ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ANA MARIA LAJUSTICIA

POR UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE

VADEMÉCUM

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

INDICE

- NUESTRA FUNDADORA
- LO QUE SOMOS
- CERTIFICACIONES

PUBLICACIONES

- ALIMENTACIÓN Y RENDIMIENTO INTELECTUAL
- LA ARTROSIS Y SU SOLUCIÓN
- VENCER LA OSTEOPOROSIS
- LA RESPUESTA ESTÁ EN EL COLÁGENO
- COLESTEROL, TRIGLICÉRIDOS Y SU CONTROL
- EL MAGNESIO EN EL DEPORTE
- EL MAGNESIO, CLAVE PARA LA SALUD
- CONTESTANDO A SUS PREGUNTAS SOBRE EL MAGNESIO
- LA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA EN LA VIDA MODERNA
- DIETAS A LA CARTA

ARTICULACIONES

- COLÁGENO MARINO CON MAGNESIO
- COLÁGENO MARINO CON MAGNESIO Y VITAMINA C · sabor sandía
- COLÁGENO CON MAGNESIO
- COLÁGENO CON MAGNESIO Y VITAMINA C · sabor fresa/cereza

EQUILIBRIO EMOCIONAL

- TRIPTÓFANO CON MAGNESIO + VITAMINA B6
- TRIPTÓFANO PLUS CON ASHWAGANDHA + RHODIOLA, MAGNESIO y vit. B6

SUEÑO

- TRIPTÓFANO CON GABA + PASIFLORA Y MAGNESIO
- TRIPTÓFANO CON MELATONINA + MAGNESIO Y VITAMINA B6

RELAJACIÓN MUSCULAR

- MAGNESIO TOTAL® 5
- MAGNESIO TOTAL® 5 CON HARPAGO
- ACEITE DE MAGNESIO
- CLORURO DE MAGNESIO
- CARBONATO DE MAGNESIO
- MAG-MAST®
- MAGNESIO TOTAL® sabor nata

CARDIOPROTECTOR

- LECITINA DE SOJA
- ACEITE DE HÍGADO DE BACALAO

MUJER

- ISOFLAVONAS MAGNESIO + VITAMINA E
- ACEITE DE ONAGRA + VITAMINA E
- ALGAS · sabor limón
- COMPLEMENTO ALIMENTICIO A BASE DE MIEL Y HIERRO

DEFENSAS Y ENERGÍA

- EQUINÁCEA CON MAGNESIO
- JALEA REAL CON MAGNESIO
- JALEA REAL CON VITAMINA C
- COMPLEMENTO ALIMENTICIO A BASE DE MIEL Y JALEA REAL
- JALEA REAL LIOFILIZADA
- GINSENG CON JALEA REAL

VITAMINAS

- LEVADURA DE CERVEZA
- ESPIRULINA

ANA MARÍA LAJUSTICIA amlsport®

- COLÁGENO CON MAGNESIO
- COLÁGENO CON MAGNESIO + VIT.C + VIT.B1, B2 y B6 sabor fresa
- COLÁGENO CON MAGNESIO + VIT.C sabor fresa
- MAGNESIO TOTAL® sabor limón
- GLUCOMAG®
- SALES MINERALES

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

NUESTRA FUNDADORA

Todos hemos oído decir a algunos expertos que comiendo variado, no falta nada en la dieta. No obstante, esta afirmación no es totalmente cierta. La alimentación actual ha limitado sensiblemente la ingesta de fósforo, hierro, complejo B y vitaminas A y D, al suprimir o disminuir el consumo de vísceras, grasas animales y yemas de huevo, debido, en parte, al seguimiento de dietas de adelgazamiento y control de colesterol.

Además, y esto ha pasado desapercibido a la clase médica, los agricultores han provocado con el abono químico una sensible disminución del magnesio contenido en los alimentos.

Nuestros complementos pueden ayudar a subsanar dicho desequilibrio devolviendo a la dieta la cantidad correcta de estos nutrientes y resolver de una manera sencilla problemas serios y a veces muy dolorosos de salud.

Gracias por tu atención.

Ana María Lajusticia
(26/07/1924 - 07/11/2024)

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

LO QUE SOMOS

Contribuimos a mejorar la **calidad de vida** de las **personas** mediante **suplementación nutricional** de **calidad** y **accesible** para todos.

Partimos del **rigor científico** y el peso de nuestra **experiencia** para compartir, de forma **honesta y transparente**, las claves para alcanzar un **estilo de vida saludable.**

PILARES ESTRATÉGICOS

TRADICIÓN

Una marca con **historia y raíces.** Ligada a la vida de su fundadora, que ha sabido eliminar las fronteras de la hoja de ruta. Consciente de su pasado como un valor añadido para el **futuro**. Con un **legado** que supone una ventaja competitiva. Con unos **valores humanos** y una personalidad real que se traducen en valores de marca. La **genética** de Ana María se traspasa a la marca para **impulsarla** hacia su máximo exponente.

RIGOR CIENTÍFICO

"En la química está la verdad"- Ana María Lajusticia. El **rigor científico** es la base de la actividad de la marca. Fiel a sus principios, la **calidad** define el filtro de **exigencia** para la formulación, elaboración y entrega de los productos. En constante búsqueda de la **innovación** y la mejora, se mantiene ajena a modas pasajeras para centrarse en su principal objetivo: mejorar de forma **honesta** la calidad de vida de las personas.

SOSTENIBILIDAD

Todo cuando hacemos tiene un **impacto**. La manera de hacer que este sea positivo es escoger el camino que nos ayude a avanzar y crecer para seguir atendiendo las **necesidades de las personas** (y hacerlo respetando el desarrollo del planeta y quienes habitamos en él). La sostenibilidad es la forma en que Ana María Lajusticia® trabaja el **respeto** por el entorno y está presente en cada acto y decisión de la marca.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

CERTIFICACIONES

La **IFS Logistic** (International Featured Standards Logistic) es una certificación internacional voluntaria que asegura que las empresas de almacenamiento y distribución cumplen con los más altos estándares de calidad, seguridad e inocuidad en toda la cadena logística. En Distribuciones Feliu S.L., como propietarios y distribuidores de la marca Ana María Lajusticia®, nos regimos por estos exigentes estándares, garantizando que cada producto almacenado y distribuido cumpla con los más estrictos requisitos de calidad y seguridad. Esta certificación refuerza nuestro compromiso con la excelencia, la mejora continua y la confianza de nuestros clientes, asegurando que cada producto llegue en óptimas condiciones.

La **ISO 14001** es una certificación internacional que reconoce nuestro sistema de gestión ambiental, diseñado para minimizar el impacto de nuestras actividades en el medio ambiente, cumplir con los requisitos legales y promover prácticas responsables. En Distribuciones Feliu S.L., como propietarios y distribuidores de la marca Ana María Lajusticia, hemos implementado acciones concretas como la reducción del consumo de papel, la optimización energética y la transición hacia envases sostenibles, además de trabajar con proveedores comprometidos con la sostenibilidad. Nuestro objetivo es ir más allá del cumplimiento normativo, creando un impacto positivo que inspire a clientes, proveedores y colaboradores a adoptar prácticas más sostenibles.

Además, las instalaciones donde se fabrican los productos de Ana María Lajusticia® cuentan con la certificación **FSSC 22000**, que garantiza la implementación de un sistema de gestión de seguridad alimentaria conforme a los más altos estándares internacionales. Esta certificación asegura el cumplimiento de estrictos protocolos en cada etapa del proceso de fabricación de suplementos alimenticios, minimizando riesgos y garantizando su calidad e inocuidad.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

PUBLICACIONES

ALIMENTACIÓN Y RENDIMIENTO INTELECTUAL

Todos los libros de Ana María Lajusticia intentan enviarnos algún mensaje. En esta ocasión quizá sea uno de los más importantes: una correcta alimentación constituye la base principal de un óptimo rendimiento intelectual, no solo como pilar del correcto funcionamiento de nuestro organismo, sino también para ser capaces de responder a distintos tipos de actividades, ya sea en el trabajo, en los estudios o en la relación con los demás. Un manual ameno y sencillo sobre un tema tan necesario como básico, para aprender a reconocer la importancia de comer bien y rendir mejor. Descubre las claves para conseguirlo en este libro.

— **PVP*: 14,00€**

LA ARTROSIS Y SU SOLUCIÓN

Un libro de enorme rigor científico, pero de lectura sencilla y accesible, que muestra de un modo inequívoco que la artrosis puede ser fácilmente tratada y que las personas que la padecen pueden recuperar su salud.

— **PVP*: 14,00€**

VENCER LA OSTEOPOROSIS

En este libro, la autora nos muestra las claves para la solución a este problema, explicando clara y sencillamente todo el proceso que conduce a la osteoporosis y como puede remediarse fácilmente la falta de colágeno, origen de la enfermedad, corrigiendo las carencias y los errores en la alimentación.

— **PVP*: 14,00€**

LA RESPUESTA ESTÁ EN EL COLÁGENO

¿Cuál es la causa de esta carencia?¿ Cómo se puede prevenir y solucionar este problema? Esta nueva edición, actualizada y revisada, contiene un capitulo inédito, así como la respuesta a las preguntas hechas por los mismos lectores y consumidores de los productos a lo largo de todos estos años.

La autora explica de qué modo afrontar este grave problema que provoca enfermedades tales como la artrosis y osteoporosis, así como lesiones musculares, de tendones y ligamentos a las personas que practican deporte, ya sean aficionados o profesionales.

— **PVP*: 14,00€**

COLESTEROL, TRIGLICÉRIDOS Y SU CONTROL

Sin duda, el problema del colesterol es uno de los más importantes a los que se enfrenta la sociedad actual en el ámbito de la salud y de la calidad de vida. En esta obra, la autora responde a muchas de las preguntas habituales que todos nos hacemos sobre el tema, por lo que es de inestimable ayuda tanto para el que padece el problema como para el que desee prevenirlo.

— **PVP*: 14,00€**

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

PUBLICACIONES

EL MAGNESIO EN EL DEPORTE

La autora explica la importancia de este mineral, junto al colágeno, en la prevención de las enfermedades "modernas" (colesterol, diabetes, hipertensión, artrosis, osteoporosis, etc.), y describe por qué es importante el consumo de alimentos y sustancias ricas en magnesio, por qué los atletas etíopes ganan las competiciones de fondo, y explica las razones para tomarlo desde muy temprana edad.

