Produto: Macrominerais Sport

Descrição

Macrominerais SPORT é um suplemento indispensável para a manutenção e proteção dos seus ossos e articulações. Apresenta todos os macrominerais que o organismo necessita para favorecer a força e flexibilidade e uma rápida recuperação pós-treino para atletas.



Função

A saúde músculo-esquelética tem sido associada ao aumento da mobilidade, equilíbrio e funcionalidade.

Os atletas estão sujeitos a uma maior perda de minerais através do suor, assim como a um maior desgaste articular e ósseo, devido aos constantes esforços e desgastes físicos, sendo essencial uma maior reposição de macrominerais e outros nutrientes.
Este suplemento alimentar é também essencial para a reposição de eletrólitos no organismo, sendo um poderoso alcalinizante, permitindo o equilíbrio do pH e favorecendo uma rápida recuperação pós-treino.

Os minerais apresentam-se na sua forma mais biodisponível, não apresentando por isso qualquer tipo de risco de se precipitar ou sobrecarregar os rins.

A manutenção dos ossos (conhecida como "remodelação") e a densidade dependem em grande parte de nutrientes essenciais - como o cálcio, vitaminas D e K, boro, magnésio e manganês - que estão em falta em muitas dietas modernas. A saúde das articulações pode beneficiar-se do aporte de glucosamina e condroitina e outros nutrientes que suportam a integridade da cartilagem.

Algumas soluções muito populares no mercado para garantir a integridade músculo-esquelética ou para aliviar o seu desconforto associado, podem levar a um risco acrescido de efeitos adversos graves através do uso prolongado de determinados medicamentos. O Macrominerais SPORT é parte constituinte de uma linha completa de fórmulas, com base científica, para promover a saúde músculo-esquelética, incluindo suporte para a mineralização óssea saudável e remodelação, bem como suporte para a saúde do tecido conjuntivo e para resolver problemas como inflamação e dor.
Usando os conhecimentos e tecnologias no campo da genómica nutricional e da micronutrição, a EcogeneticsN concebeu e desenvolveu uma combinação eficiente de nutrientes para manter e/ou restaurar a homeostase óssea, sem quaisquer efeitos colaterais.
Esta fórmula permite ainda uma reposição ideal de minerais, e outros nutrientes, indispensáveis ao bom funcionamento orgânico e, consequentemente, à promoção, manutenção ou reposição da saúde óptima.

Produto: Macrominerais Sport

Modo de utilização/Cuidados

Adultos devem tomar 1 saqueta ao dia. Para atletas é indicada a toma de 2 saquetas ao dia, ou segundo prescrição do seu profissional. Não deve ser excedida a dose diária recomendada. Se tiver algum problema de saúde consulte o seu médico primeiro. Os suplementos não devem substituir uma alimentação variada e equilibrada e um estilo de vida saudável. Não recomendado a menores de 18 anos, grávidas e lactantes, salvo quando prescrito/recomendado por médico/farmacêutico.
Guardar em local fresco e seco. Manter fora do alcance das crianças.



Embalagem

- Tamanho embalagem:
- Peso Neto: 180g
- Peso Total: 344g
- Tipo: saqueta
- Quantidade: 30 saquetas por caixa
- N.º embalagens p/caixa:
- IVA 23%
- Referência: ECO MACRO
- Código barras: 5600283759272

Indicações

O Macrominerais SPORT é um suplemento alimentar elaborado para cobrir necessidades nutricionais, apresentando uma combinação de glucosamina, condroitina, ácido hialurónico e outros minerais. Assim, esta fórmula inclui o que, nutrigenómicamente, se consideram ser os melhores e mais importantes macrominerais para a saúde músculo-esquelética do organismo.

