

min GEN
PROFESSIONAL BRAND



MINGEN 30 DR-cap

Nueva fórmula con minerales quelados con mejor absorción, vitamina C y D3 con la avanzada capsula DR que permite que las vitaminas y los minerales lleguen intactos al intestino delgado, y no pierda pureza con los ácidos del estómago.

Suplemento a base de Minerales y Vitaminas para deportistas.

MINGEN evita o previene rampas musculares y calambres, ocasionados por la actividad física intensa, indicado para atletas de resistencia y deportistas profesionales que estén expuestos a ambientes muy cálidos donde la sudoración es excesiva. además de un aporte de vitaminas básicas necesarias para cualquier deportista.

LOS MINERALES Y LAS VITAMINAS EN EL DEPORTE.

Un calambre muscular se trata de repentinos e intensos espasmos musculares que a menudo se dan en las piernas y en los brazos, Los calambres pueden hacer que te detengas cuando estás entrenando a alta intensidad o en medio o al final de una prueba importante, también puede provocar que te despiertes a mitad de la noche lo que hace que no tengamos un buen descanso y tengamos una mala recuperación. Las causas más comunes de los calambres incluyen la deshidratación, la tensión muscular y las deficiencias de vitaminas y minerales.

Además de mantenerte bien hidratado, puedes prevenir los calambres musculares simplemente con prestar atención a tu ingesta de ciertas vitaminas y minerales.

MINGEN la mejor solución para el deportista.

- Cada cápsula aporta los 4 minerales imprescindibles para los calambres, sodio, potasio, Magnesio y Calcio.
- Cómodo y práctico para llevarlo encima para una competición importante o un entreno de máxima intensidad.
- Cápsulas DR de última generación para que los ácidos gástricos no destruyan el principio activo.
- Minerales quelados con un % mucho más alto de absorción que los convencionales, que así mismo no dan ninguna molestia.
- En esta nueva fórmula se ha añadido vitamina C, y D3 además de la B1, B6, y B12.

COMPOSICIÓN PRINCIPAL

Magnesio: La deshidratación es una causa común para los calambres musculares, causada por un desequilibrio en los electrolitos. El magnesio es un electrolito importante, debido a que está involucrado en la transportación del calcio y del potasio dentro y fuera de las células, lo que afecta a las contracciones musculares. Una deficiencia de magnesio puede afectar por completo el balance de los electrolitos, lo que puede ocasionarte calambres en las piernas.

GEN
PROFESSIONAL BRAND

Perfect Nutrition®

min GEN
PROFESSIONAL BRAND



Calcio: El calcio es un electrolito involucrado con las funciones neurológicas, la contracción muscular y la relajación. Si tus músculos se contraen, y si no cuentas con suficiente calcio para relajarlos después, puedes sufrir un calambre.

Potasio: El potasio es un electrolito responsable de transmitir los impulsos nerviosos a través del cuerpo. Juega un papel fundamental en la contracción muscular y el carecer de potasio, lo que se conoce como “hipokalemia”, puede provocarte calambres musculares.

Sodio: El sodio funciona en conjunto con otros electrolitos, el potasio, el magnesio y el calcio, para generar los impulsos nerviosos necesarios y las contracciones musculares. Cuando los niveles de sodio son demasiado bajos debido a la deshidratación o a la transpiración excesiva, es cuando ocurren los calambres musculares.

Vitamina C: participa en más de 300 funciones corporales, la vida misma depende de su reposición diaria. Su función prioritaria es el mantenimiento del colágeno, una proteína necesaria para la formación de la piel, los ligamentos, los huesos y los dientes, y para el fortalecimiento de las paredes de los vasos sanguíneos.

Vitamina D3: La vitamina D3 es una vitamina liposoluble (soluble en grasa) que nuestra piel sintetiza al exponerse a la luz solar y/o a través de una correcta suplementación. Afecta a nuestro estado de ánimo y a nuestro bienestar, así como a la salud de los huesos y de las articulaciones.

