

MAGNESIUM PLATINUM:

biglycinate de magnésium ou magnésium « chélaté » avec la meilleure absorption

Des sols agricoles appauvris, le stress au travail, à la maison ou sur la route, la consommation d'alcool, de café, de sucre et d'alimentation raffinée: de nombreuses raisons au fait que près de 80% de la population présente un manque de magnésium, alors que ce minéral est essentiel pour notre métabolisme d'énergie, notre résistance au stress et le fonctionnement musculaire et intestinal. Ceux qui veulent combler ce manque ont avec le biglycinate de magnésium la forme la plus active et la mieux tolérée. MAGNESIUM PLATINUM de Mannavital contient comme source de magnésium uniquement du biglycinate de magnésium



Ingrédients actifs par comprimé:

* 1000 mg de biglycinate de magnésium 10 % (ALBION®) avec 100 mg de magnésium élémentaire (27 % AJR*): magnésium lié de manière covalente à l'acide aminé glycine ; n'est donc pas un sel ou un composé ionique.

Note: cette préparation ne contient pas l'oxyde de magnésium moins absorbable contrairement aux compléments qui offrent du "biglycinate de magnésium 18%".

* AJR = Apport Journalier Recommandé

Utilisation: 1 à 4 comprimés par jour à prendre pendant les repas, avec beaucoup d'eau

Pourquoi le magnésium « chélaté » est meilleur que les sels de magnésium

1. MEILLEURE ABSORPTION, MEILLEURE TOLERANCE

afin de pouvoir diviser les formes 'ioniques' de magnésium ou les sels de magnésium (-oxyde, -sulfate, -citrate, -glycérophosphate...) et par conséquent de bien pouvoir y absorber le magnésium, l'estomac doit sécréter suffisamment d'acide gastrique. Chez les personnes âgées ou les personnes ayant une faible fonction de l'estomac, les sels de magnésium sont donc insuffisamment divisés : ainsi, non seulement il y a trop peu de magnésium absorbé, ces sels provoquent également souvent des troubles telles qu'un estomac lourd, de la constipation ou de la diarrhée. **Dans le biglycinate de magnésium, le magnésium (comme c'est souvent le cas dans l'alimentation) est lié de manière 'covalente' ; plus précisément à l'acide aminé la glycine. Cette forme est absorbée par les intestins dans son ensemble et ne nécessite pas d'acide gastrique. Non seulement, l'absorption est ainsi généralement plus élevée (jusqu'à 5 fois plus d'absorption de magnésium comparé à l'oxyde de magnésium !), cette forme est également mieux tolérée.**

2. PAS DE BAISSSE D'ABSORPTION DE CALCIUM, FER et ZINC:

lorsque les sels de magnésium se divisent dans l'estomac ou les intestins, ils libèrent des ions de magnésium divalents positifs. Ces ions de magnésium diminuent ensuite à cause d'inhibition par compétition l'absorption d'autres minéraux divalents positifs tels que le calcium, le zinc et le fer. **En revanche, le biglycinate de magnésium, en tant que complexe de magnésium et de glycine qui est absorbé dans son ensemble dans l'intestin, ne se divise pas en libérant des ions de magnésium, ce qui fait que l'absorption des minéraux 'concurrents' tels que le calcium, le fer et le zinc, n'est pas influencée négativement.**

Principales caractéristiques et indications de MAGNESIUM PLATINUM:

<i>Caractéristiques</i>	<i>Potentielles indications</i>
Remplit un rôle crucial dans le métabolisme d'énergie (activer les vitamines B, production d'ATP, métabolisme du glucose ...)	<ul style="list-style-type: none"> • Manque d'énergie, apathie • Performances diminuées • Fatigue chronique
Contribue à la production et la sécrétion de divers neurotransmetteurs et donc au fonctionnement normal du système nerveux	<ul style="list-style-type: none"> • Stress, nervosité, tensions • Faible résistance au stress • Troubles du sommeil • Troubles d'attention et de concentration • Dépression, abattement • Angoisses, troubles émotionnels • Troubles alimentaires (anorexie, boulimie)
Contribue à la fonction optimale musculaire ; Détend les crampes musculaires ; Contribue à une fonction intestinale normale	<ul style="list-style-type: none"> • Crampes et contractions musculaires • Muscles tendus, raideur de la nuque, mal de dos • Constipation • Crampes abdominales, colon spastique (colon irritable), nausées • Crampes menstruelles, (Pré) éclampsie • Maux de tête
Contribue à un fonctionnement normal et une tension normale des vaisseaux sanguins ; contribue à une fonction et un rythme cardiaque normal	<ul style="list-style-type: none"> • (Pré)Hypertension (tension élevée) • Palpitations sans aucune cause organique • Rythme cardiaque trop rapide • Insuffisance cardiaque : soutien en cas de - • Angor pectoris (angine de poitrine): soutien en cas de - • Migraine
Contribue à la solidité osseuse (freine l'hormone parathyroïdienne qui mobilise le calcium des os, freine la perte de calcium via les reins) et des dents	<ul style="list-style-type: none"> • Prévention et soutien en cas d'ostéoporose • Prévention des caries, anomalies dentaires
Contribue à une sensibilité normale à l'insuline et au transport intracellulaire de glucose	<ul style="list-style-type: none"> • Résistance à l'insuline • Prévention et soutien en cas de diabète de type 2 • Hypoglycémie
Antagoniste naturel du calcium, empêche la cristallisation du calcium dans les tissus faibles	<ul style="list-style-type: none"> • Prévention de calculs rénaux d'oxalate de calcium • Prévention d'athérosclérose
Favorise la sécrétion de diverses hormones (insuline, thyroïde, œstrogène, testostérone, DHEA)	<ul style="list-style-type: none"> • Prévention du diabète • Prévention du SPM (Syndrome Prémenstruel)
Contribue à un fonctionnement normal du système immunitaire ; anti-inflammatoire (rôle dans la conversion des acides gras essentiels)	<ul style="list-style-type: none"> • Prévention des maladie auto-immunitaires (arthrite, diabète de type I, maladie de Crohn, Multiple sclérose (MS), Sclérose Latérale Amyotrophique (SLA), thyroïdite ...)
Protège les cellules contre l'accumulation de métaux lourds	<ul style="list-style-type: none"> • Prévention de l'accumulation de métaux lourds
Alcalinisant	<ul style="list-style-type: none"> • Prévention d'acidification du corps