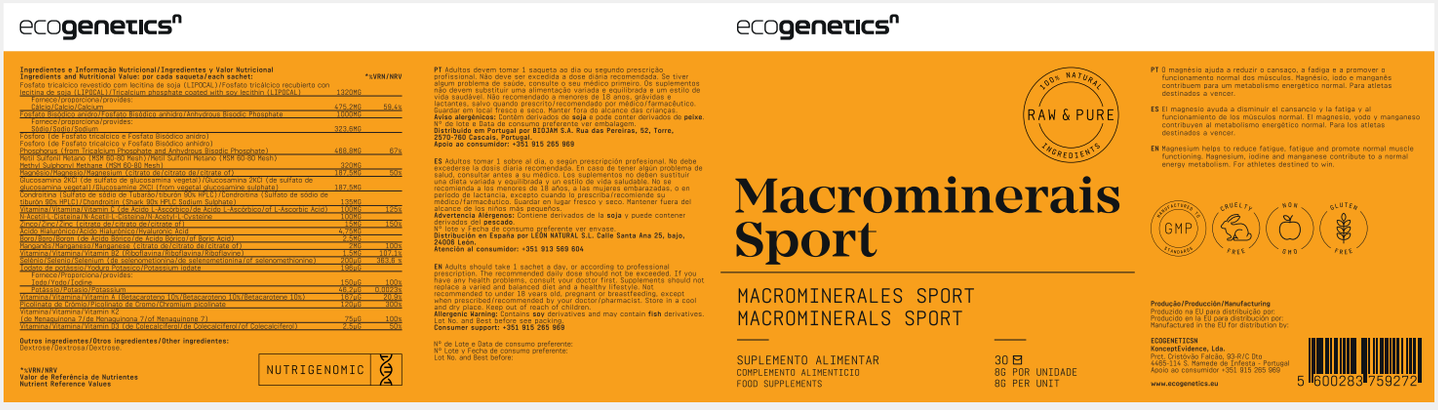
Alergénicos

Contém derivados de **soja** e pode conter derivados de **peixe**.

ecogenetics

Produto: Macrominerais Sport

Embalagem



Informação Nutricional por 1 saqueta

		*%VRN
Fosfato tricalcico revestido com lecitina de soja (LIPOCAL)	1320MG	
Fornece:		
Cálcio	475,2MG	59,4%
Fosfato Bisódico anidro	1000MG	
Fornece:		
Sódio	323,6MG	
Fósforo (de Fosfato tricalcico e Fosfato Bisódico anidro)	468,8MG	67%
Metil Sulfonil Metano (MSM 60-80 Mesh)	320MG	
Magnésio (citrato de)	187,5MG	50%
Glucosamina 2KCl (de sulfato de glucosamina vegetal)	187,5MG	
Condroitina (Sulfato de sódio de Tubarão 90% HPLC)	135MG	
Vitamina C (de Ácido L- Ascórbico)	100MG	125%
N-Acetil-L-Cisteina	100MG	
Zinco (citrato de)	15MG	150%
Ácido Hialurónico	4,75MG	
Boro (de Ácido Bórico)	2,5MG	
Manganês (citrato de)	2MG	100%
Vitamina B2 (Riboflavina)	1,5MG	107,1%
Selénio (de selenometionina)	200µG	363,6%
Iodato de Potássio	196µG	
Fornece:		
Iodo	150µG	100%
Potássio	46,2µG	0,0023%
Vitamina A (Betacaroteno 10%)	167µG	20,9%
Picolinato de Crómio	120µG	300%
Vitamina K2 (de Menaquinona 7)	75µG	100%
Vitamina D3 (de Colecalciferol)	2,5µG	50%

