

CITRATO DE MAGNESIO, POTASIO Y ZINC

INGREDIENTES: Citrato de Magnesio, Citrato de Potasio y Citrato de Zinc. Excipiente c.b.p. 1 cápsula de 500mg.

- **CITRATO DE MAGNESIO.** La deficiencia de magnesio en el organismo puede provocar múltiples problemas de salud o enfermedades como calambres en los músculos, niveles de azúcar en sangre elevados, enfermedades del corazón, migrañas, debilidad en el aparato óseo-articular y envejecimiento acelerado (provocando la aparición acelerada de males como el Parkinson, la artritis, la artrosis y otras dolencias) El magnesio es un nutriente que forma parte de multitud de zonas del organismo, como huesos, músculos, sangre, dientes, células nerviosas y múltiples tejidos que forman parte del cuerpo.

El citrato de magnesio es un complemento que cuenta con hasta un 16% de magnesio en su composición, y el resto son otros ingredientes o componentes como celulosa microcristalina, fosfato dicálcico, goma de celulosa, dióxido de silicio, estearato magnésico vegetal, hidroxipropil metil celulosa y glicerina vegetal.

El citrato de magnesio se usa para tratar estreñimiento de corto plazo. El citrato de magnesio pertenece a una clase de medicamentos llamados laxantes salinos. Funciona al hacer que el agua se retenga con las heces. Esto aumenta el número de deposiciones y suaviza las heces para que sean más fáciles de expulsar. También se usa para vaciar el colon (intestino grueso, intestino) antes de una colonoscopia (examen de la parte interior del colon para verificar si hay cáncer de colon u otras anomalías) o ciertos procedimientos médicos.

- **CITRATO DE POTASIO.** El citrato de potasio, ayuda a modificar el pH de la orina, disminuye su acidez y contribuye a la eliminación de cálculos renales, esto se debe a que el citrato en disolución puede formar el ión bicarbonato. El bicarbonato tiene un pH básico, puede captar protones, quedando menos protones circulando en el plasma. Al aumentar el pH de la orina, se ayuda a los riñones a eliminar el ácido úrico, ya que este se solubiliza a un pH de 5,5; por lo tanto al aumentar el pH se contribuye a prevenir la formación de cálculos renales e incluso solubilizar los que ya existen.

Además, el potasio suministrado por el citrato potásico contribuye a mantener el funcionamiento normal del sistema nervioso y de los músculos. Un adecuado nivel de potasio es necesario para garantizar un buen rendimiento deportivo y para que las contracciones musculares tengan lugar de forma correcta. De esta manera, el potasio contribuye de forma indirecta al desarrollo muscular, ya que es necesaria una correcta función muscular y correcta realización de las contracciones musculares para producir estímulos adecuados de entrenamiento que produzcan la hipertrofia muscular.

- **CITRATO DE ZINC.** Es un suplemento nutricional necesario para una adecuada digestión intestinal. Además, ayuda a la recuperación de la mucosa irritada y a aumentar las defensas a este nivel, por lo que es de gran utilidad en faringitis, gripes y resfriados. Por otro lado, el zinc es un oligoelemento de gran importancia para la función sexual masculina, ya que contribuye a mantener la concentración normal de testosterona y favorece la producción de espermatozoides.

Se presenta en forma de citrato, una forma del mineral más fácil de absorber que los óxidos que se comercializan habitualmente. Por ello es ideal para las personas con diferentes condiciones estomacales.

El citrato de zinc es un oligoelemento esencial para la función sexual masculina, porque ayuda a mantener la concentración normal de testosterona y favorece la producción de espermatozoides. También tiene aplicación en la garganta, en la recuperación de la mucosa irritada, aumentando las defensas para combatir gripes y resfriados o faringitis.

PRESENTACIÓN: FRASCO CON 90 CÁPSULAS DE 500 mg.

MODO DE USO: Tomar 1 cápsula con cada comida. (3 al día).

La ingesta de 3 cápsulas de 500mg aportan 200 mg de CITRATO DE MAGNESIO y 200mg de CITRATO DE POTASIO y 50mg de CITRATO DE ZINC)

