



CLORURO DE MAGNESIO SPORT 250 G MAXICLORURO

BENEFICIOS : El cloruro de magnesio tiene los siguientes beneficios:

- 1 Purifica la sangre y ayuda a equilibrar el Ph, lo cual previene muchas enfermedades.
- 2 El cloruro de magnesio ayuda a eliminar el acido que se acumula en los rinones, promoviendo el funcionamiento y la salud renal.
- 3 Estimula las funciones cerebrales y la transmision de impulsos nerviosos, contribuyendo de esta forma a tener un equilibrio mental.
- 4 Ayuda a prevenir y combatir las lesiones musculares, calambres, fatiga y/o cansancio muscular.
- 5 Estimula el buen funcionamiento del sistema cardiovascular, previniendo las enfermedades del corazon.
- 6 Ayuda a disolver los niveles de colesterol malo, estimulando la buena circulacion de la sangre y previniendo enfermedades.
- 7 Es un poderoso remedio antiestres que tambien ayuda a combatir la depresion, los mareos y la fatiga.
- 8 Sirve para regular la temperatura del cuerpo.
- 9 Previene las hemorroides, mejora la salud intestinal y ayuda en casos como la colitis, estreñimiento, entre otros.
- 10 Previene los problemas de la prostata.
- 11 Puede ayudar a prevenir y combatir tumores cancerigenos.

MODO DE EMPLEO : Como preparar cloruro de magnesio

Aunque el cloruro de magnesio se puede encontrar ya preparado y en tabletas, tambien hay una formula para prepararlo en casa. Vas a necesitar:

- 1 litro de agua.
- 30 gramos de cloruro de magnesio cristalizado.
- 1 cuchara de madera.

Pasos a seguir:

Poner a hervir un litro de agua y dejarlo enfriar. Luego, colocarlo en un envase de vidrio y disolver los 30 gramos de cloruro de magnesio cristalizado. Mezclar con la cucharada de madera, tapar bien y guardar.

La dosis de cloruro de magnesio que uno debe tomar depende del problema a tratar o de la edad de la persona. Lo recomendable es consultarle al medico para saber la dosis exacta que se debe consumir de acuerdo a nuestra necesidad. Sin embargo, a nivel general se recomienda una dosis de una a dos cucharadas de cloruro de magnesio al dia, despues de los 35 anos, antes de esta edad se recomienda solo media cucharada.

RESTRICCIONES : 1 LITRO DE AGUA.

- 30 GRAMOS DE CLORURO DE MAGNESIO CRISTALIZADO.
- 1 CUCHARA DE MADERA.

PASOS A SEGUIR:

PONER A HERVIR UN LITRO DE AGUA Y DEJARLO ENFRIAR. LUEGO, COLOCARLO EN UN ENVASE DE VIDRIO Y DISOLVER LOS 30 GRAMOS DE CLORURO DE MAGNESIO CRISTALIZADO. MEZCLAR CON LA CUCHARADA DE MADERA, TAPAR BIEN Y GUARDAR.

LA DOSIS DE CLORURO DE MAGNESIO QUE UNO DEBE TOMAR DEPENDE DEL PROBLEMA A TRATAR O DE LA EDAD DE LA PERSONA. LO RECOMENDABLE ES CONSULTARLE AL MEDICO PARA SABER LA DOSIS EXACTA QUE SE DEBE CONSUMIR DE ACUERDO A NUESTRA NECESIDAD. SIN EMBARGO, A NIVEL GENERAL SE RECOMIENDA UNA DOSIS DE UNA A DOS CUCHARADAS DE CLORURO DE MAGNESIO AL DIA, DESPUES DE LOS 35 ANOS, ANTES DE ESTA EDAD SE RECOMIENDA SOLO MEDIA CUCHARADA.

INGREDIENTES : cloruro de magnesio exahidratado cloruro de calcio hierro vitamina a

\$69.23MN