— **PVP*: 14,00€**

EL MAGNESIO, CLAVE PARA LA SALUD

Nuestra alimentación actual tiene, entre otras características, la de presentar una deficiencia de magnesio, elemento que es fundamental para la salud. En este libro, publicado por la autora hace 20 años y que ya entonces fue un impacto editorial, recoge todos los nuevos estudios realizados hasta la fecha, que confirman la enorme importancia del magnesio en relación con nuestra salud.

— **PVP*: 16,00€**

LA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA EN LA VIDA MODERNA

¿Qué es la dietética? ¿Cómo funciona el metabolismo? ¿Qué significa realmente comer bien? Las respuestas a estas cuestiones y muchas otras relacionadas con la correcta nutrición, podrá encontrarlas en este libro que muestra las claves de la alimentación equilibrada.

— **PVP*: 16,00€**

CONTESTANDO A SUS PREGUNTAS SOBRE EL MAGNESIO

En este libro, la autora da respuesta a las preguntas más frecuentes e importantes sobre el magnesio que ha recibido a lo largo de los últimos años. Con su habitual estilo sencillo y didáctico aclara temas tales como: ¿Cuál es la relación entre la falta de magnesio y los infartos de miocardio? ¿Se debe descansar de tomar magnesio? ¿Qué provoca la carencia de magnesio en el sistema nervioso? ¿Cuál es el efecto del magnesio sobre el cansancio? ¿Qué tipo de magnesio es más conveniente tomar? ¿Se puede tomar magnesio durante el embarazo y la lactancia?

— **PVP*: 14,00€**

DIETAS A LA CARTA

¿Preocupados por llevar y mantener unos correctos hábitos y pautas en la alimentación? Gracias a los conocimientos de dietética y nutrición de su autora, en este nuevo libro podrá encontrar una dieta diseñada para usted con recomendaciones, tablas de equivalencias y recetas que le ayudarán a estar y sentirse mejor cada día. Conozca las claves para llevar una dieta correcta y adecuada en cada una de las circunstancias o problemas de salud que aquejan a la población en el siglo XXI.

— **PVP*: 16,00€**

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ARTICULACIONES

El **colágeno** es la proteína más abundante en el cuerpo humano, siendo el constituyente esencial del tejido conectivo (cartílagos, tendones, huesos y piel).

Nuestro organismo sufre una constante renovación de estos tejidos y, para que esta regeneración se produzca correctamente, debemos disponer de los nutrientes específicos, tales como **proteínas, magnesio y vitamina C,** los cuales solo están circulando en sangre durante 5 horas desde su ingesta. Por este motivo, recomendamos la toma diaria del complemento colágeno con magnesio repartida en tres veces a lo largo del día, siempre que sea posible.

Nuestros complementos a base de colágeno aportan una dosis diaria de entre 3,4 y 6,9 gramos de proteína colágeno, lo que **permite que puedan tomarse de forma continuada,** sin períodos de descanso y sin ocasionar una dieta hiperproteica.

La categoría **Articulaciones** de Ana María Lajusticia® ofrece diferentes formatos que se adaptan a cada estilo de vida.

INDICACIONES

Recomendado en la regeneración de cualquier tejido, como en casos de artrosis, osteoporosis, tendinitis, rotura de ligamentos, sobrecarga muscular y para el mantenimiento en condiciones normales de tendones, ligamentos, huesos y músculos. Otras indicaciones son el deterioro de la piel, rotura de vasos sanguíneos (hematomas espontáneos), caída del cabello y uñas frágiles.

PROPIEDADES SALUDABLES DEL COLÁGENO*
Las proteínas contribuyen a:
A aumentar la masa muscular.
A conservar la masa muscular.
Al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.

PROPIEDADES SALUDABLES DEL MAGNESIO*
El magnesio contribuye:
A disminuir el cansancio y la fatiga.
Al equilibrio electrolítico.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
Al funcionamiento normal de los músculos.
A la síntesis proteica normal.
A la función psicológica normal.
Al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
Al mantenimiento de los dientes en condiciones normales.
Al proceso de división celular.

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA C*
La vitamina C contribuye:
A la formación normal de proteínas, entre ellas el Colágeno, para el funcionamiento normal de los cartílagos, vasos sanguíneos, huesos, encías, piel y dientes.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
A la función psicológica normal.
Al funcionamiento normal del sistema inmunitario.
A la protección de las células frente al daño oxidativo.
A disminuir el cansancio y la fatiga.
A regenerar la forma reducida de la vitamina E.
A mejorar la absorción del hierro.

*Según el REGLAMENTO (UE) N o 432/2012 DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ARTICULACIONES

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

	NOVEDAD Colágeno Marino con Magnesio	NOVEDAD Colágeno Marino con Magnesio y Vitamina C	Colágeno con Magnesio y Vitamina C	Colágeno con Magnesio y Vitamina C	Colágeno con Magnesio	Colágeno con Magnesio	Colágeno con Magnesio	Colágeno con Magnesio	Colágeno con Magnesio
Colágeno Hidrolizado tipo I y/o II.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Magnesio	Carbonato de magnesio	Carbonato de magnesio	Citrato de Magnesio	Carbonato de magnesio	Carbonato de magnesio	Carbonato de magnesio	Carbonato de magnesio	Carbonato de magnesio	Carbonato de magnesio
Vitamina C		✓	✓	✓					
Formato	180 comp.	350 g (polvo)	1000 ml (líquido)	350 g (polvo)	75 comp.	180 comp.	450 comp.	350 g (polvo)	20 sticks (polvo)
Posología diaria	De 6 a 9 comprimidos	2 cucharaditas de postre	15 ml dos o tres veces	3 cucharaditas de postre	De 6 a 9 comprimidos	De 6 a 9 comprimidos	De 6 a 9 comprimidos	3 cucharaditas de postre	1 o 2 sticks
Duración envase (días)	30	50	30	46	12	30	75	46	20
Sabor	Limón	Sandía	Cereza	Fresa				Neutro	Fresa
Alérgenos*	Pescado	Pescado							
C.N.	218579.1	218612.5	184741.6	184921.2	177482.8	177483.5	177484.2	177486.6	186374.4

*Las sustancias indicadas corresponden a los ingredientes de declaración obligatoria de acuerdo con el Reglamento 1169/2011 de información al consumidor.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

NOVEDAD

COLÁGENO MARINO
CON MAGNESIO
comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES

–

Colágeno Marino con Magnesio de Ana María Lajusticia® está compuesto de colágeno hidrolizado Peptan®, procedente 100% de pescado suministrado por compañías pesqueras certificadas por sus prácticas sostenibles (MSC).

INDICACIONES

–

Ideal para aquellas personas que, por motivos religiosos, culturales y/o éticos prefieren una alternativa al colágeno de origen terrestre. Con agradable aroma a limón.

Se recomienda tomarlo en etapas de desarrollo, como la adolescencia, y para el mantenimiento de los tejidos corporales en la adultez y tercera edad.

Esta opción procedente 100% del pescado también es de gran ayuda para deportistas, personas con gran desgaste físico o con problemas osteoarticulares.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar de 6 a 9 comprimidos al día, repartidos en el desayuno y la cena. Acompañar con alimentos ricos en vitamina C.

Contenidos medios por dosis diaria de:
6 comprimidos (4,5 g): colágeno 3,6 g, proteínas 3,2 g, magnesio 169 mg (45% VRN*).
9 comprimidos (6,8 g): colágeno 5,4 g, proteínas 4,8g, magnesio 254 mg (68% VRN*).

INGREDIENTES

–

Colágeno hidrolizado de **PESCADO** (Peptan®), carbonato de magnesio, hidróxido de magnesio, aroma natural, antiaglomerante: sales magnésicas de ácidos grasos.

PRESENTACIÓN

–

Bote de 180 comprimidos
CN 218579.1 · EAN 8436000680881

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

No recomendado en caso de hipersensibilidad o alergia a alguno de los componentes de la formulación. Debido a la presencia de magnesio, puede producir un ligero efecto laxante.

PVP**
17,00€

NOVEDAD

COLÁGENO MARINO
CON MAGNESIO Y VITAMINA C sabor sandía
polvo

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES
–

Colágeno Marino con Magnesio y Vitamina C de Ana María Lajusticia® está compuesto de colágeno hidrolizado Peptan®, procedente 100% de pescado suministrado por compañías pesqueras certificadas por sus prácticas sostenibles (MSC).

Ideal para aquellas personas que, por motivos religiosos, culturales y/o éticos prefieren una alternativa al colágeno de origen terrestre. Muy buena disolución y agradable aroma a sandía.

INDICACIONES
–

Se recomienda tomarlo en etapas de desarrollo, como la adolescencia, y para el mantenimiento de los tejidos corporales en la adultez y tercera edad.

Esta opción procedente 100% del pescado también es de gran ayuda para deportistas, personas con gran desgaste físico o con problemas osteoarticulares.

MODO DE EMPLEO, según VRN*
–

Tomar 2 cucharaditas de postre rasas al día, repartidas en las principales comidas (2 dosis de 3,45 g cada una). Mezclar cada toma en 100 ml de agua, zumo o yogur.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 cucharaditas de postre (6,9 g): colágeno 5,2 g, proteínas 4,7 g, magnesio 227 mg (60% VRN*) y vitamina C 24 mg (30% VRN*).

INGREDIENTES
–

Colágeno hidrolizado de **PESCADO** (Peptan®), carbonato de magnesio, aroma natural, acidulante (ácido cítrico), acidulante (ácido tartárico [L(+)–]), L-ascorbato cálcico (vitamina C), edulcorante (glucósidos de esteviol procedentes de estevia).

PRESENTACIÓN
–

Bote de 350 gramos
CN 218612.5 · EAN 8436000680874

No recomendado en caso de hipersensibilidad o alergia a alguno de los componentes de la formulación. Debido a la presencia de Magnesio, puede producir un ligero efecto laxante.

