

MAGNEZ CYTRYNIAN

Suplement diety

DOSTĘPNE OPAKOWANIA:

60 TABLETEK P1710

SPOSÓB UŻYCIA:

Osoby dorosłe 2 tabletki dziennie, najlepiej w trakcie posiłku lub według wskazań lekarza.

PRODUKT BEZGLUTENOWY. NIE ZAWIERA:



oraz substancji słodzących, sztucznych substancji przedłużających trwałość, aromatów.



CHARAKTERYSTYKA:

- Uzupelnienie diety w dodatkową porcję magnezu.
- Magnez w produkcie występuje w formie cytrynianu magnezu – jednej z najlepiej biodostępnych form magnezu w porównaniu z innymi³⁻⁶.

- 400 mg magnezu w porcji dziennej – 2 tabletkach.

BADANIA/ OŚWIADCZENIA:

- Zmniejszenie uczucia zmęczenia i znużenia.
- Utrzymanie prawidłowych funkcji psychologicznych, zdrowych kości oraz zębów.
- Prawidłowy metabolizm energetyczny.
- Prawidłowe funkcjonowanie układu nerwowego oraz mięśni.
- Prawidłowa synteza białka.
- Równowaga elektrolitowa.
- Udział w procesie podziału komórek.

DLA KOGO:

- Dla osób, które poszukują suplementu diety zawierającego magnez w postaci cytrynianu.
- Dla osób potrzebujących wsparcia prawidłowych funkcji psychologicznych, układu nerwowego oraz metabolizmu energetycznego.
- Dla osób, które chcą zadbać o mięśnie, kości i zęby.
- Dla osób aktywnych fizycznie.

POWIĄZANE SUPLEMENTY DIETY:

- Różeniec górski ekstrakt z korzenia
- Zaawansowana formuła antyoksydacyjna
- Żeń-szeń syberyjski wyciąg z korzenia
- Magnez z witaminą B6

MAGNEZ CYTRYNIAN

Składniki:

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia (2 tabletki) zawiera:	%RWS*
Magnez (cytrynian magnezu)	400 mg 107

Substancje wypełniające: celuloza, fosforany wapnia; substancje przeciwbrylające: dwutlenek krzemu, sole magnezowe (roślinnych) kwasów tłuszczowych; substancje glazurujące: hydroksypropylometyloceluloza, hydroksypropyloceluloza, glicerol (roślinny); emulgator: guma celulozowa.

*RWS – Referencyjna Wartość Spożycia

Ostrzeżenie: Kobiety w ciąży, matki karmiące oraz osoby zażywające leki lub chore powinny przed zażyciem skonsultować się z lekarzem. Przechowywać w temperaturze pokojowej, w miejscu suchym, ciemnym, w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Nie przekraczać porcji zalecanej do spożycia w ciągu dnia. Produkt nie jest substytutem zróżnicowanej diety. Zrównoważona dieta oraz zdrowy tryb życia są ważne.

BADANIA NAUKOWE:

- Magnez to jeden z podstawowych pierwiastków występujących w organizmie człowieka przede wszystkim w tkance kostnej, mięśniach i tkankach miękkich¹. W organizmie człowieka minerał ten pełni m.in. następujące role: stabilizuje cząsteczki ATP² (jednostki biorące udział w wewnątrzkomórkowym transporcie energii), jest niezbędny do budowy kości i zębów, transportu sodu oraz potasu, bierze udział w pobudliwości tkanki nerwowej i mięśniowej (kurczliwość mięśni), może przyspieszać wchłanianie wapnia w przewodzie pokarmowym i tym samym chronić organizm przed zakwaszeniem¹.
- Cytrynian magnezu jest organiczną solą magnezu rozpuszczalną w wodzie oraz jedną z najlepiej biodostępnych w organizmie człowieka form tego minerału w porównaniu z innymi (zarówno organicznymi, jak i nieorganicznymi)³⁻⁶.

OŚWIADCZENIA ZDROWOTNE:

- Magnez przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego.
- Magnez pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych.
- Magnez przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.
- Magnez pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego.
- Magnez pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu mięśni.
- Magnez pomaga w prawidłowej syntezie białka.
- Magnez pomaga w utrzymaniu zdrowych kości i zębów.
- Magnez pomaga w utrzymaniu równowagi elektrolitowej.
- Magnez odgrywa rolę w procesie podziału komórek.

Bibliografia:

1. H. Ciborowska, A. Rudnicka, Dietetyka. Żywnie zdrowego i chorego człowieka, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa, 2014.
2. Farm. Współcz. 2011; 4:29-32.
3. Magnes. Res. 2019; 32(3):63-71.
4. Magnes. Res. 2003; 16(3):183-191.
5. BMC Nutrition 2017; 3:7.
6. Am. J. Therapeutic. 2001; 8:345-357.