

# MAGNESIUM POWDER



## GEN® MAGNESIUM POWDER

**El magnesio se trata de un mineral fundamental para nuestro organismo.** Sin embargo, a pesar de ser tan importante, en realidad no es popularmente tan conocido como otros nutrientes esenciales, muchas personas presentan deficiencias en este mineral tan importante, y en verdad lo desconocen.

Para conocer su importancia, encontramos magnesio en más de 300 enzimas distintas en el cuerpo, siendo como veremos a continuación el responsable de la creación de trifosfato de adenosina (ATP, las moléculas de energía del cuerpo), la formación de huesos y dientes, la acción del músculo de nuestro corazón, la relajación de los vasos sanguíneos y la regulación de los niveles de azúcar en la sangre.

### ¿EN QUE NOS AYUDA EL MAGNESIO?

- Vital para la liberación de la energía.
- Forma parte de los huesos.
- Fundamental para hacer el ADN.
- Interviene en el mantenimiento de los huesos, dientes y el corazón.
- Favorece y ayuda en la formación de proteínas.
- Interviene en la transmisión y contracción de los nervios.

**Además de las funciones del magnesio indicadas en el apartado anterior, también aporta los siguientes beneficios:**

- Fundamental para nuestro organismo, ya que si existe carencia de magnesio repercute en prácticamente todas las funciones de nuestro cuerpo.
- Esencial para el crecimiento.
- Ayuda a mantener en buen estado tanto las células como los tejidos del cuerpo.
- Esencial para los impulsos nerviosos.
- Es un relajante muscular natural que nos permite descansar correctamente y además actúa de forma efectiva contra calambres, contracturas, vértigos y mareos.
- Es un complemento ideal para deportistas al facilitar que se fije el calcio a nuestros huesos Es un regulador de los niveles de azúcar en sangre y también de la temperatura corporal.
- Favorece la metabolización de otros minerales.
- Ayuda a sentirnos más relajados y a descansar correctamente.
- Ayuda a la prevención de lesiones.
- Además el Magnesio en tomas mayores siempre bajo prescripción de un profesional de la salud, nos puede ayudar como laxante.

**El déficit de magnesio puede abarcar:**

- Irritabilidad.
- Tensión nerviosa.
- Estrés.
- Temblores.
- Calambres musculares.
- Arritmia (latido irregular del corazón).

**GEN**  
PROFESSIONAL BRAND

# MAGNESIUM POWDER



## COMPOSICIÓN PRINCIPAL DE GH-RGEN®

Carbonato de Magnesio y Citrato de Magnesio.

## RECOMENDACIONES DE USO

Tomar 1 g al día antes de dormir diluido en agua. A no ser que su dietista o Médico le indique otra posología.

## PRESENTACIÓN

Formato: 300 g para 277 tomas.

Sabores: Neutro.

## COMPOSITION / COMPOSITION / COMPOSICIÓN

Ingredients	Per 1083,25 g*	% NRV**
Ingrédients:	Par 1083,25 g*	% VNR**
Ingredientes:	Por 1083,25 g*	% VRN**

TOTAL MAGNESIUM		
MAGNÉSIUM TOTAL		
MAGNESIO TOTAL	250 mg	66,6%

\*Recommended Daily Dose  
\*Dose journalière recommandée  
\*Dosis Diaria Recomendada

\*\*%NRV: Nutrient Reference Value.  
\*\*%VNR: Valeurs Nutritionnelles de Référence.  
\*\*%VRN: Valores de referencia de nutrientes.

PREVENCIÓN



**GEN**  
PROFESSIONAL