

MAGNECAPS® Muscles

ROLE DU MAGNESIUM :

Le magnésium est un minéral de la plus haute importance pour notre santé.

Dans notre organisme, le magnésium joue un rôle essentiel dans plus de 300 réactions enzymatiques, notamment différentes réactions qui impliquent des liaisons phosphate riches en énergie (le magnésium contribue à un métabolisme énergétique normal). Le magnésium est en outre un élément indispensable pour la synthèse des protéines, la transmission des influx entre les cellules (contribue au fonctionnement normal du système nerveux) et le développement osseux.

Le magnésium est principalement fourni par l'alimentation. Les aliments suivants sont riches en magnésium : céréales complètes, noix, légumes verts, eau minérale riche en magnésium, fruits secs, bananes et chocolat.

Toutefois, nos habitudes alimentaires modernes peuvent mener facilement à un apport insuffisant de magnésium. De plus, dans des nombreuses circonstances spécifiques comme l'effort physique, l'hyper fatigabilité, les périodes de stress temporaire, l'abus d'alcool, la période de croissance, la grossesse, etc, le besoin de magnésium est augmenté :

- L'alimentation normale peut rarement couvrir les besoins accrus de magnésium qu'exige l'**effort physique** (notamment chez les sportifs). Il en résulte des tensions et raideurs musculaires. Dans ces cas, on recommande un apport élevé de magnésium (450 mg de magnésium).
- **L'hyperfatigabilité et des périodes de stress temporaire**, qui ne sont pas inhabituelles dans notre société moderne, peuvent entraîner une activité accrue des catécholamines (substances responsables de la transmission des influx nerveux) et la perte urinaire de magnésium, avec comme conséquence une carence en magnésium.
- La **consommation excessive d'alcool** entraîne, elle aussi, une carence en magnésium, par excrétion accrue du magnésium.

CARENCE EN MAGNESIUM :

La carence en magnésium peut se manifester par des signes tels que tensions, raideurs musculaires (sport), des périodes de fatigue et de stress temporaire (par exemple lors d'un examen).

ROLE DE LA VITAMINE B6 :

La vitamine B6 aide à absorber le magnésium et contribue à réduire la fatigue.

MAGNECAPS® MUSCLES EST RECOMMANDÉ DANS LES CAS SUIVANTS:

Nous avons besoin de magnésium pour activer nos cellules et stimuler leur activité.

MAGNECAPS® Muscles est un **supplément de magnésium hautement dosé** qui contient **450 mg** de magnésium par capsule.

MAGNECAPS® Muscles contribue au maintien du bon fonctionnement des muscles grâce au magnésium.

DOSE QUOTIDIENNE RECOMMANDÉE :

1 capsule par jour, de préférence pendant le repas.

Administration orale. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée.

EMBALLAGES :

30 et 84 capsules.

MESURES DE PRECAUTION :

MAGNECAPS[®] Muscles est un complément alimentaire.

Si vous suivez en même temps un traitement contenant de la tétracycline (type d'antibiotique), veuillez à prendre MAGNECAPS[®] Muscles dans un intervalle de temps de minimum 2 heures avant ou après la prise de la tétracycline. Les personnes présentant de graves problèmes rénaux doivent au préalable consulter leur médecin.

Conserver hors de portée des enfants. Conserver à température ambiante. Protéger contre l'humidité et la chaleur. Un complément alimentaire ne peut pas être utilisé en remplacement d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain.

INGREDIENTS PAR CAPSULE (% Apport de référence):

Oxyde de magnésium (450 mg Mg (120%)) – Capsule: gélatine, schellac, propylèneglycol – Agent de charge : cellulose microcristalline – Anti-agglomérants: stéarate de magnésium, talc – Colorants: oxyde de titane (E171), oxyde de fer (E172) – Chlorhydrate de pyridoxine (1,4 mg Vit. B6 (100%)).

MAGNECAPS[®] Muscles est un complément alimentaire vendu en pharmacie.

DISTRIBUTEUR :

TAKEDA BELGIUM – L. Da Vincilaan 7 – 1930 Zaventem