*%VRN: Valor de Referência de Nutrientes

ecogenetics

Produto: Macrominerais Sport

Informação sobre constituintes

Vitamina C: o mais poderoso agente de limpeza de radicais Hidroxilo (os mais tóxicos e os que mais degradam a estrutura celular - ossos e cartilagem) e envolvido na síntese de colagénio, sendo necessária para manter a integridade dos discos intervertebrais e a cartilagem.
Vitamina D3: regula mais do que 1000 genes no nosso corpo, ajuda na síntese de enzimas das membranas envolvidas no transporte activo de cálcio e actua como um imunomodelador.
Vitamina K2: impede o depósito de cálcio nas artérias e optimiza a sua utilização na formação dos ossos, através do seu efeito na activação da Osteocalcina.
Cálcio e magnésio: em adição à sua importância na construção da densidade óssea, são indispensáveis na condução nervosa, contracção muscular, metabolismo de energia, a coagulação do sangue, a permeabilidade da membrana e sinalização hormonal.
Zinco e selénio: são essenciais para que o corpo possa desenvolver com eficácia a renovação das articulações e também são catalisadores de enzimas do sistema endócrino.
Manganês (citrato): irá dar origem ao Superóxido Dismutasa e vai converter a Glucosamina em Condroitina, que é essencial para a elasticidade da cartilagem e a capacidade da mesma para absorver impactos. Mas a função principal é a inibição de enzimas que produzem a destruição permanente da cartilagem (este é um construtor real de cartilagem).
Boro (ácido bórico): O Boro é essencial para o desenvolvimento saudável dos ossos, ajuda o corpo a metabolizar vitaminas e minerais e também afeta os níveis de Estrogénio e Testosterona. Há alguma evidência para apoiar alegações de que o Boro pode aumentar o desempenho atlético, aumentando a coordenação olho-mão, juntamente com alguma pesquisa limitada para apoiar as reivindicações que pode ajudar a aumentar a massa muscular. As investigações iniciais demonstraram que o Boro pode, também, desempenhar um papel na Osteoartrite, uma doença degenerativa das articulações.
N-acetil-L-cisteína: precursor da Cisteína que, por seu turno, é precursora da Glutationa. Esta, por sua vez, é um componente importante de duas enzimas anti-radicalares (Glutationa Peroxidasa e Reductasa). Ácido hialurónico: Com o envelhecimento das articulações, o Ácido Hialurónico, o fluido que proporciona a lubrificação entre as articulações e o tecido conjuntivo, começa a sua decomposição. Com o tempo, este líquido começa a perder o seu volume e, muitas vezes escapa das articulações, sendo que o resultado é atrito que provoca desconforto e dor. O Ácido Hialurónico permite que as juntas se movam suavemente e proporciona uma almofada entre as articulações (também nas ligações intervertebrais).
MSM: antiflogístico (anti-inflamatório), ajuda a manter a resposta imune normal, a contracção muscular, o metabolismo do tecido conjuntivo e manter a integridade da cartilagem.
Sulfato de D-Glucosamina e de Condroitina: ajuda na síntese de colagénio, neutraliza o efeito dos radicais livres e reconstroi a cartilagem (mas atenção, apenas a cartilagem ainda remanescente).
Sódio: participa do processo de contracções musculares, assim, a ausência deste mineral leva a uma fraqueza muscular. É também regulador do equilíbrio eletrolítico, e ajuda a manter a forma celular. Intervém na transmissão neuronal.
Fósforo: Elemento essencial para a formação de ossos e dentes saudáveis. Intervém também no metabolismo energético, nas funções celulares e na manutenção do PH. Participa na contracção muscular, reduzindo a fadiga e a dor muscular quando os músculos precisam trabalhar mais intensamente.
Vitamina B2 (Riboflavina): A vitamina B2 é necessária para metabolizar as proteínas, açúcares e gorduras que o corpo usa como fontes de energia e blocos básicos de construção. Também favorece a função nervosa.
Iodo: Favorece a função da tiróide. As hormonas tiróideas desempenham um papel importante numa ampla gama de funções corporais, incluindo metabolismo, saúde óssea, resposta imunitária e desenvolvimento do sistema nervoso central (SNC). Ajuda na manutenção de cabelo, pele e unhas saudáveis.
Potássio: Regula diferentes processos como a tensão arterial, batimentos cardíacos e a obtenção de energia dos alimentos, mas tem como papel fulcral na saúde dos ossos a capacidade de neutralizar os ácidos metabólicos que destroem os ossos. O osso (e a camada de hidratação á volta do osso) é o único reservatório extra substancial de base disponível ao organismo para eliminar o excesso de ácidos metabólicos. Quando esgotamos todas as outras reservas alcalinas disponíveis, os compostos alcalinizantes são retirados de dentro e ao redor do osso. Esta drenagem de compostos alcalinizantes do osso leva, por sua vez, à perda da qualidade e saúde do osso.

ecogenetics

Produto: Macrominerais Sport

Informação sobre constituintes

Vitamina A: Pertence à família de compostos solúveis em gordura que desempenham um papel importante na visão, crescimento ósseo, reprodução, divisão celular e diferenciação celular. A vitamina A é importante para ossos saudáveis, no entanto esta vitamina na formula errada (retinol) e quantidades erradas pode levar a fracturas, já na formula certa (o beta-caroteno) é largamente considerado seguro e não foi relacionado a efeitos adversos nos ossos ou em outras partes do corpo.
Crómio: O crómio ajuda a manter a actividade da insulina no corpo eficiente, um efeito que pode ser protector dos ossos de duas maneiras: quer promovendo a produção de colagénio pelas células de construção óssea (chamadas osteoblastos); quer moderando a degradação óssea (reabsorção).
Um terceiro aspecto protector do osso foi identificado num estudo, onde, além de melhorar a regulação da insulina e reduzir a excreção de cálcio, suplementar com picolinato de cromo elevou os níveis sanguíneos de DHEA, uma hormona que pode desempenhar um papel fisiológico na preservação da densidade óssea em mulheres na pós-menopausa.

