



Colágeno & Magnesio

Regula la funcionalidad corporal

Ficha Técnica

Colágeno & Magnesio

De acuerdo a los estudios realizados por GELITA, en el cuerpo de un adulto un 35% del total de las proteínas son colágenos, estos son los bloques de construcción más importantes del tejido conjuntivo¹. Así, el colágeno es un ingrediente indispensable en una alimentación sana.

Por su parte, el magnesio es el undécimo mineral más común en el cuerpo humano, rige la actividad de más de 350 procesos enzimáticos y desempeña un papel clave en más del 80% de las funciones metabólicas; sin embargo, sigue siendo uno de los minerales menos comprendidos y menos apreciados en la nutrición humana².

Colágeno & Magnesio

Mezcla funcional de 6,30 gr. de Colágeno Hidrolizado PEPTIPLUS[®] con 0,350 gr. de Cloruro de Magnesio, 71,4 mg de Vitamina "C" (ácido Ascórbico) por porción de 10g.





Magnesio

El mineral funcional

¿Qué es el magnesio?

El magnesio es un mineral que el cuerpo necesita para mantenerse sano, es cofactor en más de 300 procesos enzimáticos que regulan diversas reacciones bioquímicas en el cuerpo como síntesis de proteínas; regula la función de los músculos y sistema nervioso, los niveles de azúcar en la sangre y la presión sanguínea. Por si fuera poco, ayuda a formar masa ósea y ADN.^{3,4}

Tan sólo en Estados Unidos, la Encuesta Nacional de Examen de Salud y Nutrición ha demostrado que la ingesta de magnesio es inferior a las cantidades recomendadas⁵. Consumir las cantidades sugeridas puede evitar la pérdida del apetito, náuseas, vómitos, fatiga y debilitamiento.

¿Existen personas propensas a no consumir suficiente magnesio?

Sí, es más probable que personas con enfermedades gastrointestinales, pacientes con diabetes tipo 2, individuos con alcoholismo de largo plazo así como gente mayor no consuman el suficiente magnesio por su condición o su medicación.



Mecanismo de acción Colágeno & Magnesio

Nuestro producto es una mezcla optimizada de una proteína de Colágeno Hidrolizado con Cloruro de Magnesio que presenta una mayor biodisponibilidad, mejor absorción y sin efectos laxantes.

El Cloruro de Magnesio ha demostrado clínicamente ser la forma orgánica más biodisponible. El proceso de quelación unidos aminoácidos al mineral para que el cuerpo lo reconozca y absorba más fácilmente. Ya que el Magnesio no se ioniza en el intestino, no causa problemas o dolores gastrointestinales como lo causarían otras formas inorgánicas del mineral.

Hemos agregado la proteína de Colágeno Hidrolizado que colabora con la reposición de energía en los entrenamientos, promueve la sensación de saciedad, se absorbe fácilmente por el organismo y permite una respuesta rápida mejorando el desempeño del cuerpo⁵.

Efectos Positivos del Magnesio en el organismo

1. Ayuda a crear energía activando el proceso de ATP.

2. El magnesio es vital para la función GABA, un neurotransmisor inhibitor que produce "hormonas felices" como la serotonina, por lo cual, calma nervios y ansiedad.

3. Un grupo de 46 personas tomaron magnesio y presentaron un aumento significativo en el tiempo de sueño, un período menor para conciliar el descanso, mayores concentraciones de melatonina (la hormona responsable de inducir somnolencia) y niveles más bajos de cortisol.

4. El magnesio ayuda a relajar los músculos dentro del tracto digestivo, incluida la pared intestinal; ayuda a neutralizar el ácido estomacal y mueve las heces a través de los intestinos, por lo que promueve el correcto tránsito intestinal.

5. Alivia dolores musculares y espasmos. Reduce la inflamación y es útil en casos de fibromialgia u osteoartritis.

6. Diversos estudios han demostrado que el consumo de magnesio puede reducir los niveles altos de presión sanguínea y promueve la buena salud del miocardio.

7. Dietas con altos niveles de magnesio están asociados con un menor riesgo a padecer diabetes, posiblemente porque promueve el correcto metabolismo de la glucosa.

8. El magnesio está involucrado en la formación de huesos. Una mayor ingesta de magnesio se correlaciona con el aumento de la densidad mineral ósea en hombres y mujeres, según varios estudios.

9. El magnesio puede además reducir los síntomas de la menopausia tales como insomnio, ansiedad, irritabilidad y retención de líquidos. Este mineral también ayuda a mejorar los niveles de energía, los cuales tienden a disminuir durante este transtorno.

