



www.nutra-be.it | info@nutra-be.it | +39 3488125787



NUTRA MAG PLUS

NUTRA MAG PLUS è un integratore alimentare a base di **Magnesio Bisglicinato e Melatonina**.

Flacone in vetro da 120 compresse

4 cpr = 200 mg di Magnesio bisglicinato + 1 mg di Melatonina

Posologia consigliata: 4 cpr/die alla sera prima di coricarsi

Ingredienti: Bisglicinato di Magnesio; agente di carica: Cellulosa; agenti antiagglomeranti: biossido di silicio, magnesio stearato di origine vegetale; Melatonina

Vegan Friendly: senza l'impiego di sostanze composte o di derivazione animale

OGM Free: senza l'impiego di sostanze composte o derivate da organismi geneticamente modificati

Gluten Free: ingredienti privi di glutine

Diabetic Friendly: senza zuccheri aggiunti



Lotto di produzione con scadenza 09/2024

Il **Magnesio**, in associazione con la **Melatonina**, agisce sul sistema nervoso e sugli ormoni notturni aiutando il rilassamento e un miglior riposo.

Il **Magnesio**:

- Contribuisce a prevenire e calmare i sintomi collegati allo stress
- Previene la pressione alta e favorisce l'equilibrio del sistema nervoso e il rilassamento muscolare: per questa ragione aiuta a prevenire crampi, ma soprattutto regola le contrazioni uterine e riduce le possibilità di nausea e vomito. Inoltre risulta fondamentale per scongiurare il pericolo di gestosi e parto prematuro
- Attenua l'eccitabilità dei nervi e dei muscoli, riduce la secrezione dell'adrenalina e contribuisce ai processi di comunicazione delle cellule nervose, aiutando a regolare la trasmissione dei segnali

È ampiamente documentato che una carenza di magnesio è associata a irritabilità, nervosismo, tensione, irrequietezza, ansia, apprensione, difficoltà di concentrazione, apatia generale, stanchezza mentale e fisica, insonnia, sindrome premestruale, sintomi della menopausa, palpitazioni.

La **Melatonina**:

- efficace nel riequilibrare il ritmo sonno-veglia
- efficace nei disturbi provocati dal jet-lag
- migliora la qualità di vita oltre che il sonno dei pazienti affetti da Broncopneumopatia cronica ostruttiva (BPCO)
- riduce la produzione di acido lattico dopo intensa attività fisica. L'acido lattico, circolando nel sangue, impedisce di proseguire l'attività causando forti dolori muscolari. La melatonina è in grado di legarsi ad esso, riducendo la comparsa di dolori muscolari tipici di un inizio di attività fisica intensa
- riduce gli effetti da "overtraining", cioè da allenamento eccessivo, che si verifica quando l'attività fisica praticata è troppo intensa (l'organismo non riesce, nei tempi di recupero, ad eliminare la fatica accumulata)
- riduce lo stress ossidativo muscolare e l'infiammazione indotta da un intenso esercizio fisico
- stimola la sintesi del fattore di crescita (GH)

Lo stress psicofisico, con livelli di adrenalina e cortisolo elevati, genera un sonno disturbato. La Melatonina ha la capacità di ridurne i livelli e ripristinare un corretto effetto sonno-veglia.