PVP**
36,15€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COLÁGENO
CON MAGNESIO
comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar de 6 a 9 comprimidos al día, repartidos en el desayuno y la cena.
Se recomienda ingerir los comprimidos junto con alimentos ricos en vitamina C.

Contenidos medios por dosis diaria de:
6 comprimidos (4,3 g): colágeno hidrolizado 3,6 g, magnesio 169 mg (45% VRN*).
9 comprimidos (6,5 g): colágeno hidrolizado 5,4 g, magnesio 254 mg (68% VRN*).

INGREDIENTES

–

Colágeno hidrolizado, carbonato de magnesio, hidróxido de magnesio, antiaglomerantes (talco, sales magnésicas de ácidos grasos).
A base de colágeno hidrolizado de fácil asimiliación.

PRESENTACIÓN

–

Bote de 75 comprimidos
CN 177482.8 · EAN 8436000680164
Bote de 180 comprimidos
CN 177483.5 · EAN 8436000680348
Bote de 450 comprimidos
CN 177484.2 · EAN 8436000680652

PVP** 22,45€

PVP** 6,35€

PVP** 10,00€

El formato **comprimidos** está pensado para aquellas personas que busquen un formato rápido de tomar y fácil de transportar.

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COLÁGENO
CON MAGNESIO
polvo

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

MODO DE EMPLEO, según VRN*

POLVO: tomar 3 cucharaditas de postre rasas al día (3 dosis de 2,5 g cada una), repartidas en las principales comidas. Este alimento puede tomarse con agua, zumos, yogur o cremas. Se recomienda su ingesta junto a alimentos ricos en vitamina C.

Contenidos medios por dosis diaria de 3 cucharaditas de postre (7,5 g): colágeno hidrolizado 6,9 g, magnesio 137 mg (36% VRN*).

STICK: tomar de 1 a 2 sticks al día, repartidos en el desayuno y la cena. Mezclados con yogur, agua o cualquier otro líquido.
Se recomienda ingerir los sticks junto con alimentos ricos en vitamina C.

Contenidos medios por dosis diaria de:
1 stick (5 g): colágeno hidrolizado 3,4 g y magnesio 143 mg (38% VRN*).
2 sticks (10 g): colágeno hidrolizado 6,9 g y magnesio 286 mg (76% VRN*).
1 stick equivale a 6 comprimidos de colágeno con magnesio.

INGREDIENTES

POLVO: colágeno hidrolizado, carbonato de magnesio.

STICK: colágeno hidrolizado, aroma natural de fresa, carbonato de magnesio, acidulantes (ácido cítrico, ácido tartárico [L(+)-]), edulcorante (glucósidos de esteviol procedentes de estevia), antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos).
A base de colágeno hidrolizado de fácil asimilación.

PRESENTACIÓN

Bote de 350 g
CN 177486.6 · EAN 8436000680393
Estuche de 20 sticks de 5g
CN 186374.4 · EAN 8436000680805

sabor fresa

PVP**
12,15€

sabor neutro

PVP**
22,20€

El formato en **polvo** está pensado para poder incorporar la toma de colágeno a alimentos líquidos como el agua, la leche o los zumos; o a semisólidos como el yogur o las cremas.
El **stick**, con sabor fresa, es un formato de bolsillo que te permite llevar tu dosis de colágeno a cualquier lugar.

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

COLÁGENO
CON MAGNESIO Y VITAMINA C
polvo y líquido

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

MODO DE EMPLEO, según VRN*

POLVO: tomar 3 cucharaditas de postre rasas al día (3 dosis de 2,5 g cada una), repartidas en las principales comidas. Este alimento puede tomarse con agua, zumos o yogur.

Contenidos medios por dosis diaria de 3 cucharaditas de postre (7,5 g): colágeno hidrolizado 5,2 g, magnesio 227 mg (61% VRN*) y vitamina C 24 mg (30% VRN*).

LÍQUIDO: tomar 30 ml o 45 ml al día, repartidos en dos o tres dosis de 15 ml cada una. Ingerir las dosis en las principales comidas. Utilice el vasito dosificador que se encuentra insertado en el tapón para una correcta cuantificación de las dosis.

Contenidos medios por dosis diaria de:
30 ml (2 dosis de 15 ml cada una): colágeno hidrolizado 3,6 g, magnesio 75,0 mg (20% VRN*) y vitamina C 12 mg (15% VRN*).
45 ml (3 dosis de 15 ml cada una): colágeno hidrolizado 5,4 g, magnesio 113 mg (30% VRN*) y vitamina C 18 mg (23% VRN*).

INGREDIENTES

POLVO: colágeno hidrolizado, aroma natural de fresa, carbonato de magnesio, acidulantes (ácido cítrico, ácido tartárico [L(+)–]), ácido L-ascórbico (vitamina C), edulcorante (glucósidos de esteviol procedentes de estevia), antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos).
A base de colágeno hidrolizado de fácil asmiliación.

LÍQUIDO: agua, colágeno hidrolizado, conservador (glicerina), citrato de magnesio, acidulante (ácido cítrico), sal, aroma natural, conservador (sorbato potásico), colorante (antocianinas), ácido L-ascórbico (vitamina C), edulcorantes (sucralosa y glucósidos de esteviol procedentes de estevia), aroma natural de limón.

PRESENTACIÓN

Bote de 350 g
CN 184921.2 · EAN 8436000680737

Botella de 1L
CN 184741.6 · EAN 8436000680713

PVP** 23,20€

PVP** 23,15€

El formato en **polvo** es ideal para añadirlo a alimentos líquidos como agua o zumo, o a alimentos semisólidos como el yogur, aportando un agradable sabor a fresa.
El formato **líquido** está pensado para aquellas personas que busquen un formato **bebible** fácil de tomar, ya que no precisa ser diluido. Con un agradable sabor a cereza.

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

EQUILIBRIO EMOCIONAL

Nuestro ritmo de vida actual nos lleva, en muchas ocasiones, a situaciones de estrés, ansiedad y mal humor.

El **triptófano** es un aminoácido esencial que actúa como precursor de la serotonina, un neurotransmisor implicado en la **regulación del estado anímico, el nerviosismo, el crecimiento y el descanso,** por lo que su aporte óptimo está relacionado con el **buen funcionamiento del sistema nervioso.**

Porque es igual de importante escuchar a la mente y al cuerpo, la categoría ***Equilibrio Emocional*** de Ana María Lajusticia® incluye los complementos alimenticios cuyos principios activos promueven la relajación y contribuyen a una mejor gestión del estrés, del agotamiento y de las situaciones complicadas del día a día, mejorando así nuestro rendimiento y adaptación.

PROPIEDADES SALUDABLES DEL MAGNESIO*
El magnesio contribuye:
A disminuir el cansancio y la fatiga.
Al equilibrio electrolítico.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
Al funcionamiento normal de los músculos.
A la síntesis proteica normal.
A la función psicológica normal.
Al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
Al mantenimiento de los dientes en condiciones normales.
Al proceso de división celular.

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA B6*
La vitamina B6 contribuye:
A la síntesis normal de la cisteína.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
Al metabolismo normal de la homocisteína.
Al metabolismo normal de las proteínas y del glucógeno.
A la función psicológica normal.
A la formación normal de glóbulos rojos.
Al funcionamiento normal del sistema inmunitario.
A disminuir el cansancio y la fatiga.
A regular la actividad hormonal.

*Según el REGLAMENTO (UE) N o 432/2012 DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

TRIPTÓFANO
CON MAGNESIO + VITAMINA B6
comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES

–

Triptófano con Magnesio + Vitamina B6 actúa como **precursor de la "hormona de la felicidad",** ayudando a mejorar el estado de ánimo y la concentración, así como a reducir el cansancio y la ansiedad.

INDICACIONES

–

Recomendado en épocas "en que nos sentimos superados" por las tareas del día a día; en puntas de **estrés, cansancio, decaimiento y/o apatía.** También en épocas de exámenes por falta de concentración o bien en dietas de adelgazamiento, ya que contribuye a reducir la **ansiedad** y, por tanto, el deseo de picar entre horas.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 2 comprimidos al día, repartidos entre la mañana y la tarde.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 comprimidos (1,71 g): L-triptófano 570 mg, magnesio 145 mg (39% VRN*), vitamina B6 1,4 mg (99% VRN*)

INGREDIENTES

–

Carbonato de magnesio, L-triptófano, agente de carga (celulosa microcristalina), antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 60 comprimidos
CN 180464.8 · EAN 8436000680669

No debe ser consumido por mujeres embarazadas, ni por aquellas personas que estén siendo tratadas con antidepresivos o que padezcan insuficiencia renal.

PVP**
14,65€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

TRIPTÓFANO PLUS CON ASHWAGANDHA + RHODIOLA, MAGNESIO Y VIT. B6

comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

–

El trabajo, la familia, la casa, la vida social… ¡y los imprevistos! En el día a día se suman muchas situaciones de tensión que fácilmente pueden **sobrepasarnos.** El TRIPTÓFANO PLUS cuenta con una **combinación ideal de ingredientes que aumentan nuestra resistencia al estrés** y disminuyen, así, su impacto negativo sobre nuestro bienestar. ¿Cómo? Gracias al Triptófano, a los ingredientes adaptógenos y al extra de vitalidad que aporta el magnesio, este suplemento ayuda a **mantener la calma y la energía** en los momentos más complicados.

INDICACIONES

–

Apropiado para aquellas personas que tienen un **ritmo de vida frenético** o que están viviendo una **temporada problemática y/o muy ajetreada,** ya que la Ashwagandha y la Rhodiola **permiten al cuerpo amoldarse ante momentos de tensión y gestionarlos lo mejor posible.** A la vez, este complemento alimenticio contribuye al **bienestar emocional** gracias al triptófano, un aminoácido esencial directamente involucrado en la síntesis de serotonina, conocida como "la hormona de la felicidad".

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 2 comprimidos al día con un vaso de agua, repartidos entre la mañana y la tarde.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 comprimidos (1,58 g): extracto de raíz de Ashwagandha 600 mg, L-Triptófano 300 mg, magnesio 75,0 mg (20% VRN*), extracto de raíz de Rhodiola 30 mg y vitamina B6 0,70 mg (50% VRN*).

