

Link do produktu: <https://www.vitavita.pl/power-mins-100tabl-zestaw-mineralow-p-47.html>



## Power Mins 100tabl. - zestaw minerałów

Cena **82,00 zł**

Numer katalogowy **FL0066**

Producent **Calivita**

### Opis produktu

Power Mins

**Niedobór minerałów objawia się zmęczeniem, nadpobudliwością, gorszą pracą mózgu, zaburzeniami w rozwoju, może też powodować wypadanie włosów, zły stan paznokci i skóry, skurcze w łydkach.**

Dziś już prawie wszyscy wiedzą, jak ważne dla zdrowia są witaminy. Ale znacznie mniej osób zdaje sobie sprawę, że bez składników mineralnych korzystne działanie witamin nie jest możliwe. Jeśli w organizmie nie ma minerałów, witaminy nie są w stanie działać, nie zostają przyswojone.

O ile organizm potrafi wytworzyć niektóre witaminy, to minerały trzeba całkowicie wprowadzić z zewnątrz, wraz z pożywieniem lub w postaci preparatów uzupełniających. Jeśli z jakichkolwiek przyczyn brakuje minerałów w naszym jadłospisie, może spowodować to poważne zaburzenia w funkcjonowaniu organizmu. W takim przypadku (lub przy stałym obciążeniu fizycznym, ciężkim treningu lub zawodowym sporcie) trzeba uzupełnić je w formie dodatków żywieniowych.

Organizm potrzebuje niektórych minerałów w większych ilościach; są to: wapń, magnez, fosfor, potas oraz chlorki. Innych minerałów organizm zużywa dziennie tylko kilka tysięcznych części grama, choć te tzw. pierwiastki śladowe są nie mniej ważne dla utrzymania zdrowia. Występuje tu zjawisko synergizmu, to znaczy, że minerały i pierwiastki śladowe razem biorą udział w wielu złożonych reakcjach chemicznych i wzmacniają nawzajem swoje działanie. Więc jeśli brakuje tylko jednego z nich, reszta też nie może odpowiednio spełnić swoich zadań.

W Stanach Zjednoczonych Urząd ds. Żywności i Leków (Food and Drug Administration, FDA) już kilkadziesiąt lat temu określił polecaną dzienną dawkę sześciu pierwiastków (RDA), tj. wapnia, jodu, żelaza, magnezu, fosforu i cynku. Ale dla prawidłowego funkcjonowania organizmu potrzeba jeszcze co najmniej 12 znanych pierwiastków. To są tzw. aktywne pierwiastki: chlor, chrom, kobalt, miedź, fluor, mangan, molibden, potas, selen, sód i wanad.

W kilku punktach chcielibyśmy podkreślić ich niezbędność:

- Wapń i fosfor razem odpowiadają za zdrowe kości i zęby.
- Wapń razem z magnezem odgrywają ważną rolę w pracy serca oraz krążeniu krwi.
- Wapń bierze też udział we wchłanianiu żelaza, wspomaga działanie systemu nerwowego.
- Magnez jest niezbędny dla zdrowia mięśni i nerwów, pełni też ważną rolę w procesie przemiany cukrów we krwi na energię.
- Bez chromu nie ma prawidłowej przemiany węglowodanów.
- Kobalt, podobnie jak żelazo, jest potrzebny do wytwarzania czerwonych ciałek krwi.
- Miedź jest niezbędna do włączenia żelaza w hemoglobinę.
- Obecność jodu warunkuje prawidłowe działanie tarczycy.
- Mangan pomaga niektórym enzymom trawiennym i odgrywa ważną rolę w tworzeniu hormonów tarczycy.
- Molibden wspomaga przemianę węglowodanów i tłuszczów oraz stanowi część enzymu odpowiedzialnego za zużycie żelaza.
- Potas razem z sodem regulują gospodarkę wodną w organizmie, a sam potas reguluje rytm serca i pomaga w wydaleniu z organizmu niepotrzebnych substancji.

- 
- Selen - razem z witaminą E - jest ważnym antyoksydantem, więc spowalnia starzenie się komórek oraz zapobiega powstawaniu nowotworów,
  - Cynk kieruje przemianą materii, nadzoruje pracę systemów enzymatycznych, jest niezbędny do syntezy białka i utrzymuje komórki w całości.

Power Mins  
100 tabletek

**Skład:**

wapń (z cytrynianu i sproszkowanych skorupek małż) ..... .250 mg  
magnez (z tlenku i asparaginionu) .... .150 mg  
potas (z cytrynianu i osparaginianu) .... .25 mg  
cynk (chelat aminokwasowy) ..... .7,5 mg  
żelazo (jako fumaran żelazawy) ..... .4 mg  
mangan (chelat aminokwasów/) ..... .4 mg  
miedź (chelat aminokwasowy) ..... .0,5 mg  
molibden (chelat aminokwasowy) ..... 125 mcg  
jod (kelp - wodorosty) ..... .50 mcg  
chrom (z pikolinianu) ..... .50 mcg  
selen (z selenometioniny i selenianu sodu).20 mcg

**DAWKOWANIE:**

2 tabletki dziennie lub według wskazówek lekarza.