

Biogam Mg Forte

Une source d'énergie au quotidien

Complément alimentaire contenant par ampoule de 5ml : 125mg de magnésium sous forme de l'oxyde de magnésium.

Présentation

Etui de 30 ampoules stérilisées, autocassables, contenant 5ml de solution buvable.
Sans sucre, sans conservateur. Convient aux diabétiques.

Ingrédients

Eau purifiée, **exhausteur de goût:** glycine (E640), **antioxydant:** acide citrique (E330), oxyde de magnésium, **édulcorant:** saccharine sodique (E954), **arômes:** extrait fluide d'écorce d'orange et essence d'orange.

Propriétés du Magnésium

L'organisme en proie au stress montre un déficit en magnésium très important et, réciproquement, les personnes en carence de magnésium sont beaucoup plus sensibles au stress que les autres individus.

Certains comportements alimentaires sont malheureusement tels que la couverture des besoins peut s'avérer insuffisante spécialement lors de la pratique d'un sport, la consommation excessive du café ou lors d'un surmenage physique et intellectuel.

Une alimentation équilibrée devrait logiquement satisfaire les besoins en Magnésium de notre organisme. Les aliments comme les amandes, les céréales complètes, les légumes verts et le cacao sont riches en magnésium.

Le magnésium contribue à un bon fonctionnement musculaire et à la réduction de la fatigue. Il participe à un fonctionnement correct du système nerveux et à des fonctions psychologiques normales. Le magnésium joue aussi un rôle important dans le maintien de l'équilibre électrolytique et dans le métabolisme énergétique.

Apport journalier recommandé (AJR)

3 ampoules de *Biogam Mg Forte* (375mg de magnésium) couvrent 100% de l'apport journalier recommandé en magnésium.

Mode d'emploi

Prendre 3 ampoules par jour de *Biogam Mg Forte* diluées dans 1/2 verre d'eau ($\approx$ 100ml) dix minutes avant le repas.

Le contenu de l'emballage représente une cure d'un mois.

Faire une pose de quelques semaines entre chaque nouvelle cure.

Effets indésirables/Toxicité

Aux doses recommandées, aucune toxicité n'est à craindre.

La prise d'une quantité excessive de Magnésium ou d'une quantité trop concentrée peut amener un effet laxatif chez certaines personnes sensibles.

Contre-indication

L'insuffisance rénale constitue une contre-indication majeure à l'emploi de Magnésium.

Précautions d'utilisation

Biogam Mg Forte est un complément alimentaire qui ne peut être utilisé comme substitut d'une alimentation variée et équilibrée et d'un mode de vie sain.

Ne pas dépasser les doses recommandées sans avis médical.

Tenir hors de la portée des jeunes enfants.

Ne pas utiliser après la date indiquée sur l'emballage.

Fabricant

Laboratoires STEROP

Avenue de Scheut 46-50 - 1070 Bruxelles – BELGIUM

Révision de la notice : 10/2014

NUT 12/54

The logo for Biogam, featuring the word 'Biogam' in a stylized, black, serif font. The 'B' is large and prominent, with the 'i' and 'o' following closely. The 'g' is also large and has a distinctive shape, with the 'a' and 'm' completing the word.