INGREDIENTES

–

Extracto de raíz de Ashwagandha *(Withania somnifera (L.) Dunal),* carbonato de magnesio, L-Triptófano, agente de carga: celulosa microcristalina/gel de celulosa, agente de carga: fosfato dicálcico, extracto de raíz de Rhodiola *(Rhodiola rosea L.),* antiaglomerante: sales magnésicas de ácidos grasos, antiaglomerante: carboximetilcelulosa sódica entrelazada/goma de celulosa entrelazada, antiaglomerante: dióxido de silicio, clorhidrato de piridoxina (vitamina B6).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 60 comprimidos - CN 211594.1 · EAN 8436000686074

No debe ser consumido por mujeres embarazadas ni por aquellas personas que estén siendo tratadas con antidepresivos o que padezcan insuficiencia renal. No recomendado para personas con enfermedades tiroideas, hepáticas o cardíacas, hiperandrogenismo, mujeres en período de lactancia, personas que tomen sedantes o que tengan un efecto depresor sobre el sistema nervioso central. Sólo para adultos.

PVP**

15,10€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

SUEÑO

¿Sueñas con dormir bien? Nuestro ritmo de vida actual nos lleva, en muchas ocasiones, a situaciones de estrés, ansiedad e insomnio.

La categoría **Sueño** de Ana María Lajusticia® incluye aquellos productos cuyos principios activos constituyen una alternativa a los tratamientos tradicionales para las alteraciones del sueño.

El **triptófano** actúa como precursor de la serotonina, un neurotransmisor implicado en la **regulación del estado anímico y el descanso nocturno,** por lo que un aporte óptimo de este aminoácido está relacionado con el buen funcionamiento de nuestro **sistema nervioso.**

Además, también **participa en la formación de la melatonina,** la hormona que **induce y mejora la calidad del sueño.**

Por otro lado, la **pasiflora** es una aliada en periodos de ansiedad y tensión porque, además de contribuir a la **relajación,** ayuda a mantener un **sueño normal.** Perfecta en combinación con la **gaba** para unas buenas noches y unos días aún mejores.

PROPIEDADES SALUDABLES DEL MAGNESIO*
El magnesio contribuye:
A disminuir el cansancio y la fatiga.
Al equilibrio electrolítico.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
Al funcionamiento normal de los músculos.
A la síntesis proteica normal.
A la función psicológica normal.
Al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
Al mantenimiento de los dientes en condiciones normales.
Al proceso de división celular.

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA B6*
La vitamina B6 contribuye:
A la síntesis normal de la cisteína.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
Al metabolismo normal de la homocisteína.
Al metabolismo normal de las proteínas y del glucógeno.
A la función psicológica normal.
A la formación normal de glóbulos rojos.
Al funcionamiento normal del sistema inmunitario.
A disminuir el cansancio y la fatiga.
A regular la actividad hormonal.

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA MELATONINA*
La melatonina contribuye:
A disminuir el tiempo necesario para conciliar el sueño.
A aliviar la sensación subjetiva de desfase horario (jet lag).

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA PASIFLORA*
La pasiflora:
Contribuye a la relajación.
Ayuda a mantener un sueño normal.
Colabora en periodos de ansiedad y tensión mental y nerviosa.

*Según el REGLAMENTO (UE) N o 432/2012 DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

TRIPTÓFANO CON GABA + PASIFLORA Y MAGNESIO

comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

Triptófano con Gaba + Pasiflora y Magnesio de Ana María Lajusticia® ayuda a rebajar la estimulación del Sistema Nervioso Central, aporta relajación y facilita el **mantenimiento del sueño durante toda la noche.**

El triptófano es un aminoácido esencial que participa en la síntesis de **serotonina y melatonina.** La **pasiflora** es una aliada en periodos de ansiedad, tensión e insomnio, que resulta perfecta combinada con la **Gaba** para un buen reposo. Y en cuanto al **magnesio,** ayuda a disminuir la ansiedad y la fatiga tanto física como mental, aportando aún más vitalidad durante todo el día.

INDICACIONES

Indicado para personas con tendencia a **despertarse en mitad de la noche** y para temporadas de mayor estrés o ansiedad, que dificultan el descanso nocturno. El Triptófano con Gaba + Pasiflora y Magnesio ayuda a reducir el nerviosismo, favoreciendo la **conciliación del sueño y su calidad.**

MODO DE EMPLEO, según VRN*

Tomar 2 comprimidos al día, después de la cena o entre 30 y 60 minutos antes de ir a dormir.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 comprimidos (1,75 g): ácido gamma-aminobutírico 400mg; extracto seco de Pasiflora 300 mg; L-Triptófano 200 mg; magnesio 112 mg (30% VRN*).

INGREDIENTES

Carbonato de magnesio, ácido gamma-aminobutírico (GABA), agente de carga: celulosa microcristalina/ gel de celulosa, extracto seco de parte aérea de pasiflora *(Passiflora incarnata L.),* L-Triptófano, antiaglomerante: sales magnésicas de ácidos grasos, antiaglomerante: carboximetilcelulosa sódica entrelazada/ goma de celulosa entrelazada.

PRESENTACIÓN

Bote de 60 comprimidos
CN 209910.4 · EAN 8436000686067

No debe ser consumido por niños menores de 12 años ni por adolescentes ni por mujeres embarazadas o lactantes ni por aquellas personas que estén siendo tratadas con antidepresivos o que padezcan insuficiencia renal.

PVP**
14,95€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

TRIPTÓFANO CON MELATONINA + MAGNESIO Y VITAMINA B6

comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

–

Complemento alimenticio que contribuye a regular **los ciclos circadianos y a facilitar la conciliación del sueño.** Se trata de una combinación de nutrientes ideal para el descanso, pues ayuda a relajar cuerpo y mente cuando llega la noche.

INDICACIONES

–

Indicado en situaciones de **insomnio, desfase horario (jet lag),** irritabilidad y cansancio. También indicado para personas que quieran una alternativa a un medicamento para conciliar el sueño.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar de 1 a 2 comprimidos al día, después de la cena o entre 30 y 60 minutos antes de ir a dormir.

Contenidos medios por dosis diaria de:
1 comprimido (0,856 g): L-triptófano 285 mg, melatonina 0,89 mg, magnesio 72,6 mg (19% VRN*) y vitamina B6 0,69 mg (50% VRN*).
2 comprimidos (1,71 g): L-triptófano 570 mg, melatonina 1,78 mg, magnesio 145 mg (39% VRN*) y vitamina B6 1,4 mg (99% VRN*).

INGREDIENTES

–

Carbonato de magnesio, L-triptófano, agente de carga (celulosa microcristalina), antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos), melatonina, clorhidrato de piridoxina (vitamina B6).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 60 comprimidos
CN 186782.7 · EAN 8436000680799

No debe ser consumido por niños menores de 12 años ni por adolescentes ni por mujeres embarazadas o lactantes ni por aquellas personas que estén siendo tratadas con antidepresivos o que padezcan insuficiencia renal.
Debe realizarse un descanso de al menos (1) mes, a cada (3) meses de toma continuada.

PVP**
14,80€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

RELAJACIÓN MUSCULAR

El **magnesio** es uno de los 20 minerales presentes en el cuerpo humano y participa en multitud de procesos internos de nuestro organismo, entre ellos: el metabolismo energético, la síntesis proteica, la síntesis y degradación de ácidos grasos, la contracción y relajación muscular, la homeóstasis de los huesos, las reacciones hormonales y el funcionamiento del sistema nervioso.

En estados carentes de magnesio las manifestaciones clínicas más frecuentes son los **problemas musculares (calambres, tics y contracturas), así como cansancio y/o un estado de tensión e inquietud.**

Los complementos de la categoría ***Relajación Muscular*** de Ana María Lajusticia® aportan la cantidad diaria recomendada de este mineral, favoreciendo su concentración óptima en sangre y, con ello, el beneficio íntegro de las propiedades saludables del magnesio*.

PROPIEDADES SALUDABLES DEL MAGNESIO*
El magnesio contribuye:
A disminuir el cansancio y la fatiga.
Al equilibrio electrolítico.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
Al funcionamiento normal de los músculos.
A la síntesis proteica normal.
A la función psicológica normal.
Al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
Al mantenimiento de los dientes en condiciones normales.
Al proceso de división celular.

*Según el REGLAMENTO (UE) N o 432/2012 DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MAGNESOTERAPIA

TU MAGNESIO, TU TERAPIA

	Vía Oral								Vía Tópica
	Combinado de diferentes fuentes de magnesio					Única fuente de magnesio			
	Magnesio Total® 5 con Harpago	Magnesio Total® 5	Magnesio Total® Gel	Magnesio Total® líquido	Magnesio	Cloruro de Magnesio	Carbonato de Magnesio	Mag-Mast®	Aceite de Magnesio
Aporte adicional de magnesio	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
Cansancio y fatiga	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓
Problemas musculares	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓
Efecto Laxante	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Alto	Alto	Medio	Medio	
Efecto Antiácido					No apto para personas con alteraciones estomacales	No apto para personas con alteraciones estomacales	✓	✓	
Formato	Comprimidos	Comprimidos	Gel en sobres monosodis	Líquido	Comprimidos	Polvo (cristalizado)	Polvo y comprimidos	Comprimidos	Líquido
Otras características			Sabor limón	Sabor limón		Baños de magnesio*		Sabor a nata. Formato de bolsillo	Rápida absorción No mancha la ropa
Código nacional	206182.8	189319.2	184414.9	184740.9	179649.3	179654.7	Polvo: 197405.1 Comprimidos: 179651.6	179656.1	197654.3

*Terapia recomendada en caso de artrosis, artritis y demás problemas osteomusculares. Modo de empleo: en 1 litro de agua tibia, mezclar 1 cucharada de postre de sal de cocina y 1 cucharada muy colmada de Cloruro de Magnesio polvo (cristalizado). Dejar las manos en remojo de 8 a 10 minutos.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MAGNESIO TOTAL® 5
comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

INDICACIONES

–

Conjunto de 5 fuentes de Magnesio, entre ellas **citrato de magnesio** y **bisglicinato de magnesio,** lo que le confiere una alta biodisponibilidad y mejor absorción. Esta combinación hace que sea el producto ideal para el aporte diario necesario en **estados carentes de Magnesio** (deportistas, vejez, embarazo, malabsorción intestinal, dietas de adelgazamiento o en aparición de calambres, tics y contracturas) y para un buen funcionamiento del sistema osteo y neuromuscular.
La ingesta adecuada de magnesio **evita problemas musculares y facilita la relajación muscular.**

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 2 comprimidos al día, preferiblemente en el desayuno y la cena.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 comprimidos (1,56 g): magnesio 369 mg (98% VRN*).

INGREDIENTES

–

Agente de carga (celulosa microcristalina), óxido de magnesio, bisglicinato de magnesio, carbonato de magnesio, hidróxido de magnesio, citrato de magnesio, antiaglomerantes (dióxido de silicio, sales magnésicas de ácidos grasos).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 100 comprimidos
CN 189319.2 · EAN 8436000680867

PVP**
16,55€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MAGNESIO TOTAL® 5
CON HARPAGO
comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

INDICACIONES

–

Extracto seco de **harpagofito y 5 fuentes de magnesio,** entre ellas citrato de magnesio y bisglicinato de magnesio, que presentan una elevada biodisponibilidad y absorción. Esta combinación hace que sea el producto **ideal para aquellas personas que necesitan un refuerzo de Magnesio y fortalecer el sistema locomotor.**
Ayuda a mantener la salud de las articulaciones, a una buena movilidad y a reducir la inflamación y las molestias causadas por el sobreesfuerzo, la artrosis o el estrés.
Además, contribuye eficazmente a la relajación muscular, a reducir el cansancio y la fatiga física y mental, al mantenimiento de los tejidos, a facilitar la digestión, al metabolismo energético normal y al funcionamiento del sistema nervioso, inmunitario y locomotor.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 2 comprimidos al día, repartidos entre el desayuno y la cena.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 comprimidos (1,56 g): magnesio: 368 mg (98% VRN*), extracto seco de Harpagofito: 166,66 mg.

INGREDIENTES

–

Agente de carga: celulosa microcristalina/ gel de celulosa; óxido de magnesio, bisglicinato de magnesio, extracto seco de raíz de harpagofito *(Harpagophytum procumbens D.),* carbonato de magnesio, hidróxido de magnesio, sales magnésicas de ácido cítrico, antiaglomerante: sales magnésicas de ácidos grasos.

PRESENTACIÓN

–

Bote de 70 comprimidos
CN 206182.8 · EAN 8436000685411

No debe ser consumido por personas con úlceras gástricas o duodenales o con cálculos biliares.

PVP**
16,85€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ACEITE DE MAGNESIO
solución tópica

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

INDICACIONES

–

La aplicación de magnesio **directamente sobre la piel,** supone una acción directa y eficaz de este mineral en la zona afectada: contribuye a aliviar los **dolores articulares y reumatismos,** la **rigidez muscular y problemas circulatorios.** Además, es ideal para **preparar músculos, articulaciones y ligamentos** antes de la actividad física y ayuda a la relajación y a reducir el cansancio la fatiga muscular después de dicha actividad. En casos de lesiones ya existentes, contribuye a la recuperación y alivia el dolor. También es eficaz en el tratamiento del espolón calcáneo.

MODO DE EMPLEO

–

Aplicar sobre la zona sensibilizada después de la actividad física realizando un ligero masaje hasta completar su absorción. Concéntrese en las zonas musculares.

INGREDIENTES

–

Cloruro de Magnesio (55,38%) y agua.

PRESENTACIÓN

–

Envase de 150 ml (con dosificador en spray aparte)
CN 197654.3 · EAN 8436000682915

12 M

Tolerancia testada bajo control dermatológico y fisioterapéutico. Uso tópico. No aplicar en la cara, heridas, mucosas y piel irritada o sensible. No ingerir. Lavarse las manos después de su aplicación. Mantener fuera del alcance de los niños. No usar en menores de 12 años. En caso de intoxicación o de ingestión accidental, llamar al Servicio Médico de Información Toxicológica, telf: 91 562 04 20.

PVP*
17,00€

Dolores articulares propios de la **edad avanzada**

Estudiantes y trabajadores que acumulan **rigidez muscular** durante sus horas de trabajo

Dolor de **pies** por el uso de tacones y/o **piernas cansadas**

Prevenir y/o **recuperar** lesiones en **deportistas**

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

CLORURO DE MAGNESIO
comprimidos y cristalizado

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

INDICACIONES

–

Se recomienda para suplementar las dietas pobres en este elemento, para la salud del esqueleto y de la musculatura (calambres, tics, contracturas) y especialmente recomendado para población con **carencia de magnesio y estreñimiento** crónico y ocasional. Ideal para baños de magnesio[1].

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

COMPRIMIDOS: tomar 4 comprimidos al día: 2 con el desayuno y 2 con la cena.

Contenidos medios por dosis diaria de 4 comprimidos (2,2 g): magnesio 328 mg (88% VRN*).

CRISTALIZADO: tomar 1 cucharadita de postre rasa al día (1 dosis de 2,5 g). Este alimento puede tomarse con agua o zumos.

Contenidos medios por dosis diaria de 1 cucharadita de postre (2,5 g): magnesio 296 mg (79% VRN*).

INGREDIENTES

–

COMPRIMIDOS: cloruro de magnesio, carbonato de magnesio, antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos).

CRISTALIZADO: cloruro de magnesio cristalizado.

PRESENTACIÓN

–

Bote de 147 comprimidos - CN 179649.3 · EAN 8436000680119
Bote de 400 g - CN 179654.7 · EAN 8436000680072

[1] Ver tabla de Magnesioterapia
*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

Asegúrese que el envase queda bien cerrado y en un lugar fresco y seco, para evitar que el producto cambie su aspecto (a líquido o apelmazado). Si esto ocurre, las características organolépticas y terapéuticas del producto siguen siendo las mismas. No indicado para personas con acidez de estómago, reflujo, etc. En estos casos, se recomienda tomar el Carbonato de Magnesio.

PVP** 7,90€

PVP** 14,75€

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

CARBONATO DE MAGNESIO
polvo y comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

INDICACIONES

Se recomienda en casos de **estreñimiento moderado,** para **contrarrestar la acidez**, en el **tratamiento de la hernia de Hiato.** También está indicado en casos de mayor riesgo de déficit de magnesio (embarazo, lactancia, pubertad, ansiedad, etc.), para suplementar las dietas pobres en este elemento, para la salud del esqueleto y de la musculatura (calambres, tics, contracturas) y especialmente recomendado para población con **carencia de magnesio y sensibilidad digestiva.**

MODO DE EMPLEO, según VRN*

COMPRIMIDOS: tomar de 2 a 3 comprimidos al día, repartidos en las principales comidas.

Contenidos medios por dosis diaria de
2 comprimidos (1,5 g): magnesio 249 mg (66% VRN*).
3 comprimidos (2,25 g): magnesio 374 mg (100% VRN*).

POLVO: tomar 2 cucharaditas de café rasas al día (2 dosis de 0,6 g cada una), repartidas entre mañana y noche. Este alimento puede tomarse con agua, zumos o yogur.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 cucharaditas de café (1,2 g): magnesio 289 mg (77% VRN*).

INGREDIENTES

COMPRIMIDOS: carbonato de magnesio, agente de carga (celulosa microcristalina), antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos).

POLVO: carbonato de magnesio (100%).

PRESENTACIÓN

Bote de 75 comprimidos - CN 179651.6 · EAN 8436000680324
Bote de 130 g - CN 197405.1 · EAN 8436000683004
Si no se tiene acidez, se recomienda tomar con zumos de limón, naranja, yogur o cualquier alimento ácido.

PVP** 11,45€

PVP** 8,60€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MAG-MAST®
sabor nata
comprimidos masticables

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

INDICACIONES

–

Antiácido natural recomendado en casos de **acidez gástrica.** En un práctico **formato bolsillo.**

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar de 2 a 3 comprimidos al día después de las comidas en caso de acidez.

Contenidos medios por dosis diaria de:
2 comprimidos (1,35 g): magnesio 188 mg (50% VRN*).
3 comprimidos (2 g): magnesio 282 mg (75% VRN*).

INGREDIENTES

–

Carbonato de magnesio (magnesio), jarabe de glucosa, aroma de nata, antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos), edulcorante (glucósidos de esteviol).

PRESENTACIÓN

–

Dispensador de 36 comprimidos
CN 179656.1 · EAN 8436000680409

PVP**
13,30€

Indicado para personas que buscan un formato fácil de llevar, gracias al **formato "bolsillo"** y con agradable sabor a nata para contrarrestar el sabor del reflujo.

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MAGNESIO TOTAL®

sabor limón

líquido

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

INDICACIONES

–

Conjunto de 4 fuentes de magnesio en formato bebible ya diluido. El **carbonato de magnesio** es una sal inorgánica con biodisponibilidad media que ayuda a regular la acidez gástrica de forma natural. El **glicerofosfato de magnesio** es una forma de magnesio con una alta biodisponibilidad. Por su parte, el **lactato de magnesio** destaca por su elevada absorción y la ausencia de efecto laxante, lo que lo convierte en una excelente opción para un uso continuado sin molestias intestinales.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 1 cucharada sopera al día (10 ml).

Contenidos medios por dosis diaria de 1 cucharada sopera (10 ml): magnesio 334 mg (89% VRN*).

INGREDIENTES

–

Agua, carbonato de magnesio, hidróxido de magnesio, lactato de magnesio, glicerofosfato de magnesio, conservador (glicerina), aroma natural de limón, edulcorante (glucósidos de esteviol).

PRESENTACIÓN

–

Frasco de 200 ml
CN 184740.9 · EAN 8436000680126

PVP**
15,70€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

CARDIOPROTECTOR

Las **enfermedades cardiovasculares** figuran entre las principales causas de muerte en adultos en todo el mundo. Seguir una alimentación saludable y equilibrada es un **factor de prevención clave.**

Los complemento de la categoría **Cardioprotector** de Ana María Lajusticia® aportan al organismo los nutrientes necesarios para mantener el corazón y los vasos sanguíneos sanos, favoreciendo la **flexibilidad de las arterias y la disolución de las grasas.**

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA A*
La Vitamina A contribuye:
Al mantenimiento de las mucosas en condiciones normales.
Al mantenimiento de la piel en condiciones normales.
Al mantenimiento de la visión en condiciones normales.
Al funcionamiento normal del sistema inmunitario.
Al proceso de diferenciación celular.
Al metabolismo normal del hierro.

