

	FICHA TÉCNICA			
	Nombre del Producto: Magneease 650mg en cápsulas			
Codigo:	Versión:	Fecha de Emisión:	Fecha de proxima revision:	Sustituye:
FT-QA-003-00	1.0	01-ago-26	01-ago-28	0

MAGNEEASE GENTE SANA®

MEJOR BIODISPONIBILIDAD Y ALTA ABSORCIÓN EN EL ORGANISMO

80 MG DE MAGNESIO EN CADA CÁPSULA

OPTIMIZA LOS NIVELES DE ENERGÍA Y REGULA EL SISTEMA NERVIOSO

- DENOMINACIÓN GENERICA**
Magneease. Suplemento Alimenticio.
- NOMBRE COMERCIAL DEL SUPLEMENTO ALIMENTICIO**
Magneease 650 mg
- PRESENTACIÓN**
Frasco con 60 cápsulas de 650mg. Contenido Neto 39g
- INTENCIÓN DE USO**
Complemento de minerales y aminoácidos
- MODO DE USO**
Tomar 1 Cápsula (0.65 g) al día para adultos.
- FÓRMULA CUALITATIVA Y CUANTITATIVA**

Ingredientes	Ctd. por porción (0.65 g)*	Cantidad por 100g	Función
ACTIVOS			
Glicinato de magnesio**	570 mg (Equiv. a 80 mg de Magnesio elemental)	87.7 g (Equivalente a 12.4 g de Magnesio elemental)	Aporte de minerales y aminoácido
EXCIPIENTES C.S.P***			

*La cápsula (cápsula de gelatina natural #0) aporta aprox. 103 mg a la fórmula. Peso de la cápsula llena 0.75 g.

**El contenido de vitaminas y minerales se encuentra dentro de los límites permitidos en Suplemento Alimenticio

***En conformidad con lo establecido en el acuerdo por el que se determinan los aditivos y coadyuvantes en alimentos, bebidas y suplementos alimenticios, su uso y disposiciones sanitarias.

7 INDICACIÓN TERAPEUTICA

El tratamiento de la **depresión mayor** (DM) sigue siendo una importante necesidad médica no cubierta en la mayoría de los pacientes. El 60% de los casos de DM son depresiones resistentes al tratamiento (TRD), lo que demuestra que los tratamientos clásicos de la DM son poco o nada eficaces. El magnesio se ha eliminado en gran medida de los alimentos procesados, especialmente de los cereales refinados, en el mundo occidental, lo que daña el cerebro y provoca trastornos del estado de ánimo. La carencia de magnesio provoca la apertura sesgada de los canales de calcio acoplados al N-metil-D-aspartato (NMDA), lo que causa lesiones neuronales y disfunciones neurológicas que pudieran dar lugar a la DM.

La administración oral de Mg a los animales produjo efectos antidepresivos comparables a los de los fármacos antidepresivos. Se ha observado que el Mg en el líquido cefalorraquídeo (LCR) es bajo en el TRD suicida. El primer informe de tratamiento con Mg para la depresión agitada se publicó en 1921 y mostró éxito en 220 de 250 casos. Un ensayo clínico aleatorizado de 2008 demostró que el Mg era tan eficaz como el antidepresivo tricíclico imipramina en el tratamiento de la DM. **Se han descrito protocolos de Mg intravenoso y oral para acabar rápidamente con la DM de forma segura y sin efectos secundarios. La deficiencia cerebral de Mg reduce los niveles de serotonina, y se ha demostrado que los fármacos antidepresivos tienen la acción de elevar el Mg cerebral.**

El **glicinato de magnesio** es una forma de suplemento de magnesio en la que el magnesio está unido a la glicina, un aminoácido. Esta combinación mejora la absorción del magnesio en comparación con otras formas de suplementos de magnesio. Es menos probable que cause problemas estomacales o diarrea, lo que lo hace más tolerable para algunas personas.

8 FARMACOCINÉTICA

Las fibras dietéticas afectan a la absorción intestinal de Mg. Se ha confirmado que la inulina, un prebiótico que favorece las bifidobacterias y los lactobacilos, es importante para la absorción de Mg en el intestino grueso, ya que casi duplica la absorción de Mg y reduce la tendencia a la diarrea, pero aumenta los gases, mientras se toma Mg. **Grandes dosis de cáscaras de semillas de psyllium reducen enormemente la absorción de Mg y la goma arábiga aumenta significativamente la excreción intestinal y renal de Mg, y ambas deben evitarse.** En un estudio de caso se observó que el indol-3-carbinol (I3C) (200 mg/comida) reducía en gran medida la necesidad de un tratamiento frecuente con Mg para evitar recaídas.

Los compuestos de Mg útiles son los que tienen una primera constante de estabilidad suficientemente baja para ser biodisponibles e incluyen acetato, cloruro, citrato, gluconato, glicinato, lactato, malato, oxalato, succinato, sulfato y tartrato de magnesio. La biodisponibilidad del óxido de magnesio es extremadamente limitada, oscilando entre el 0 y el 4%. Los estudios en los que se utiliza óxido de magnesio producen resultados engañosos cuando se comparan con los obtenidos utilizando otros compuestos de Mg para la misma indicación.

9 RESTRICCIONES SECUNDARIAS Y ADVERSAS

No ha habido informes de eventos adversos de la suplementación dietética.

10 RESTRICCIONES DE USO DURANTE EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA

No existe evidencia alguna de contraindicaciones por sensibilidad gastrointestinal. No existe evidencia alguna de la seguridad durante el embarazo y lactancia. Consulte a su médico.

11 CONTRAINDICACIONES

El riesgo de deshidratación puede aumentar al ingerirse con algunos antibióticos.

12 PRECAUCIONES GENERALES

No exceder de la porción recomendada.

13 PERIODO DE VALIDEZ

2 años

14 TABLA NUTRICIONAL

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL		
Por porción: Una (1) Cápsula (0.65 g)		
Porciones por envase: 60		
Producto: Magneease	Por porción	Por 100 g
Contenido energético	9.6 kJ (2.29 Kcal)	1473 kJ (352.18 Kcal)
Proteínas	0.57 g	87.11 g
Grasas (Lípidos)	0 g	0 g
Carbohidratos (Hidratos de carbono)	0 g	0 g
Sodio	0 g	0 g
<i>Glicinato de magnesio (Magnesium glycinate)</i>	570 mg	87.7 g
<i>Magnesio elemental (de glicinato)</i>	80 mg	12.4 g

16 BIBLIOGRAFÍA

<https://go.drugbank.com/drugs/DB11189>

Ates M, Kizildag S, Yuksel O, Hosgorler F, Yuce Z, Guvendi G, Kandis S, Karakilic A Koc B, Uysal N (2019) Dose-Dependent Absorption Profile of Different Magnesium Compounds. Springer Science+Business Media. <https://doi.org/10.1007/s12011-019-01663-0>

Sood, B., & Keenaghan, M. (2022). Coenzyme Q10. In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing.