

LILIUM GOLD MAG

L'ALLIANCE
DES 6 FORMES DE MAGNÉSIUM
POUR UN BIEN-ÊTRE D'OR

L'importance de prendre un supplément qui renferme
plusieurs formes de Mg^(7,8,9,10) :

GOLD MAG vs Magnésium simple

Critère	GOLD MAG	Magnésium simple
Formes	6 formes hautement biodisponible ⁽¹⁾	1 forme souvent mal absorbée
Biodisponibilité	grace aux sels organiques + cofacteur ⁽²⁾	Faible à modérée
Cofacteurs	Vitamine B6 + Piperine (+ absorption) ⁽³⁾	Aucun
Tolérance digestive	Bonne tolérance, moins de diarrhée ⁽⁴⁾	Risque élevé d'effets digestifs
Valeur clinique	Couverture large : énergie, stress, sommeil	Effet limité, non spécifique



LILIUM GOLD MAG

L'ALLIANCE
DES 6 FORMES DE MAGNÉSIUM
POUR UN BIEN-ÊTRE D'OR

Facteurs limitant l'assimilation intestinale

Excès
d'élimination
par les reins

Formes
de magnésium

- Sels inorganiques (Biodisponibilité).
- Sels inorganiques solubles.
- Sels organiques solubles.
- Complexes organiques solubles.

Déséquilibre
de la flore
intestinale

Insuffisance
du pH de
l'intestin

- pH bas = Bonne assimilation.
- pH haut = Assimilation non optimale.

Les bienfaits de GOLD MAG

Soutien efficace de la fonction musculaire et nerveuse.

Favorise la réduction de la fatigue et du stress.

Contribution à un métabolisme énergétique optimal.

Participe au maintien d'un système immunitaire fort.



(7) : Schuette SA et al. Bioavailability of magnesium salts in humans. Am Ther. 1994;134-39.
(8) : Bioavailability of magnesium food supplements: A systematic review.
(9) : Iron and Physical Activity: Bioavailability Enhancers, Properties of Black Pepper (Biotin)⁽⁸⁾.
(10) : Effects of Magnesium Forms on the Magnesium Balance and Jejunal Transporters in Healthy Rats.



+213 781 327 832 / +213 559 103 708

contact@liliumpharma.com www.liliumpharma.com

Lilium pharma

liliumpharma

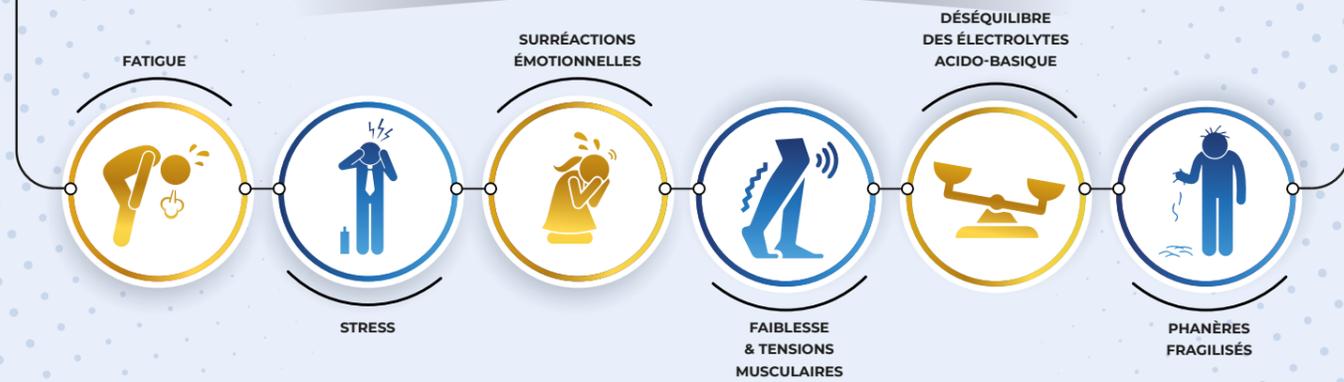


LILIUM GOLD MAG

L'ALLIANCE
DES 6 FORMES DE MAGNÉSIUM
POUR UN BIEN-ÊTRE D'OR

- Mg Le **Mg** est un minéral essentiel au bon fonctionnement de l'organisme.
- Mg Il est le **5^{ème}** minéral le plus abondant et le **2^{ème}** cation intracellulaire après le potassium.
- Mg Il participe à plus de **600** réactions métaboliques.
- Mg Utilisé dans ses nombreuses fonctions, son apport doit être renouvelé au quotidien pour maintenir des taux adéquats^(1,2).

Les 1^{ers} signes d'un manque de magnésium



La prévalence mondiale de la carence en **Mg** est élevée et préoccupante.

Environ **10 à 30%** de la population générale souffre d'une carence subclinique⁽³⁾.

CAUSES :

- La cause la plus profonde du manque de **Mg** dans l'alimentation semble être causée par le déséquilibre **Mg/K** induit par les techniques agricoles modernes.
- L'alimentation raffinée diminue encore le taux de **Mg**.
- Le stress chronique va causer une consommation accrue du **Mg** de l'organisme et diminuer les réserves^(4,5,6).

LILIUM GOLD MAG

L'ALLIANCE
DES 6 FORMES DE MAGNÉSIUM
POUR UN BIEN-ÊTRE D'OR

Pourquoi choisir Gold Mag ?

- ✓ Formule exclusive avec **6 formes de magnésium hautement biodisponibles** : Bisglycinate chélaté, Malate, Citrate, Taurate, L-Thréonate et Orotate.
- ✓ Enrichi en vitamine la piperine et la vitamine B6 pour optimiser l'absorption et le métabolisme énergétique.

Information sur le complément / Portion = 1 Capsule

Ingrédients actifs	Quantité par portion
● Magnésium Bisglycinate Chélaté	200 mg
● Malate de Magnésium	100 mg
● Citrate de Magnésium	100 mg
● Taurate de Magnésium	100 mg
● L-Thréonate de Magnésium	50 mg
● Orotate de Magnésium	20 mg
● Vitamine B6 (Chlorhydrate de Pyridoxine)	2 mg
● Extrait de Poivre Noir (Pipérine)	3 mg



boîte de :
20 Capsules.

Mode d'emploi :
1 à 2 capsules par jour,
avant un repas.



(1) : Gröber, U., Schmidt, J., & Kisters, K. (2015). Magnesium in prevention and therapy. *Nutrients*, 7(9), 8199-8226.
 (2) : de Baatj, J. H., Hoenderop, J. G., & Bindels, R. J. (2015). Magnesium in man: Implications for health and disease. *Physiological Reviews*, 95(1), 1-46.
 (3) : DiNicolantonio, J. J., O'Keefe, J. H., & Wilson, W. (2018). Subclinical magnesium deficiency: A principal driver of cardiovascular disease and a public health crisis. *Open Heart*, 5(1), e000668.
 (4) : Workinger, J. L., Doyle, R. P., & Bortz, J. (2018). Challenges in the diagnosis of magnesium status. *Nutrients*, 10(9), 1202.
 (5) : White, P. J., & Broadley, M. R. (2009). Biofortification of crops with seven mineral elements often lacking in human diets - iron, zinc, copper, calcium, magnesium, selenium and iodine. *New Phytologist*, 182(1), 49-84.
 (6) : Rayssiguier, Y., Libako, P., Nowacki, W., & Rock, E. (2010). Magnesium deficiency and metabolic syndrome: Stress and inflammation may reflect calcium activation. *Magnesium Research*, 23(2), 73-80.