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA E*
La vitamina E contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo.

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA D*
La Vitamina D contribuye:
A la absorción y utilización normal del calcio y el fósforo.
Al mantenimiento de niveles normales de calcio en sangre.
Al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
Al funcionamiento normal de los músculos.
Al mantenimiento de los dientes en condiciones normales.
Al funcionamiento normal del sistema inmunitario.
Al proceso de división celular.

*Según el REGLAMENTO (UE) N o 432/2012 DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

LECITINA
DE SOJA
perlas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES

La lecitina es un fosfolípido que da flexibilidad a las membranas de todos los seres vivos y, también, es la molécula que esterifica el colesterol y lo conduce hacia el hígado, **reduciendo** así los **niveles de colesterol.** Además es emulsionante de las grasas, favoreciendo su digestión y su dispersión en la sangre, evitando la formación de ateromas e incluso disolviendo los ya existentes. La lecitina aporta fósforo y colina. La **colina,** entre otras funciones, es precursora de neurotransmisores involucrados en funciones cognitivas, como por ejemplo, la **memoria.**

INDICACIONES

Personas con arteriosclerosis y mala circulación arterial. Personas con problemas hepáticos y de la vesícula biliar. Estudiantes y todos los que realizan trabajo intelectual. En resumen, indicado para personas que siguen **dietas reductoras de colesterol** y como alimento para **mejorar la memoria.**

MODO DE EMPLEO

Tomar de 6 a 9 perlas al día, repartidas entre las 3 principales comidas.

Contenidos medios por dosis diaria de:
6 perlas (4,56 g): lecitina de soja 3,24 g
9 perlas (6,84 g): lecitina de soja 4,86 g

INGREDIENTES

Lecitina de **SOJA,** gelatina, humectante (glicerina).

PRESENTACIÓN

Bote de 90 perlas - CN 183515.4 · EAN 8436000680041
Bote de 300 perlas - CN 183516.1 · EAN 8436000680317

PVP**
27,25€

PVP**
12,35€

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ACEITE DE HÍGADO DE BACALAO
perlas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES

El aceite de hígado de bacalao es un suplemento de **vitamina D, A y ácidos grasos omega-3,** especialmente **EPA** y **DHA.** Los ácidos eicosapentaenoico (EPA) y docosahexaenoico (DHA) contribuyen al **funcionamiento normal del corazón.**
La vitamina D contribuye a la absorción y utilización normal del calcio y el fósforo, que favorecen la **regeneración de tejido óseo.**

INDICACIONES

Indicado para el control del colesterol y placas de ateroma. Estados de raquitismo, ceguera nocturna y cataratas.
Problemas en la piel y toda clase de mucosas (garganta, pulmones, tracto digestivo, vejiga, etc.).
Esencial para el crecimiento y mantenimiento de los huesos, principalmente en casos de riesgo de osteoporosis. Controla y regula las menstruaciones abundantes.
Se recomienda en invierno cuando la producción de vitamina D a través del sol es menor.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

Tomar 3 perlas al día, repartidas entre el desayuno y la cena.

Contenidos medios por dosis diaria de 3 perlas (2,16 g):
Aceite de hígado de bacalao 1500 mg (del cual EPA + DHA 255 mg, del cual Vitamina A 270 µg RE -34% VRN*-, del cual Vitamina D 3,2 µg -64% VRN*-), Vitamina E 30 mg α-TE (250% VRN*).

INGREDIENTES

Aceite de hígado de **BACALAO** *(Gadus spp),* gelatina, humectante (glicerina), D-alfa-tocoferol (vitamina E), antioxidantes (E 306, E 310, E 304i).

PRESENTACIÓN

Bote de 90 perlas
CN 189320.8 · EAN 8436000680263

PVP**
8,80€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MUJER

Los complementos alimenticios de la línea *Mujer* de Ana María Lajusticia® son ideales para **equilibrar los cambios hormonales** más frecuentes en la mujer y **amenizar sus síntomas** (por ejemplo, en la menopausia), **fortalecer las defensas, suplementar déficits de minerales** (como en casos de anemia) y **favorecer el bienestar general desde la adolescencia hasta la edad adulta avanzada** (dolor premenstrual, retención de líquidos y dietas de adelgazamiento).

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA E*
La vitamina E contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo.

*Según el REGLAMENTO (UE) N o 432/2012 DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ISOFLAVONAS
MAGNESIO + VITAMINA E
cápsulas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES

–

Las isoflavonas son un conjunto de sustancias de origen vegetal a las que se les atribuye **similitudes funcionales a los estrógenos,** por lo que son aconsejables en la menopausia. En algunos casos, el fin de la función menstrual puede influir en el deterioro de los tejidos, incluidos los del esqueleto. El magnesio contribuye a detener ese deterioro y la vitamina E, por su efecto antioxidante y antienvejecimiento, ayuda a mantener la elasticidad de las arterias y favorece la circulación.

INDICACIONES

–

Trastornos asociados a la **menopausia:** prevención de la osteoporosis, sofocos, sudoración excesiva, ansiedad, piel seca, cambios de humor, etc.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 1 cápsula al día, preferentemente por la mañana.

Contenidos medios por dosis diaria de 1 cápsula (0,502 g): magnesio 56,3 mg (15% VRN*), vitamina E 6,7 mg a-TE (56% VRN*), extracto de soja 100 mg, del cual isoflavonas de soja 40 mg.

INGREDIENTES

–

Carbonato de magnesio, extracto de semilla de **SOJA** *(Glycine max (L.) Merr.),* gelatina, antiaglomerante (talco), acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), antiaglomerantes (sales magnésicas de ácidos grasos, dióxido de silicio).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 30 cápsulas
CN 183892.6 · EAN 8436000680379

Contraindicado en personas con antecedentes o diagnóstico de cáncer de mama, ovario o endometrio hormonodependiente, debido a su actividad estrogénica. No se recomienda su uso en embarazo y lactancia, ya que podría influir en el desarrollo hormonal del feto o el lactante.

PVP**
12,65€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ACEITE DE ONAGRA + VITAMINA E
perlas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES

El aceite de onagra se extrae de las semillas de la planta Oenothera, comúnmente llamada onagra. Esta planta originaria de América del Norte, forma unas semillas ricas en ácidos grasos esenciales. Este aceite presenta un **acción antitrombótica,** que favorece al alivio de problemas circulatorios (varices, piernas cansadas, entre otros). También actúa como **antiinflamatorio y regulador hormonal,** siendo un complemento ideal para aliviar los síntomas del Síndrome Premenstrual (dolor, hinchazón, mastalgia, etc.). La vitamina E contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo.

INDICACIONES

En problemas asociados con la menopausia y **dolores menstruales.** También en **problemas circulatorios,** tromboflebitis y mantenimiento en buen estado de los tejidos en general.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

Tomar 2 perlas al día, preferentemente por la mañana.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 perlas (1,4 g): aceite de onagra 1000 mg, vitamina E 20 mg α-TE (167% VRN*).

INGREDIENTES

Aceite de semillas de onagra *(Oenothera biennis),* gelatina, humectante (glicerina), D-alfa-tocoferol (vitamina E).

PRESENTACIÓN

Bote de 80 perlas - **CN 207528.3 · EAN 8436000683011**
Bote de 275 perlas - **CN 185628.9 · EAN 8436000680775**

PVP**
33,90€

PVP**
12,50€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ALGAS
sabor limón
comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA

PROPIEDADES

–

Tiene un papel importante en la eliminación de líquidos y en el peristaltismo intestinal. Además, es un complemento alimenticio rico en **oligoelementos, sales minerales** (yodo, potasio, bromo, cloro, calcio, hierro, sílice), **vitaminas y provitaminas A y D.** El yodo es indispensable para la formación de las hormonas tiroideas T3 y T4, que intervienen en la combustión de los hidratos de carbono y las grasas. Su carencia conduce al bocio y a trastornos de la tiroides. También tiene un papel importante en la eliminación de líquidos y en el peristaltismo intestinal. Complementa eficazmente las dietas pobres en pescado.

INDICACIONES

–

Estados carentes de iodo y oligoelementos.
Personas que quieran **mejorar su peso y grasa corporal.** También para mejorar la **celulitis,** ya que mejora la retención de agua, es **depurativo y diurético.**
Indicado especialmente para personas con hipotiroidismo no medicado o personas que son sedentarias y tienen un metabolismo basal bajo.

MODO DE EMPLEO

–

Tomar 1 comprimido al día.
Se recomienda tomarlo con abundante agua.

Contenidos medios por dosis diaria de 1 comprimido (0,45 g): algas fucus polvo 32 mg, extracto seco de algas fucus 100 mg.

INGREDIENTES

Antiaglomerantes (celulosa microcristalina, dióxido de silicio, sales magnésicas de ácidos grasos), extracto seco de alga fucus (Fucus vesiculosus), alga fucus en polvo (F. vesiculosus), aroma de limón. Puede contener trazas de **PESCADO, CRUSTÁCEOS** y **MOLUSCOS.**

PRESENTACIÓN

–

Bote de 104 comprimidos
CN 197234.7 · EAN 8436000680140

PVP*
12,50€

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COMPLEMENTO ALIMENTICIO
A BASE DE MIEL Y HIERRO
miel

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGETARIANOS

PROPIEDADES

–

Complemento alimenticio a base de **miel fresca de romero** enriquecida con **hierro,** mineral imprescindible para la formación de la hemoglobina y de enzimas. Las necesidades de hierro varían según el género, siendo mayor en las mujeres, debido a la menstruación.
La miel fresca de romero además contiene vitaminas del grupo B, que **potencian la absorción del hierro.** El formato miel mejora el sabor y proporciona una alternativa más efectiva respecto a los suplementos más tradicionales para el tratamiento de la anemia.

INDICACIONES

–

Estados carentes de hierro (anemia ferropénica), en el crecimiento, embarazo y posparto. Personas que siguen una dieta vegetariana y baja en calorías o practican deporte.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Una cucharadita de café al día. Se recomienda ingerir junto con alimentos ricos en vitamina C.

