

Complexe de Magnésium

Comment ça fonctionne?

Le *magnésium* est un élément vital du corps, concentré principalement à l'intérieur des os et de chaque cellule. Complexe de Magnésium fournit deux types des formes les mieux absorbées de ce minéral. Le magnésium est essentiel à l'absorption du calcium, ainsi que pour toute fonction biologique, y compris le métabolisme du glucose, la production et l'équilibre de l'énergie cellulaire et la fonction musculaire. Le magnésium, qu'on appelle aussi le minéral « anti-stress », est un catalyseur vital de l'activité enzymatique. Le magnésium est un minéral essentiel à la santé humaine et est impliqué dans presque chaque fonction du corps, allant du battement de cœur à la création d'os et à la régulation de la glycémie. Il régule plus de 300 enzymes dans le corps. Les plus importantes d'entre elles sont impliquées dans la production, le transport, l'emmagasinage et l'utilisation de l'énergie. On a aussi découvert que le magnésium s'attache à plus de 3751 sites de fixation sur les protéines humaines. Le magnésium est un des minéraux électrolytiques (en plus du potassium, du calcium et du sodium). Il est essentiel à la production d'énergie dans le corps.

Complexe de Magnésium, par *Nature's Sunshine* (100 capsules)

Ingrédients médicinaux: chaque capsule contient 100 mg de magnésium (485mg de citrate de magnésium contenant 16 % de magnésium et 155 mg de malate de magnésium contenant 15,2 % de magnésium).

Ingrédients non médicinaux: cellulose, stéarate de magnésium (de source végétale), dioxyde de silicium.

Usage recommandé :

Mode d'emploi (adultes): prendre une capsule deux fois par jour avec un repas.



Bienfaits :

- Une source de deux des formes les mieux absorbées de ce minéral essentiel.
- Le magnésium est un facteur du maintien d'une bonne santé.
- Le magnésium aide le corps à métaboliser les glucides, les protéines et les gras.
- Le magnésium facilite le développement et le maintien des os et des dents.
- Le magnésium est crucial au bon fonctionnement des tissus musculaires.