventualmente, possam ocorrer pela não realização de testes complementares em formulações manipuladas.

REFERÊNCIAS

1 – Literatura do fabricante - Kemin (EUA).
2 – Tubbs, A.S.; Kennedy, K.E.R.; Alfonso-Miller, P.; Wills, C.C.A.; Grandner, M.A. A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Trial of a Polyphenol Botanical Blend on Sleep and Daytime Functioning. Int. J. Environ. Res. Public Health 2021, 18, 3044. https://doi.org/10.3390/ ijerph18063044.
3 – Jarrod A. Gott et al., Acetylcholine and metacognition during sleep. Published online: sciencedirect Consciousness and Cognition Volume 117, January 2024, 103608.
4 – D. Nitz a, J.M. Siegel a b. GABA release in the locus coeruleus as a function of sleep/wake state. Published online: Neuroscience Volume 78, Issue 3, 27 March 1997, Pages 795-80.
5 – J Vazquez , H A Baghdoyan. Basal forebrain acetylcholine release during REM sleep is significantly greater than during wakin. Published online:Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol2001 Feb;280(2):R598-601.
6 – Jarrod A. Gott, Sina Stücker, Philipp Kanske, Jan Haaker, Martin Dresler, Acetylcholine and metacognition during sleep, Consciousness and Cognition, Volume 117,2024,103608, ISSN 1053-8100, https://doi.org/10.1016/j.concog.2023.103608.
7 – Jacola LM, Willard VW, Ashford JM, Ogg RJ, Scoggins MA, Jones MM, Wu S, Conklin HM. Clinical utility of the N-back task in functional neuroimaging studies of working memory. J Clin Exp Neuropsychol. 2014;36(8):875-86. doi: 10.1080/13803395.2014.953039. Epub 2014 Sep 25. PMID: 25252868; PMCID: PMC4229404.
8 – Hevey D, Thomas K, Laureano-Schelten S, Looney K, Booth R. Clinical Depression and Punishment Sensitivity on the BART. Front Psychol. 2017 May 2;8:670. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00670. PMID: 28512440; PMCID: PMC5411816.
9 – Summer , Jay Vera; Singh, Dr. Abhinav. Sleep Foundation. Atualizado em julho 2025. Sono REM: o que é e por que é importante. Disponível em: https://www.sleepfoundation.org/stages-of-sleep/rem-sleep

INFORME CIENTÍFICO

Propaganda exclusiva para profissionais da Saúde

Atualização n°004 – 07/08/2026 MS