Contenidos medios por dosis diaria de 1 cucharadita de café (4,5 g): miel de romero 4,38 g, hierro 14 mg (100% VRN*).

INGREDIENTES

–

Miel de romero, citrato férrico de amonio (hierro), agua.

PRESENTACIÓN

–

Bote de 135 g
CN 192370.7 · EAN 8436000680270

Cerrar el bote herméticamente y conservar en un lugar fresco y seco.

PVP**
14,85€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

DEFENSAS Y ENERGÍA

La sociedad actual en la que vivimos nos pide dar lo mejor de nosotros mismos las 24 horas del día. Los complementos de la categoría *Defensas y Energía* de Ana María Lajusticia® están recomendados para fortalecer el organismo en general, revitalizar el cuerpo y la mente, y reforzar el sistema inmunológico.

ÁCIDOS GRASOS
Contiene HDA* presente únicamente en la Jalea Real

PROTEÍNAS
Rica en aminoácidos esenciales

MINERALES
Hierro, calcio, sodio, zinc, etc.

JALEA REAL

HIDRATOS DE CARBONO
Simples

AGUA
Hormonas, acetilcolina, Etc.

VITAMINAS
Del grupo B, A, C, D y E

INDICACIONES

Episodios de **cansancio, fatiga o astenia primaveral. Periodos con cambios de temperatura o en personas con tendencia a resfriarse:** se estimula la producción de anticuerpos y, además, el HDA* contenido en la jalea real tiene una actividad antibiótica, fungicida y antiviral. **Épocas de exámenes o en personas que realizan trabajo intelectual:** mejora el rendimiento físico y mental gracias a la acetilcolina, neurotransmisor que mejora la memoria y el aprendizaje. **Situaciones de posibles carencias nutricionales:** actúa de refuerzo debido a su gran valor nutricional.

PROPIEDADES SALUDABLES DEL MAGNESIO**
El magnesio contribuye:
A disminuir el cansancio y la fatiga.
Al equilibrio electrolítico.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
Al funcionamiento normal de los músculos.
A la síntesis proteica normal.
A la función psicológica normal.
Al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
Al mantenimiento de los dientes en condiciones normales.
Al proceso de división celular.

PROPIEDADES SALUDABLES DE LA VITAMINA C**
La vitamina C contribuye:
A la formación normal de proteínas, entre ellas el Colágeno, para el funcionamiento normal de los cartílagos, vasos sanguíneos, huesos, encías, piel y dientes.
Al metabolismo energético normal.
Al funcionamiento normal del sistema nervioso.
A la función psicológica normal.
Al funcionamiento normal del sistema inmunitario.
A la protección de las células frente al daño oxidativo.
A disminuir el cansancio y la fatiga.
A regenerar la forma reducida de la vitamina E.
A mejorar la absorción del hierro.

*HDA: ácido 10-hidroxidecanoico. **Según el REGLAMENTO (UE) N o 432/2012 DE LA COMISIÓN de 16 de mayo de 2012.

JALEA REAL

FORTALECE TU ORGANISMO Y RECUPERA TU VITALIDAD

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

	Equinácea con Magnesio	Jalea Real con Magnesio	Jalea Real con Vitamina C	Jalea Real con Miel	Jalea Real liofilizada	Ginseng con Jalea Real
Jalea Real		✓	✓	✓	✓	✓
HDA*		4%	4%	1,7%	4%	4%
Contiene	Magnesio	Magnesio	Vitamina C	Miel fresca de romero		Ginseng
Propiedades	Acción inmunoprotectora	Energía y vitalidad. Reduce estrés. Mejora el estado de ánimo	Revitaliza el sistema inmunológico, combate la astenia estacional	Balsámicas, antisépticas y expectorantes	Protectoras y defensoras del organismo	Estimulantes y vigorizantes (extra de energía)
Formato	70 cáp.	60 cáp.	60 cáp.	135 g (líquido)	60 cáp.	60 cáp.
Posología diaria	2 o 3 cápsulas	2 o 4 cápsulas	2 cápsulas	1 o 2 cucharaditas de café	1 o 2 cápsulas	1 o 2 cápsulas
Duración envase (días)	35	30	30	30	60	60
Alérgenos**				Puede contener trazas de ALMENDRAS, AVELLANAS y NUECES		
C.N.	207913.7	197829.5	200024.7	197237.8	197973.5	197235.4
Otras características		Cápsula vegetal		Textura de miel	Cápsula vegetal	Cápsula vegetal

*HDA: ácido 10-hidroxidecanoico
**Las sustancias indicadas corresponden a los ingredientes de declaración obligatoria de acuerdo con el Reglamento 1169/2011 de información al consumidor.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

EQUINÁCEA
CON MAGNESIO
cápsulas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

La Equinácea con Magnesio contribuye al correcto funcionamiento del **sistema inmunitario,** a la vez que aporta un **plus de vitalidad** que marca la diferencia.

INDICACIONES

Ante los primeros síntomas del resfriado, en épocas de cambio de estación/estrés o, sencillamente, para ayudar al normal funcionamiento del sistema inmunitario (algo que puede hacerse periódicamente).

Dirigida a todas aquellas personas que busquen ayudar a sus defensas (excepto embarazadas, mujeres en periodo de lactancia o personas con enfermedades inmunitarias).

MODO DE EMPLEO, según VRN*

Tomar de 2 a 3 cápsulas al día, repartidas entre las principales comidas.

Contenidos medios por dosis diaria de:
2 cápsulas (1,06 g): extracto seco de Equinácea 360 mg, magnesio 101 mg (27% VRN*).
3 cápsulas (1,59 g): extracto seco de Equinácea 540 mg, magnesio 152 mg (40% VRN*).

INGREDIENTES

Carbonato de magnesio, extracto seco de Equinácea *[Echinacea purpurea (L.) Mönch,* partes aéreas], cápsula (hidroxipropilmetilcelulosa, colorante: óxidos e hidróxidos de hierro), gluconato de magnesio, antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos).

PRESENTACIÓN

Bote de 70 cápsulas
CN 207913.7 · EAN 8436000685602
Cerrar el bote herméticamente y conservar en un lugar fresco y seco.

PVP**
13,30€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

JALEA REAL
CON MAGNESIO
cápsulas vegetales

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGETARIANOS

PROPIEDADES

Jalea Real con Magnesio de Ana María Lajusticia® proporciona la **energía y vitalidad** necesarias para el día a día, reduce el **estrés** y mejora el **estado de ánimo.** Es estimulante, revitalizante y aumenta el **rendimiento físico e intelectual.** Gracias al aporte adicional de Magnesio contribuye a disminuir el **cansancio** y la **fatiga,** al funcionamiento normal del **sistema nervioso** y al al mantenimiento de los **huesos, músculos y dientes** en condiciones normales.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

Tomar de 2 a 4 cápsulas al día, preferiblemente por la mañana.

Contenidos medios por dosis diaria de:
2 cápsulas (1,04 g): jalea real 300 mg, magnesio 120 mg (32% VRN*).
4 cápsulas (2,08 g): jalea real 600 mg, magnesio 240 mg (64% VRN*).

INGREDIENTES

Carbonato de magnesio, jalea real liofilizada, cápsula (hidroxipropilmetilcelulosa, colorante: óxidos e hidróxidos de hierro), agente de carga (celulosa microcristalina), antiaglomerantes (sales magnésicas de ácidos grasos, dióxido de silicio).

PRESENTACIÓN

Bote de 60 cápsulas
CN 197829.5 · EAN 8436000683042

Cerrar el bote herméticamente y conservar en un lugar fresco y seco.

PVP**
17,25€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

JALEA REAL
CON VITAMINA C
cápsulas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGETARIANOS

PROPIEDADES

Combate el **cansancio,** el **decaimiento** y la **falta de energía** con la Jalea Real y revitaliza tu **sistema inmunológico** con el aporte adicional de Vitamina C, ya que es antimicrobiana. **Jalea Real con Vitamina C** de Ana María Lajusticia® es el compuesto ideal para el funcionamiento normal del sistema inmunitario. Actúa como **reconstituyente,** combate la **astenia estacional** y disminuye el cansancio y la fatiga, entre otros.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

Tomar 2 cápsulas al día, preferiblemente por la mañana.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 cápsulas (0,983 g): jalea real 560 mg, vitamina C 24 mg (30% VRN*).

INGREDIENTES

Jalea real liofilizada, cápsula (hidroxipropilmetilcelulosa, colorante: óxidos e hidróxidos de hierro), antiaglomerantes (talco, sales magnésicas de ácidos grasos, dióxido de silicio), almidón de maíz, ácido L-ascórbico (vitamina C).

PRESENTACIÓN

Bote de 60 cápsulas
CN 200024.7 · EAN 8436000683585

Cerrar el bote herméticamente y conservar en un lugar fresco y seco.

PVP**
18,55€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COMPLEMENTO ALIMENTICIO
A BASE DE MIEL Y JALEA REAL
cápsulas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGETARIANOS

PROPIEDADES

–

La Jalea Real es rica en vitaminas del grupo B, hierro, fósforo y calcio, de vital importancia en los procesos metabólicos y para el correcto equilibrio del organismo. Tiene un papel destacado en la estructura de los huesos, cartílagos y tejido conjuntivo.
Contiene 1,7% de ácido hidroxidecanoico (HDA), único de la Jalea Real, lo que le confiere **propiedades protectoras y defensivas** del organismo. Es revitalizante y tónico general.
Aporta miel fresca de romero, con **propiedades balsámicas, antisépticas y expectorantes.**

MODO DE EMPLEO

–

Tomar 1 o 2 cucharaditas de café al día, preferentemente por las mañanas.

Contenidos medios por dosis diaria de:
1 cucharadita de café (4,5 g): miel de romero 4,14 g, jalea real fresca 360 mg.
2 cucharaditas de café (9 g): miel de romero 8,28 g, jalea real fresca 720 mg.

INGREDIENTES

–

Miel de romero, jalea real fresca. Puede contener trazas de frutos de cáscara (**ALMENDRAS, AVELLANAS** y **NUECES**).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 135 g
CN 197237.8 · EAN 8436000680188

Cerrar el bote herméticamente y conservar en un lugar fresco y seco.