REFERENCIAS DE ESTA SECCIÓN:

Dr. Axe. (n.d.). Should You Be Taking Magnesium Supplements?. Recuperado el 2018, de Sitio Web Dr. Axe: <https://draxe.com/magnesium-supplements/>

NIH Office of Dietary Supplements. (2016). Magnesium, Fact Sheet for Health Professionals. Recuperado el 2018, de Sitio Web de National Institutes of Health: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Magnesium-HealthProfessional>



! Diferencia entre tipos de Magnesio

Primer Generación

Absorción pobre en el intestino y con mayores efectos laxantes.

Óxido

Sulfato

Carbonato

Citrato

Segunda Generación

Mejor absorción, buena biodisponibilidad, muy pocos efectos laxantes.

Malato

Taurato

L-Treonato

Glicinato

Tercer Generación

Quelados con dos aminoácidos para mejorar la absorción, sin efectos laxantes, altamente biodisponible, sin sabor y altamente tolerable.

Cloruro de
Magnesio

¡Mezcla optimizada!

En conclusión, el Colágeno & Magnesio es un suplemento altamente biodisponible. Sin azúcar ni gluten; se puede agregar a cualquier líquido frío o caliente sin alterar sus propiedades.

Basta una dosis de 10g al día (cucharada sopera) para comenzar a sentir los cambios en corto tiempo.

Se sugiere su ingesta a personas mayores de 18 años que buscan mejorar la funcionalidad del organismo, mujeres con menopausia, así como todas las personas con deficiencia de magnesio en su dieta.

Referencias

1. GELITA AG. (2015). El papel que juega el colágeno en el cuerpo humano. Recuperado el 2015, de Sitio Web de Gelita: <http://www.gelita.com/es/soluciones-y-productos/el-papel-que-juega-el-col-geno-en-el-cuerpo-humano>

2,3. ALBION Minerals. (2018). Advantages of Magnesium Bisglycinate Chelate Buffered. Recuperado el 2018, de Sitio Web de Albion: <http://www.albionminerals.com/human-nutrition/magnesium-white-paper>.

4. NIH Office of Dietary Supplements. (2016). Magnesium, Fact Sheet for Health Professionals. Recuperado el 2018, de Sitio Web de National Institutes of Health: <https://ods.od.nih.gov/factsheets/Magnesium-HealthProfessional>

5. Iberoquímica magistral. (2017). Colágeno hidrolizado (PEPTIPLUS SB – GELITA) Peptídeos de colágeno de alta performance. Brasil: Iberoquímica.



Hoja Técnica

1. Información General

Nombre. **Colágeno & Magnesio.**

Marca. **PROALPAZ**

2. Identificación de Peligros

No peligroso de acuerdo con los Reglamentos Europeos CE 67/548 / ECC y 1272/2008 / CE.

3. Composición

Por cada 10g,

6,30 g de Proteína de Colágeno Hidrolizado

0,34 g de Cloruro de Magnesio

3,30 g de Maltodextrina

71,4 mg de Vitamina “c” (Acido Ascorbico)

4. Manejo y Almacenamiento

Almacenar alejado de olores fuertes en un ambiente seco y a temperatura ambiente.

Proteja el producto de radiaciones solares.

5. Propiedades físicas

Estado físico. **Sólido, polvo.**

Color. **Ligeramente amarillo a blanco.**

Olor. **Ligero, característico.**

Solubilidad. **Soluble en agua.**

6. Contenido

Frasco con 350g de proteína bioactiva en polvo

7. Sabores

Sabor Frutilla/uva

Sabor Neutro

8. Tipo

Suplemento Alimenticio.

9. Indicaciones

Mezclar 10g (una cucharada Sopera) en el líquido de su preferencia hasta disolver, puede ser frío o caliente.



Colágeno & Magnesio

Recupera la funcionalidad corporal

Ficha Técnica

Queda estrictamente prohibida su reproducción por cualquier medio sin autorización escrita. Todos los logotipos y marcas se encuentran protegidos por derechos de autor; las imágenes ocupadas tienen fines ilustrativos, la empresa no cuenta con los derechos de las mismas por lo que no están a la venta. Si usted necesita copia de los estudios científicos favor de contactarnos para indicarle el procedimiento para obtenerlos.

**PROALPAZ
PROCESADORA DE ALIMENTOS LA PAZ
77246463 - 63125061
LA PAZ - BOLIVIA**