Vitaminas Grupo B: Las vitaminas del complejo B están involucradas en muchos procesos biológicos que van desde la producción de eritrocitos en la sangre, la generación de energía y el correcto funcionamiento del sistema nervioso y de los músculos. Investigaciones recientes sugieren que una deficiencia en las vitaminas del complejo B puede acarrear diversos problemas, incluyendo calambres en las piernas. De hecho, una reseña publicada en el diario “Neurology” concluyó que un suplemento de vitaminas del complejo B ayudan a reducir los calambres musculares en un 86% en un grupo controlado de pacientes.

Vitamina B1: aparte de lo mencionado antes La vitamina b1 cumple un rol indispensable en las funciones metabólicas del organismo, ya que es una de las principales protagonistas de la síntesis de hidratos de carbono en el cuerpo lo que permite que tengamos energía.

Vitamina B6 Esta vitamina es muy popular entre los deportistas ya que incrementa el rendimiento muscular y la producción de energía. Eso es debido a que cuando hay necesidad de un mayor esfuerzo favorece la liberación de Glucógeno que se encuentra almacenado en el hígado y en los músculos.

La B6 es muy importante para una adecuada absorción de la Vitamina B12 y el Magnesio.

Vitamina B12 funciona como una coenzima en varias de las funciones metabólicas del organismo, incluyendo por ejemplo el metabolismo de las grasas, los hidratos de carbono y la síntesis de proteína. También resulta indispensable para la formación de nuestros glóbulos rojos, y para la regeneración de todos los tejidos. Además, la vitamina b12 también es fundamental para el correcto desarrollo del sistema nervioso, ya que mantiene sana la vaina de mielina de las células nerviosas y también se observa que participa en la síntesis de los neurotransmisores. La vitamina b12 también es necesaria para la transformación de los ácidos grasos en energía, por lo que es muy necesaria ya que sin ella podemos padecer de fatiga constante. También colabora en mantener las reservas de energía en los músculos.

min GEN
PROFESSIONAL BRAND



RECOMENDACIONES DE USO

Tomar 1 o 2 cápsulas al día, antes de la actividad y cuando empezamos a notar síntomas de calambres durante el ejercicio.

Se recomienda la ingesta periódica de agua durante la toma en pequeñas tomas en caso de ciclismo o deportes que lo permitan.

Producto destinado a su uso exclusivo para personas en el ámbito deportivo durante el entreno / competición. No superar la dosis diaria recomendada. Mantener fuera del alcance de los niños. Utilizar bajo supervisión de Dietistas o Médicos deportivos.

PRESENTACIÓN

FORMATO: Caja de 30 DR-Cápsulas. Para su mejor conservación y para evitar la humedad de la sudoración cuando los transportamos en una prueba cortar el blister con la cápsula dentro.



Supplement Facts

Information nutritionnelle / Información nutricional

Recommended daily dose: maximum 2 capsules per day.
Dose journalière recommandée: maximum 2 capsules par jour.
Dosis diaria recomendada: máximo 2 cápsulas al día.

Ingredients amount:	per 2 capsules	%NRV
Quantité d'ingrédients:	par 2 capsules	% VNR
Cantidad de ingredientes:	por 2 cápsulas	%VRN
Magnesium / Magnésium / Magnesio:	75,40 mg	20%
Sodium / Sodium / Sodio	31,89 mg	
Calcium / Calcium / Calcio	58,90 mg	
Vitamin C / Vitamine C / Vitamina C	80 mg	100%
Vitamin B6 / Vitamine B6 / Vitamina B6	0,65 mg	46,5%
Vitamin B1 / Vitamine B1 / Vitamina B1	0,54 mg	50%
Vitamin B12 / Vitamine B12 / Vitamina B12	1,25 µg	50%
Vitamin D3 / Vitamine D3 / Vitamina D3	5 µg	100%

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