

# Essential Micro

## LC63

# MAGNESIO+ ESSENTIAL (60 cápsulas)

SUPLEMENTO NUTRICIONAL DE TRES SALES DE MAGNESIO, VITAMINA B6 Y VITAMINA D3 QUE AYUDA A LA RECUPERACIÓN DEL CANSANCIO FÍSICO, PSÍQUICO Y LA RELAJACIÓN MUSCULAR.

P.V.P  
15€



## INDICACIONES

- Cansancio físico y psíquico.
- Estrés, deporte.
- Memoria.
- Espasmos y contracturas.
- Nerviosismo, trastornos del sueño.
- Problemas cardiovasculares.
- Embarazo.
- Fortalecimiento de huesos y dientes.

## POSOLOGÍA

La posología solo se indica a título informativo y deberá ser adaptada a cada paciente según el criterio de un profesional de la salud.

**1 cápsula/día.**

### ÓXIDO MAGNESIO NATURAL

Origen marino

Alta biodisponibilidad  
y  
tolerancia digestiva.

### CITRATO DE MAGNESIO

Alta biodisponibilidad  
y  
tolerancia digestiva.

### GLUCONATO DE MAGNESIO

Alta biodisponibilidad  
y  
tolerancia digestiva.

### VITAMINA B6

Co-factor enzimático en  
la síntesis de neurotrans-  
misores

### VITAMINA D3

Favorece la acción del  
magnesio.

VITAMINAS Y MINERALES



Essential Micro

LC63

## MAGNESIO+ ESSENTIAL (60 cápsulas)

Presenta tres formas de magnesio para favorecer su entrada a la neurona, la biodisponibilidad y tolerancia. Al ser análogo estructural de dos neurotransmisores implicados en la excitación neuronal y la hiperactividad neurológica y unirse a sus receptores de membrana disminuye la neuroexcitación.

La importancia del magnesio radica en que participa en más de 250 reacciones enzimáticas. El 80% de la población tiene déficit de magnesio y es indispensable para la producción de energía y el equilibrio nervioso.

Su déficit es frecuente en la sociedad occidental y, a menudo, está asociado a antecedentes genéticos, acidosis, disminución de la absorción intestinal y el estrés que produce un mayor consumo de magnesio.

La EFSA (Agencia Europea de Seguridad Alimentaria), ente regulador de los alimentos en Europa tiene actualmente reconocidas numerosas alegaciones de salud con respecto al magnesio:

- Disminución de la fatiga
- Equilibrio electrolítico
- Metabolismo
- Sistema nervioso
- Función muscular.

También participa en la síntesis proteica, procesos de división celular y en el mantenimiento de los huesos y el esmalte dental. Es un buen antioxidante y refuerza el sistema inmunitario. Actúa en la excitabilidad neuronal, contracción muscular y mantenimiento del ritmo cardíaco. **Nuestra presentación aporta mejor tolerancia y absorción, y tiene una acción relajante del sistema nervioso.**

Además en el deporte interviene en la reparación de los tejidos:

- Cartílagos
- Tendones
- Ligamentos
- Músculos.

La **vitamina D3** (colecalfiferol) puede sintetizarse por los seres humanos a través de la piel después de exponerse a los rayos UV B del sol. También se obtiene de la dieta. Las plantas sintetizan ergosterol, que se transforma en vitamina D2 (ergocalciferol) con luz ultravioleta. Cuando la exposición a los rayos UV B es insuficiente para la transformación en vitamina D3, es básica la suplementación. Es esencial como modulador del sistema inmune, por esta razón mejora la inmunidad innata y puede inhibir el desarrollo de la autoinmunidad. Favorece la acción del magnesio.

### VALORES NUTRICIONALES

	Por 1 cápsula	% VRN*
Magnesio	400 mg	107%
Vitamina B6	1,4 mg	100%
Vitamina D3	5 µg	100%

\*%VRN: Valores de Referencia de Nutrientes.

### PRESENTACIÓN

- Caja de 60 cápsulas de 978,21 mg.

#### Bibliografía

• Bac P, Herrenknecht C, Binet P, Durlach J, Magnes Res. 1993 Mar;6(1):11-9. Audiogenic seizures in magnesium-deficient mice: effects of magnesium pyroglutamate, magnesium acetyltaurate, magnesium chloride and vitamin B6. • Bac P, Herrenknecht C, Pagès N, Dupont C, Durlach J, Magnes Res. 1996 Dec; 9(4):281-91. Reversible model of magnesium depletion induced by systemic kainic acid injection in magnesium-deficient rats: Comparative study of various magnesium salts. • Selected abstracts of European Magnesium Meeting EUROMAG June 8-10, 2011. Bologna, Italy Organized by the University of Bologna and by the International Society for the Development of Research on Magnesium ; P. Danhier, J. Durlach, N. Pages, P. Maurois, P. Bac, J. Vamecq, M. German Fattal, V. Durlach; Mg Acetyltaurate as a photic inhibitor in photosensitive magnesium depletion: a physiological pathway in headache with photophobia treatment. • Azliana Jusnida Ahmad Jafri & Al, Journal of Trace Elements in Medicine and Biology 39 (2017) 147-154. Protective effect of magnesium acetyl taurate against NMDA-induced retinal damage involves restoration of minerals and trace elements homeostasis. • Dominguez U, Barbagallo M, Lauretani F, Bandinelli S, Bos A, Corsi AM, Simonsick EM, Ferrucci L, Am J Clin Nutr. 2006 Aug;84(2):419-26; Magnesium and muscle performance in older persons: the In CHIANTI study.



8 436550 486179 >

T : 91 112 32 05 - 93 012 03 67 - ☎ 607 86 45 07 • pedidos@essentialdiet.es • www.essentialdiet.es

VITAMINAS Y MINERALES