



Purifarma

MALATO DE MAGNÉSIO



São Paulo (11) 2067.5600
Brasil 0800 10 50 08



www.purifarma.com.br



[grupopurifarma](#)



[Purifarma](#)

O Malato de Magnésio é a combinação de Magnésio com ácido Malico

O Malato (O-OC-CH₂-CH(OH)-COO-) é a forma ionizada do ácido málico

O ácido málico é um composto orgânico que é encontrado naturalmente em frutas como as maçãs. Ele é muitas vezes ingerido na forma de suplemento, especialmente para o tratamento de fibromialgia e síndrome de fadiga crônica. O ácido málico é conhecido por sua capacidade de aumentar a energia e tolerância ao exercício. Isso porque ele é um componente essencial no ciclo de Krebs, que é a forma como o corpo converte alimentos em energia.

O magnésio é o segundo mais abundante cátion no fluido intracelular e é um eletrólito essencial onde é um cofator em numerosos sistemas enzimáticos. Tem importante papel na conversão de carboidratos, proteínas e gorduras em energia. É um mineral encontrado em abundância no corpo humano (cerca de 30g), sendo mais abundante no interior da célula. Cerca de 60% do magnésio se encontra nos ossos, 25% nos músculos e os outros 15% no resto do organismo.

Aproximadamente 1/3 da metade de magnésio é absorvida no intestino seguindo a administração oral e mesmo os sais solúveis de magnésio são geralmente absorvidos muito lentamente. A absorção de magnésio é intensificada na presença de vitamina D. A excreção se dá principalmente na urina, poucas quantidades são excretadas nas fezes, leite materno e saliva. O magnésio também atravessa a placenta. O Magnésio na forma de sal de ácido aspártico já tem seu uso recomendado pela associação com um melhor desempenho do músculo cardíaco e seu uso nas formulações anti-stress. É essencial à síntese de ATP, melhora a performance física e a função de diversas enzimas.

Da suplementação do magnésio na forma molecular de Magnésio Dimalato se obtém a otimização da produção de energia pelo corpo e no metabolismo de carboidratos. O magnésio favorece a absorção do cálcio da alimentação e reduz a incidência de câimbras e fraqueza muscular.

Indicações:

Pode ser utilizado com suplemento de Magnésio. Estudos demonstraram que pode ter benefícios como coadjuvante na prevenção e tratamento da osteoporose, da fibromialgia e na manutenção da saúde do coração.

Dose Usual:

Magnésio (elementar), 200 a 270mg diariamente

Precauções

Gestantes e nutrizas somente devem consumir sob orientação médica ou do nutricionista. Suplemento não recomendado para uso pediátrico. Pessoas hipersensíveis aos componentes da formulação devem evitar o consumo deste produto.

Informações Farmacotécnicas:

Não constam.

Referências Bibliográficas:

1. Literatura do fornecedor.