

MAGNESIUM = 356 mg/L

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
In gravidanza 14 - 18 anni:	400mg/die
In gravidanza 19 - 30 anni:	350mg/die
In gravidanza 31 - 50 anni:	360mg/die
Allattamento 14 - 18 anni:	360 mg/die
Allattamento 19 - 30 anni:	310 mg/die
Allattamento 31 - 50 anni:	320 mg/die

Fonte: National Academy of science, 2004

Idrocolonerapia:

E' documentato l'utilizzo delle acque minerali ricche di magnesio a livello di integrazione pre e post trattamento nell'idrocolonerapia ICT, grazie alle loro proprietà alcalinizzanti e metaboliche. L'efficacia dell'idrocolonerapia è stata dimostrata nei disturbi funzionali del colon e nella riabilitazione della capacità peristaltica intestinale, così come la sua utilità nella preparazione intestinale sia pre-operatoria che per indagini radiologiche contrastografiche ed endoscopiche. E' una terapia ben tollerata, non presenta effetti collaterali, può essere effettuata a qualsiasi ora e non necessita di una particolare preparazione da parte del paziente. L'indicazione dell'idrocolonerapia è utile sia all'interno di una strategia salutista per il buon mantenimento delle capacità depurative intestinali, sia nelle patologie funzionali del colon, applicando i protocolli elaborati e sottoscritti con precise finalità terapeutiche. Nella fase pre-trattamento le acque minerali ricche di magnesio sono utilizzate per le loro proprietà lassative, mentre nella fase post-trattamento sono particolarmente indicate per attivare e mantenere la flora batterica.

Campi di impiego dell'idrocolonerapia:

Meteorismo, Colon irritabile, Stipsi, Parassitosi, Colite ulcerosa in fase remissiva, Diverticolosi, Cefalea, Gastrite, Sindrome da reflusso, Micosi.

Nuovi campi applicativi dell'idrocolonerapia:
Ginecologia, Gastroenterologia, Urologia, Proctologia.

www.idrocolonerapia.it



100% Acqua Minerale

L'acqua Italiana N°1
per contenuto di MAGNESIO

TERME di BOGNANCO

MAGNESIUM = 356 mg/L

Il Magnesio*

Il Magnesio, dopo il Potassio, è al secondo posto della classifica dei minerali presenti nel corpo umano. La sua collocazione nell'organismo è nello scheletro, nel sistema muscolare, nei nervi, nel cervello, nel fegato, nella tiroide e nei globuli rossi: il magnesio è fondamentale per la formazione delle ossa, dei nervi e della muscolatura. Se non ci sono equilibrate quantità di magnesio nel corpo umano accade che l'organismo comincia a mandare dei segni di carenza che si manifestano come crampi e dolori muscolari, tensioni che si presentano a livello intestinale, mal di testa e crampi muscolari in genere. Il motivo per cui l'organismo risente di questa situazione è che le cellule non riescono a produrre energia sufficiente a mantenere alto il tenore del ciclo cellulare e a produrre energia anche per i processi organici dei sistemi coinvolti. Il Magnesio è così uno dei primi rimedi per i dolori ai muscoli volontari, come le braccia e le gambe che, grazie a questo minerale, riescono a recuperare il loro naturale ciclo vitale. L'assunzione quotidiana di Magnesio aiuta lo stomaco, il cuore e il ciclo del sangue.

www.tantasalute.it*

Bicarbonato**

Per chi ha difficoltà a digerire: In questo caso è utile un'acqua minerale di tipo bicarbonato-solfato. Questi due sali minerali, il bicarbonato e il solfato, aiutano infatti la digestione poiché stimolano fegato e pancreas e favoriscono l'azione degli enzimi digestivi, abbassando l'acidità dell'intestino.

www.sportmedicina.com**

Ipomagnesemia in Oncologia

L'apporto ideale di magnesio per un adulto è di 15-20 mmol/die; fra gli alimenti ricchi di magnesio sono compresi i semi di cereali, le noci, i piselli, i fagioli e alcune acque minerali. Il pesce e la carne freschi e gran parte della frutta fresca contengono quantità relativamente piccole di magnesio. Il magnesio è assorbito con gli alimenti. Principalmente nel digiuno e nell'ileo e le persone sane assorbono circa il 30-40% del magnesio introdotto con gli alimenti. Questa percentuale può aumentare al 70% quando c'è uno scarso apporto alimentare o quando esiste un deficit di magnesio. La percentuale di assorbimento del magnesio si riduce in presenza di un deficit di vitamina D.

In oncologia una ipomagnesemia si osserva in molti casi: a) scarso apporto nutrizionale; b) sindrome da intestino corto (esito di resezioni intestinali); c) insufficienza pancreatica cronica o derivazione biliare in genere conseguente alla chirurgia della regione pancreatica e delle vie biliari; d) presenza di fistole gastro-enteriche; e) diarrea prolungata (molte volte osservabile in corso di chemioterapia); f) applicazione prolungata di sondino naso-gastrico; g) in pazienti alcolisti cronici; h) sospensione dell'alcool.

Frequentemente i pazienti assumono farmaci che determinano un aumento della escrezione renale di magnesio; tra questi ricordiamo:

Diuretici:

Furosemid - Acido etacrinico - Acetozolamide - Tiazidici - Clortalidone - Diuretici osmotici

Antibiotici:

Aminoglicosidi - Amfotericina B

La maggior parte dei pazienti trattati con cisplatino o analoghi (carboplatino, oxaliplatino) presentano ipomagnesemia, talvolta grave; anche dopo che il cisplatino è stato sospeso il difetto di riassorbimento a livello renale può persistere per mesi o anni. I pazienti trattati con ciclosporina presentano frequentemente ipomagnesemia.

I farmaci inibitori del recettore dell'EGF (cetuximab, gefitinib, erlotinib, ecc) frequentemente determinano ipomagnesemia in alcuni casi severa. Il dosaggio ematico di magnesio deve essere monitorizzato e adeguatamente corretto.

Fonte San Lorenzo

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

100% Acqua Minerale

L'acqua Italiana N°1

per contenuto di MAGNESIO

MAGNESIUM = 356 mg/L

PI. Rampone 10 - 28842 Bognanco (VB)
Tel. +390324 234109 Fax +390324 234278

www.bognanco.it - info@bognanco.it

www.bognanco.net