



Ca-Mg Complex

Ați simțit/avut vreodată?

Oboseală

Rupturi și fisuri

Slăbiciuni

Nevroză

Anxietate

Tonus scăzut al mușchilor

Insomnii

Cârcei

Amețeli

Aritmie

Nervozitate

Tensiunea arterială fluctuantă

Cauzele?

Carența

Ca

(Calciu)

Mg

(Magneziu)

Ca și Mg în organism



99 %

conținut în:

Țesutul dentar

Țesutul osos

Cartilagii



53 % conținut în:

Țesutul osos

Dentină și smalț

20 % conținut în:

Creier

Inimă

Mușchi

Rinichi

Ficat

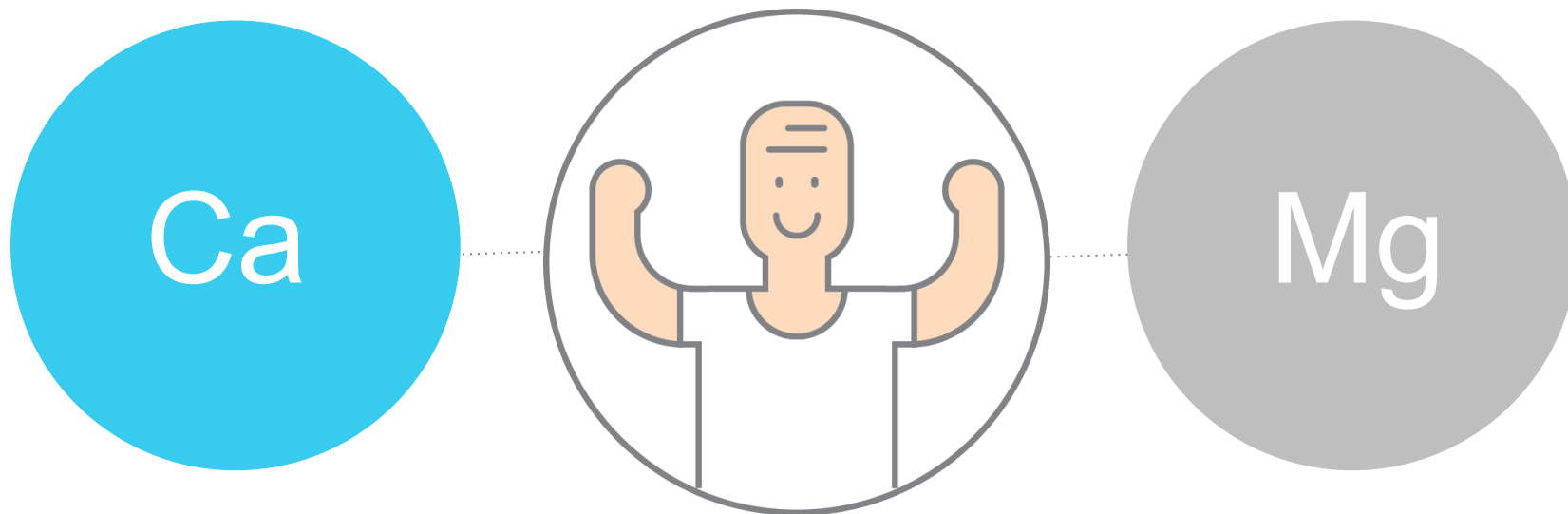
Rolul Ca și Mg

- Stimulează metabolismul enzimelor, proteinelor, lipidelor, acizilor nucleici
- Participă la producția de energie celulară ATP
- Reglează tonusul vascular
- Menține echilibrul acido-bazic
- Participă la construcția sistemului osos, ligamentelor, tendoanelor, enzimelor și hormonilor
- Crește procesele metabolice și bioenergetice în celulele organismului
- Normalizează ritmul cardiac
- Crește rezistența la stres

Influența magneziului asupra stării de sănătate



Echilibrul este important



Sursele de Ca și Mg



Doza zilnică

Ca

1000 mg



660 g

brânză grasă



1100 ml

smântână 10%



80 g

parmezan



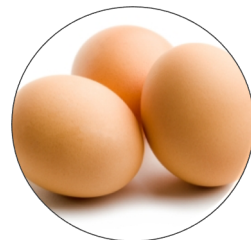
1 kg

crabi



1300 g

alune

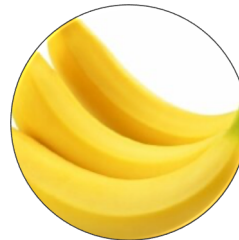


33

ouă de găină

Mg

400 mg



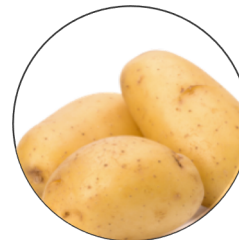
10

banane



2 kg

carne de pui



1700 g

cartofi

Altceva?



Avantajele

”Complex Ca-Mg”

- Echilibru optim de calciu și magneziu
- Doar forme organice ale mineralelor
- Se absoarbe în proporție de 75–90%
- Conține componente sinergice care îmbunătățesc absorbția de Ca și Mg: siliciu, bor, vitamina K₂, vitamina D₃

Pentru cine este recomandat?

