

MAGNESIUM MALATE



Malate de Magnésium est un minéral essentiel à chaque cellule du corps humain. Il est primordial au maintien d'une activité cardiovasculaire normale, des muscles, des nerfs, des os et la fonction cellulaire.

La carence en magnésium est l'une des carences nutritives les plus communes aux États-Unis. Dans la plupart des régimes pratiqués il n'y a pas suffisamment de magnésium même pour les personnes qui ne sont pas anxieuses. Les besoins en magnésium peuvent être multipliés par 4 à 6 fois dans des moments de stress où le magnésium est gaspillé et évacué par les reins et les urines. Il est aussi diminué par la consommation de café, de sodas et d'alcool.

Une personne légèrement déficiente en magnésium aura des difficultés pour dormir, des douleurs musculaires et des problèmes de constipation. Une personne modérément déficiente en magnésium peut avoir des crampes et des contractions musculaires. Une personne sévèrement déficiente en magnésium développera des arythmies cardiaques, des spasmes coronaires et des malaises cardiaques. Les risques de rupture d'anévrisme sont également augmentés lors d'une forte carence en magnésium et si le patient possède un foyer sensible au cerveau.

Le Malate de Magnésium est probablement la source la plus efficace en magnésium. La plupart des praticiens constatent une large variation de son efficacité selon les formes de magnésium utilisées. L'oxyde de magnésium a le taux d'absorption et d'utilisation le plus faible dans le corps et c'est pourtant celui que l'on trouve le plus souvent dans le commerce. Le Malate de Magnésium est le produit le mieux absorbé et utilisé par le corps. Selon beaucoup de praticiens de la santé les cellules utilisent l'acide malique qui va produire de l'énergie dans la mitochondrie et simultanément puiser du magnésium pour cette mitochondrie qui en nécessite beaucoup.

La plupart des personnes aux États-Unis seraient constipées parce qu'elles ont moins de trois selles par jour. La constipation entraîne le stockage des toxines jusque dans le foie et la vésicule biliaire ainsi que dans le reste du corps. Ce phénomène va provoquer de la fatigue, mais aussi une fatigue cérébrale, des douleurs musculaires et une variété d'autres symptômes. Dans la majorité des cas, le magnésium en quantité suffisante évitera la constipation.

Les patients présentant des insuffisances ou des problèmes rénaux doivent cependant être prudents lorsqu'ils prennent du magnésium. Il leur est recommandé de consulter leur médecin traitant.



NutraMedix® 

Providing Quality Natural Products Since 1993