

# MagneCal D

¡EL BALANCE PERFECTO  
MAGNESIO, CALCIO  
Y VITAMINA D!



MAGNECAL D DE USANA,  
AVALADO POR

**FMN**  
FEDERACIÓN MEXICANA  
DE NUTRICIÓN DEPORTIVA

FEDERACIÓN MEXICANA DE MEDICINA  
DEL DEPORTE

**USANA**  
MAGNECAL D  
SUPLEMENTO ALIMENTICIO  
TABLETAS CON MINERALES  
CONT. NET: 144.48 g 112 TABLETAS DE 1.29 g C/U

## ¡SI CUIDAS TUS HUESOS, CUIDAS TU FUTURO!

Atención especializada para profesionales de la salud  
☎ **55 2685 7391**

Ask The Scientists

[www.usana.com](http://www.usana.com) /USANAmexico

@usanamx /USANAmexico

**USANA30**  
desde 1992



# MagneCal D

Suplemento balanceado a base de Calcio y Magnesio, fortificado con Vitamina D.



- Según la Fundación Internacional de Osteoporosis, esta enfermedad afecta a 1 de cada 10 mujeres de 60 años, 2 de cada 10 mujeres de 70 años, 4 de cada 10 mujeres de 80 años y dos tercios de las mujeres de 90 años de edad.
- En USA, la baja masa ósea es una amenaza para más de 40 millones de personas. En Europa, se espera que la prevalencia de osteoporosis afecte a más de 30 millones de personas para el año 2050. Ref. 1.
- Osteoporosis: problema de salud importante ya que el envejecimiento de la población se duplicará en la próxima década con una enorme carga de costos en los sistemas de salud. Ref. 1.

Magnesio,  
Calcio,  
Vitamina D





# Magneecal D

Suplemento balanceado a base de Calcio y Magnesio, fortificado con Vitamina D.



MAGNECAL D DE USANA,  
AVALADO POR



## INFORMACIÓN NUTRIMENTAL

TAMAÑO DE PORCIÓN: 1 TABLETA DE 1,29 g  
PORCIONES POR ENVASE: 112

	POR 100 g	POR PORCIÓN
CONTENIDO ENERGÉTICO	194,6 KJ (46,5 kcal)	2,5 kJ (0,6 kcal)
PROTEÍNAS	0 g	0 g
GRASAS (LÍPIDOS)	0,78 g	0,01 g
CARBOHIDRATOS (HIDRATOS DE CARBONO)	10,08 g	0,13 g
DE LOS CUALES:		
AZÚCAR	0,78 g	0,01 g
SODIO	0,04 g	0,46 mg
CALCIO	9,69 g	125 mg
MAGNESIO	9,69 g	125 mg
SILICIO COMO SILICATO DE CALCIO	174,42 mg	2,25 mg
VITAMINA D (COLECALCIFEROL)	0,19 mg	2,5 µg

**PERMISO COFEPRIS:** 1933002T1A0666

**Presentación:** 112 tabletas/frasco.

**Uso:** Adultos, tomar dos (2) tabletas dos veces al día, de preferencia con alimentos.

**Ideal para:** • Todos los adultos sanos mayores de 18 años.



## BENEFICIOS PARA NUESTRO CUERPO

**MAGNESIO**  
125 Mg

- Cofactor de cientos de enzimas involucradas en la síntesis de lípidos, proteínas y ácidos nucleicos. Ref. 1.
- Contribuye al mantenimiento del metabolismo energético normal.
- Promueve la absorción y retención de calcio.
- Contribuye al mantenimiento de la función muscular normal, incluyendo el músculo cardíaco.
- Contribuye a mantener niveles saludables de glucosa sanguínea. Ref. 4.

### Según estudios médicos:

- La ingesta de magnesio es un predictor independiente de la densidad ósea en nadadores jóvenes élite. Ref. 1.
- La suplementación con magnesio mejora los parámetros de glucosa en personas con diabetes y también mejora los parámetros de sensibilidad a la insulina en aquellos con alto riesgo de diabetes. Ref. 4.
- Es efectivo para la depresión leve a moderada en adultos. Ref. 7.
- Evidencia respalda la necesidad de suplementos de magnesio con vitaminas antioxidantes para las personas que viven en condiciones de estrés crónico. Ref 8.
- Se ha encontrado una asociación significativa entre la densidad ósea y la ingesta de Magnesio. Ref. 1.

**CALCIO**  
125 Mg

- Apoya la salud ósea. Ref. 9.
- Apoya el desarrollo de dientes sanos. Ref 10.

**VITAMINA**  
**D**  
2,5 UI

- Contribuye al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
- Contribuye al mantenimiento de la función normal del músculo.
- Ayuda al organismo a utilizar el calcio y el fósforo.
- Contribuye al normal funcionamiento muscular, junto con una dieta equilibrada y ejercicio.
- Contribuye al funcionamiento normal del sistema inmune.

### Según estudios médicos:

- La suplementación con vitamina D y calcio tiene un efecto positivo en el tratamiento periodontal y se puede usar como un complemento, para un mejor resultado del tratamiento". Ref. 5 .
- Efecto neuroprotector de la prevención del daño oxidativo al tejido nervioso. Ref 6.

**SILICIO**  
2,25 MG

- Apoya el mantenimiento de huesos y conectivo fuertes. Ref. 3.
- Participa en la síntesis de colágeno y/o su estabilización. Ref. 3.

### Según estudios médicos:

- La evidencia acumulada en los últimos 30 años sugiere un papel importante en la formación ósea y la salud de los huesos y el tejido conectivo. Ref 3.

Ref. 1 Castiglioni S, Cazzaniga A, Albisetti W, Maier J. Magnesium and Osteoporosis: Current State of Knowledge and Future Research Directions. *Nutrients*. 5(8):3022-3033. 2013.

Ref. 2 Matchar DB, Chei CL, Yin ZX, et al. Vitamin D Levels and the Risk of Cognitive Decline in Chinese Elderly People: the Chinese Longitudinal Healthy Longevity Survey. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci*. 2016;71(10):1363-8.

Ref. 3 Jugdaohsingh, R. Silicon and Bone Health. *J Nutr Health Aging*. 2007 Mar-Apr; 11(2): 99-110.

Ref. 4 Veronese N, et al. 2016. Effect of magnesium supplementation on glucose metabolism in people with or at risk of diabetes: a systematic review and meta-analysis of double-blind randomized controlled trials. *Eur J Clin Nutr* 70(12): 1354-1359.

Ref. 5 Tovey, A. & Cannell, J. Does vitamin D and calcium supplementation improve gum disease? *The Vitamin D Council Blog & Newsletter*, 2015.

Ref. 6 Wrzosek M, et al. 2013. Vitamin D and the central nervous system. *Pharmacol Rep* 65(2): 271-8.

Ref. 7 Tarleton EK, et al. 2017. Role of magnesium supplementation in the treatment of depression: A randomized clinical trial. *PLoS One* 12(6) [Internet] [accessed 20 Mar 18] Available at <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28654669>

Ref 8 Cernak I, et al. 2000. Alterations in magnesium and oxidative status during chronic emotional stress. *Mag Res* 13(1): 29-36.

Ref.9 Nieves JW. Osteoporosis: the role of micronutrients. 2005. *Am J Clin Nutr* 81(5):1232S-9S.REF.9

Ref.10: <https://askthescientists.com/es/qa/magnecal-d/>