ecogenetics

Produto: Macrominerais Sport

Bibliografias

- Altman, R. D.: Status of hyaluronan supplementation therapy in osteoarthritis. (2003) Curr Rheumatol Rep 5(1), 7-14.
- Bendich A, Leader S, Muhuri P.: Supplemental calcium for the prevention of hip fracture: potential health-economic benefits. Clin Ther1999;21:1058-72.
- Bronner F.: Calcium and osteoporosis. Am J Clin Nutr 1994;60:831-6.
- Castelo-Branco C.: Management of osteoporosis. An overview. Drugs Aging 1998;12:25-32.
- Celotti F, Bignamini A.: Dietary calcium and mineral/vitamin supplementation:a controversial problem. J Int Med Res 1999;27:1- 14.
- Chapin RE, Ku WW, Kenney MA, McCoy H, Gladen B, Wine RN, Wilson R, Elwell MR.: The effects of dietary boron on bone strength in rats. Fundam Appl Toxicol 1997;35:205-15.
- Conconi MT, Tommasini M, Muratori E, Parnigotto PP.: Essential amino acids increase the growth and alkaline phosphatase activity in osteoblasts cultured in vitro. Farmaco 2001 Oct;56(10):755-61.
- Debi R, Richman G, Bar Ziv Y et al.: The Role of MSM in Knee Osteoarthritis: A double-blind, randomized prospective study. Osteoarthritis and Cartilage Supp Vol 15(C), 2007.
- Eaton-Evans J.: Osteoporosis and the role of diet. Br J Biomed Sci1994;51:358-70.
- Hyun TH, Barrett-Connor E, Milne DB.: Zinc intakes and plasma concentrations in men with osteoporosis: the Rancho Bernardo Study. Am J Clin Nutr. 2004 Sep;80(3):715-21.
- Kelly GS.: The role of glucosamine sulfate and chondroitin sulfates in the treatment of degenerative joint disease. Altern Med Rev 1998;3:27-39.
- Knapen MH, Schurgers LJ, Vermeer C.: Vitamin K(2) supplementation improves hip bone geometry and bone strength indices in postmenopausal women. Osteoporos Int. 2007 Feb 8.
- Lebel, L., Gabrielsson, J., Laurent, T. C., and Gerdin, B.: Kinetics of circulating hyaluronan in humans. 4. (1994) Eur J Clin Invest 24(9), 621-6.
- Leffler CT, Philippi AF, Leffler SG, Mosure JC, Kim PD.: Glucosamine, chondroitin, and manganese for degenerative joint disease of the knee or low back: a randomized, double-blind, placebo-controlled pilot study. Mil Med 1999;164:85-91.
- McCarty MF.: Enhanced synovial production of hyaluronic acid may explain rapid clinical response to high-dose glucosamine in osteoarthritis. Med Hypotheses 1998;50:507-10.
- Meunier PJ, Delmas PD, Eastell R, McClung MR, Papapoulos S, Rizzoli R, Seeman E, Wasnich RD.: Diagnosis and management of osteoporosis in postmenopausal women: clinical guidelines. International Committee for Osteoporosis Clinical Guidelines. Clin Ther 1999;21:1025-44.
- Moskowitz, R. W.: Hyaluronic acid supplementation. (2000) Curr Rheumatol Rep 2(6), 466-71.
- Murav'ev Iu V, Venikova MS, Pleskovskaia GN, Riazantseva TA, Sigidin Ia A.: [Effect of dimethyl sulfoxide and dimethyl sulfone on a destructive process in the joints of mice with spontaneous arthritis]. Patol Fiziol Eksp Ter 1991;37-9.
- Nielsen FH.: The justification for providing dietary guidance for the nutritional intake of boron. Biol Trace Elem Res 1998;66:319- 30.
- O'Brien KO.: Combined calcium and vitamin D supplementation reduces bone loss and fracture incidence in older men and women. Nutr Rev 1998;56:148-50.
- Pagonis TA, Givissis PA, Kritis AC, Christodoulou AC. The Effect of MSM on Osteoarthritic Large Joints and Mobility. Int Jour Ortho, 2014;1(1):19-24. ISSN: 2311-5106
- Prabhoo R, Prabhoo TR.: Vitamin K2: a novel therapy for osteoporosis. J Indian Med Assoc. 2010 Apr;108(4):253-4, 256-8.
- Reid IR.: The roles oaf calcium and vitamin D in the prevention of osteoporosis. Endocrinol Metab Clin North Am 1998;27:389-98. - Shankland WE, 2nd.: The effects of glucosamine and chondroitin sulfate on osteoarthritis of the TMJ: a preliminary report of 50 patients. Cranio 1998;16:230-5.
- Sojka JE.: Weaver CM. Magnesium supplementation and osteoporosis.Nutr Rev 1995;53:71-4.
- Tapadinhas MJ, Rivera IC, Bignamini AA.: Oral glucosamine sulphate in the management of arthrosis: report on a multi-centre open investigation in Portugal. Pharmatherapeutica 1982;3:157-68.
- Yamauchi M, Yamaguchi T, Nawata K, Takaoka S, Sugimoto T.: Relationships between undercarboxylated osteocalcin and vitamin K intakes, bone turnover, and bone mineral density in healthy women. Clin Nutr. 2010 Dec;29(6):761-5.
- Quarta Pesquisa Nacional de Exame de Saúde e Nutrição da Coreia (KNHANES) 2009. J Am Coll Nutr. 2015; 34 (5): 400-7 .)
- https://www.bones.nih.gov/health-info/bone/bone-health/nutrition/vitamin-and-bone-health