



Shirel®

EL MAGNESIO

El mineral más importante

El magnesio es el mineral más importante para todos los organismos vivos. Es el segundo elemento más abundante en el interior de las células humanas y está involucrado en más de 300 reacciones bioquímicas del cuerpo.



El 60% del magnesio de nuestro cuerpo se encuentra en los huesos, un 30% en las células musculares, un 7% en otras células y un 1% en la sangre, el magnesio ayuda a que el calcio penetre en el hueso y esté fuerte.



Sin la cantidad suficiente de magnesio, el calcio se desplaza de los huesos a los tejidos y las células, llevándonos a problemas como artritis, aterosclerosis, asma, dolores de cabeza, fibromialgia, piedras en los riñones y osteoporosis.

Una célula sana contiene un nivel alto de magnesio y bajo de calcio.

SÍNTOMAS DE DEFICIENCIA DE MAGNESIO

- » Dolor en músculos o articulaciones
- » Reflujo gástrico
- » Alergias
- » Artritis
- » Arterioesclerosis
- » Asma
- » Cáncer
- » Fatiga crónica
- » Estreñimiento
- » Arrugas prematuras
- » Diabetes
- » Osteoporosis
- » Falta de energía
- » Disfunción eréctil
- » Arritmia cardíaca
- » Hipertensión
- » Cálculos en los riñones
- » Problemas menstruales
- » Migraña
- » Calambres, espasmos o dolores musculares
- » Fibromialgia
- » Enfermedades del sistema nerviosos (ansiedad, irritabilidad, depresión)

BENEFICIOS DEL MAGNESIO PARA EL ORGANISMO

- 🍃 Aumenta la energía corporal.
- 🍃 Fortalece el sistema inmunitario.
- 🍃 Alivia los dolores y espasmos musculares.
- 🍃 Hidrata y fortalece la piel.
- 🍃 Mejora la calidad de los huesos y previene la osteoporosis.
- 🍃 Ayuda a mejorar la artritis.
- 🍃 Mejora la calidad del sueño.
- 🍃 Calma los nervios y alivia el estrés.
- 🍃 Actúa como antioxidante, y antiinflamatorio porque incrementa el nivel de glutatión en las células.
- 🍃 Previene la formación de cálculos biliares en el hígado y la vesícula.
- 🍃 Evita la formación de cálculos en el riñón.

La mejor forma de usar y absorber el magnesio es a través de la piel. Esta es la forma más rápida de introducir magnesio en el organismo y que mejor se absorbe. No puede haber sobredosis porque el cuerpo sólo absorbe lo que necesita.

Más información:



Shirel_tips



7041-3832