

# BOGNANCO GROUP

Bognanco Acque Minerali s.r.l.



## PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO

€ 1,95 Iva inclusa

## LUOGHI DI VENDITA

Farmacie

## PRESENTAZIONE

Lindos è un'acqua minerale che sgorga effervescente naturale dalla Fonte San Lorenzo grazie all'abbondanza di bicarbonato che genera anidride carbonica libera.

Contiene percentuali molto elevate di ione Magnesio (mg/L 356), ione Bicarbonato (1997 mg/L) ed è ricca di sali minerali.

Può essere considerata a tutti gli effetti un integratore di magnesio, un vero miracolo della natura per il nostro metabolismo, per la nostra salute e per chi fa attività fisica.

La fonte San Lorenzo fa parte del gruppo delle acque magnesiache bicarbonato-solfato-alcalino-terrose: è "la sorgente di magnesio".

## ANALISI CHIMICA

Dipartimento Chimica Generale - Università di Pavia - 27 Marzo 2008

## SOSTANZE DISCIOLTE IN 1L D'ACQUA

Ione Magnesio (mg/L)	356,0
Ione Bicarbonato (mg/L)	1997,0
Ione Sodio (mg/L)	152,0
Ione Potassio (mg/L)	16,0
Ione Calcio (mg/L)	108,0
Ione Solfato (mg/L)	349,3
Ione Cloruro (mg/L)	35,0
Ione Nitrato (mg/L)	1,0
Ione Fluoruro (mg/L)	0,24
Silice (mg/L)	63,4

Autorizzazione ministeriale nr. 6 del 28 febbraio 1923.



# BOGNANCO GROUP

Bognanco Acque Minerali s.r.l.

## MAGNESIO NELLA VITA QUOTIDIANA

E' considerato un antidepressivo e un modulatore dell'umore: la carenza di magnesio provoca stanchezza e nervosismo.

Stimola l'assorbimento e il metabolismo di altri minerali, quali il calcio, il fosforo, il sodio e il potassio e migliora l'utilizzo delle vitamine del complesso B e le vitamine C ed E.

È importante per la formazione di ossa e denti.

Il magnesio è presente in molti prodotti alimentari, ma la cottura ne riduce la disponibilità fino al 75% e, per questa ragione, oggi si parla di costante carenza di magnesio e delle relative conseguenze.

Ecco dunque spiegato perché le acque minerali magnesiate hanno un ruolo fondamentale per la nostra salute. Dovremmo sceglierle guardando l'etichetta ed imparare a capirne il reale contenuto.

## UTILIZZO MEDICO

L'acqua della fonte San Lorenzo è indicata per la digestione, le malattie dello stomaco, del duodeno, del fegato e delle vie biliari, dell'intestino tenue e crasso.

Ha proprietà:

- diuretiche e talvolta lassative (se bevuta calda).
- di azione tampone su gastrica e metabolica.
- di azione terapeutica su vari metabolismi fisiologici: lipidico, glucidico e proteico.
- di riduzione dei valori di iper-colesterolemia e iper-glicemia.

Viene prescritta per l'ipomagnesemia da chemioterapia, per l'idrocolonerapia, il diabete, il colesterolo, l'ipertensione, l'osteoporosi, l'emicrania, lo stress, l'insonnia e la sindrome premestruale.

Oggi si inizia a parlare anche di magnesioterapia con l'acqua della fonte San Lorenzo.

Trova utilizzo anche in dietologia, naturopatia, omeopatia e nutrizionisti.

Codice base 10 - 921 85 78 98 / Codice base 32 - VH4VVB / Descrizione prodotto - Lindos 500ml

Codice base 10 - 921 85 79 00 / Codice base 32 - VH4VVD / Descrizione prodotto - Lindos 500ml x 6 pz.

Sito internet: [www.bognanco.net](http://www.bognanco.net)



# BOGNANCO GROUP

Bognanco Acque Minerali s.r.l.

## MAGNESIO NELL'ATTIVITA' FISICA

Per le persone che fanno attività fisica o lavori pesanti l'assunzione di magnesio significa un recupero più rapido, muscoli più rilassati, meno stress e maggiore capacità di sforzi prolungati, oltre a circa 300 reazioni metaboliche ed enzimatiche fondamentali per il corpo umano.

E' fondamentale per il corretto funzionamento delle cellule nervose, la trasmissione degli stimoli elettrici e la produzione di energia.

Il magnesio contrasta l'effetto stimolante del calcio e svolge un ruolo importante per le contrazioni neuromuscolari, è dunque utile nei crampi e nella tensione muscolare di origine nervosa.

Il Bicarbonato ha invece proprietà digestive e svolge una forte azione di contrasto sulla formazione di acido lattico.

Non determina particolari fenomeni di intolleranza salvo che non si ecceda nell'utilizzo.

## FABBISOGNO GIORNALIERO DI MAGNESIO

Neonati fino a 6 mesi:	30 mg/die
Neonati 7 - 12 mesi:	75 mg/die
Bambini 1 - 3 anni:	80 mg/die
Bambini 4 - 8 anni:	130 mg/die
Ragazzi 9 - 13 anni:	240 mg/die
Ragazzi 14 - 18 anni:	410 mg/die
Ragazze 9 - 13 anni:	240 mg/die
Ragazze 14 - 18 anni:	360 mg/die
Uomini 19 - 30 anni:	400 mg/die
Uomini 31 - 70 anni:	420 mg/die
Uomini > 70 anni:	420 mg/die
Donne 19 - 30 anni:	310 mg/die
Donne 31 - 70 anni:	320 mg/die
Donne > 70 anni:	320 mg/die
Gravidanza 14 - 18 anni:	400 mg/die
Gravidanza 19 - 30 anni:	350 mg/die
Gravidanza 31 - 50 anni:	360 mg/die
Allattamento 14 - 18 anni:	360 mg/die
Allattamento 19 - 30 anni:	310 mg/die
Allattamento 31 - 50 anni:	320 mg/die

Fonti: Wikipedia e National Academy of science