PVP*
17,00€

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

JALEA REAL
LIOFILIZADA
cápsulas vegetales

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGETARIANOS

PROPIEDADES

–

La Jalea Real es rica en vitaminas del grupo B, hierro, fósforo y calcio, de vital importancia en los procesos metabólicos y para el correcto equilibrio del organismo. Tiene un papel destacado en la estructura de los huesos, cartílagos y tejido conjuntivo.
Contiene ácido hidroxidecanoico (HDA), único de la Jalea Real, lo que le confiere **propiedades protectoras y defensivas** del organismo. Es revitalizante y tónico general.
Al someter la Jalea Real a un proceso de liofilización, se consigue un prodcuto **tres veces más concentrado que la jalea real fresca,** con un **4% de HDA.**

MODO DE EMPLEO

–

Tomar 1 o 2 cápsulas al día, preferentemente por la mañana.

Contenidos medios por dosis diaria de:
1 cápsula (0,475 g): jalea real 300 mg.
2 cápsulas (0,95 g): jalea real 600 mg.

INGREDIENTES

–

Jalea real liofilizada, cápsula (hidroxipropilmetilcelulosa, colorante: óxidos e hidróxidos de hierro), antiaglomerantes (talco, sales magnésicas de ácidos grasos, dióxido de silicio), almidón de maíz

PRESENTACIÓN

–

Bote de 60 cápsulas
CN 197973.5 · EAN 8436000680171

PVP*
19,90€

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

GINSENG
CON JALEA REAL
cápsulas vegetales

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGETARIANOS

PROPIEDADES
–

El Ginseng con Jalea Real, por su riqueza en vitaminas del grupo B (B1, B2, B3 y B6), es estimulante y tónico en general. Una combinación perfecta de nutrientes con múltiples propiedades beneficiosas que ayudan a complementar la dieta.

MODO DE EMPLEO
–

Tomar de 1 a 2 cápsulas al día, preferiblemente por la mañana.

Contenidos medios por dosis diaria de:
1 cápsula (0,495 g): ginseng 200 mg, jalea real 200 mg.
2 cápsulas (0,99 g): ginseng 400 mg, Jalea real 400 mg.

INGREDIENTES
–

Extracto de hoja de ginseng (Panax ginseng), jalea real liofilizada, cápsula (hidroxipropilmetilcelulosa, colorante: óxidos e hidróxidos de hierro).

PRESENTACIÓN
–

Bote de 60 cápsulas
CN 197235.4 · EAN 8436000680195

PVP*
21,90€

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

VITAMINAS

Los complementos de la categoría *Vitaminas* de Ana María Lajusticia® son ideales para **mantener un ritmo de vida saludable,** reforzar el sistema inmunológico, tonificar el sistema nervioso, mejorar el estado de la piel y mucosas, prevenir el deterioro cognitivo, favorecer la concentración, incrementar la tolerancia al estrés, complementar dietas vegetarianas o veganas y **compensar cualquier déficit nutritivo de la manera más natural.**

LEVADURA DE CERVEZA
comprimidos

SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

–

Una de las fuentes más ricas en **vitaminas del grupo B** y en proteínas de alto valor biológico. Contiene aminoácidos esenciales, indispensables para la vida humana y necesarios para la producción de los glóbulos rojos y blancos. Además de contener fibra, minerales y probióticos.

INDICACIONES

–

Depurativo de la sangre. Al ser rica en fibra, ayuda a **prevenir el estreñimiento** y la digestión y participa en la **reconstrucción de la flora intestinal.** Indicado durante el crecimiento, en la tercera edad, estados de **agotamiento,** físico y psíquico, y en los **problemas de la piel y mucosas**. Embarazo, convalecencia, estados de ansiedad, anemias, etc. **Complemento para las dietas vegetarianas** y las carentes en vitamina B y E. También para deportistas por su fuente natural de energía.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar de 4 a 8 comprimidos al día, repartidos en las principales comidas.

LEVADURA DE CERVEZA:
Contenidos medios por dosis diaria de:
4 comprimidos (3 g): levadura de cerveza 3 g
8 comprimidos (6 g): levadura de cerveza 6 g

LEVADURA DE CERVEZA CON GERMEN DE TRIGO Y TIAMINA:
Contenidos medios por dosis diaria de:
4 comprimidos (3,4 g): levadura de cerveza 2 g, germen de trigo 0,41 g, tiamina 0,25 mg (22 % VRN*).
8 comprimidos (6,8 g): levadura de cerveza 4 g, germen de trigo 0,82 g, tiamina 0,50 mg (45% VRN*).

INGREDIENTES

–

LEVADURA DE CERVEZA: levadura de cerveza inactivada (contiene **SULFITOS, CEBADA, TRIGO**).

LEVADURA DE CERVEZA CON GERMEN DE TRIGO Y TIAMINA: levadura de cerveza inactivada (contiene **SULFITOS, CEBADA** y **TRIGO**), agente de carga (celulosa microcristalina), germen de **TRIGO**, antiaglomerantes (sales magnésicas de ácidos grasos y dióxido de silicio), clorhidrato de tiamina (tiamina), ácido nicotínico, riboflavina.

PRESENTACIÓN

–

Levadura de cerveza:
Bote de 80 comprimidos - **CN 197238.5** · **EAN 8436000680218**
Bote de 280 comprimidos - **CN 197239.2** · **EAN 8436000680362**
Levadura de cerveza con germen de trigo y tiamina:
Bote de 80 comprimidos - **CN 192020.1** · **EAN 8436000680225**

PVP** 11,00€

PVP** 18,55€

PVP** 10,00€

*VRN: valores de referencia de nutrientes. **Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ESPIRULINA
comprimidos

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

La espirulina es un alimento **rico en vitaminas, minerales** y proteínas de alto valor biológico. La clorofila también tiene **propiedades de desintoxicación,** uniéndose a las toxinas y a los metales pesados, eliminándolos del organismo.

INDICACIONES

Por su elevada proporción en minerales, proteínas y vitaminas, constituye un suplemento alimenticio para deportistas, ancianos, niños, etc.
Favorece la acción peristáltica **aliviando el estreñimiento** y normalizando la secreción de ácidos digestivos, apaciguando así el tracto digestivo (clorofila).
Recomendado para personas que siguen una **dieta vegetariana** y **baja en calorías.**

MODO DE EMPLEO

Tomar de 6 a 8 comprimidos al día, repartidos entre las principales comidas.

Contenidos medios por dosis diaria de:
6 comprimidos (2,4 g): espirulina 2142 mg
8 comprimidos (3,2 g): espirulina 2856 mg,

INGREDIENTES

Alga Espirulina *(Spirulina maxima)* en polvo, antiaglomerantes (fosfato dicálcico, fosfato tricálcico). Puede contener **SULFITOS**.

PRESENTACIÓN

Bote de 160 comprimidos
CN 198319.0 · EAN 8436000680157

PVP*
14,40€

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ANA MARIA LAJUSTICIA

amlsport®

VADEMÉCUM

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ANA MARIA LAJUSTICIA amlsport®

La marca amlsport® nace de la experiencia de más de 30 años de Ana María Lajusticia® al observar, a lo largo del tiempo, a muchos deportistas de entre 25 y 55 años con problemas dolorosos, muchas veces ocasionados por un desgaste sufrido en la práctica del deporte y una incorrecta alimentación.

Los complementos alimenticios amlsport® tienen como objetivo ayudar a mejorar el rendimiento, manteniendo en perfectas condiciones cartílagos, tendones, ligamentos, huesos, músculos... y prevenir futuros problemas, como pueden ser lesiones que perduran en el tiempo, debido a esa falta de mantenimiento que no se le ha hecho a nuestro esqueleto.

Porque cuando caminas, corres, saltas, nadas o pedaleas, no lo haces sólo con los pies... lo haces con tus tobillos, tus rodillas, tus brazos, con tu columna vertebral... amlsport® es el complemento perfecto para poder desarrollar cualquier actividad física sin hacer sufrir a ninguna de tus articulaciones.

Un consejo...

Un buen ejercicio físico empieza por una correcta alimentación a base de proteínas, hidratos de carbono, vitaminas y minerales en las tres principales comidas.

RUTINA DE SUPLEMENTACIÓN amlsport®

Desayuno	Antes de empezar	Durante	Para recuperar	Cena
1 y 1/2 cucharadita de **Colágeno con Magnesio + Vit. C + Vit. B1, B2 y B6** con agua, limonada o zumo natural.	1 sobre de **Magnesio Total® Gel**	1 sobre de **Glucomag®** + 1 cápsula de **Sales Minerales**	1 cápsula de **Sales Minerales**	1 y 1/2 cucharadita de **Colágeno con Magnesio + Vit. C + Vit. B1, B2 y B6** con agua, limonada o zumo natural.

PARTNER OFICIAL DE:

SPORT HG
www.sporthg.com

Sigue a través de nuestras redes sociales a nuestro equipo de Trail running:

@amlsport

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COLÁGENO CON MAGNESIO

Las combinaciones de Colágeno con Magnesio y vitaminas C y B son los aliados ideales para garantizar un buen rendimiento deportivo.

El **colágeno** es el componente principal de nuestras articulaciones, tendones, ligamentos, músculos y huesos.

El **magnesio** y la **vitamina C** potencian la síntesis de proteínas y la formación de nuevo colágeno.

Las **vitaminas del complejo B** contribuyen a disminuir el cansancio y la fatiga.

La toma diaria de suplementos de colágeno con magnesio de amlsport® garantiza un correcto equilibrio proteico, mineral y vitamínico para fortalecer las articulaciones, huesos y músculos de los deportistas y mejorar su recuperación post-entreno.

INDICACIONES

Rotura de ligamentos, tendinitis, sobrecarga muscular, mantenimiento en perfectas condiciones de tendones, ligamentos, huesos y músculos. Artrosis y osteoporosis, deterioro de la piel, rotura de vasos sanguíneos (hematomas espontáneos), caída del cabello y uñas frágiles.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COLÁGENO
CON MAGNESIO
comprimidos

SIN GLUTEN
SIN LACTOSA

PVP**
15,25€

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar de 6 a 9 comprimidos al día, repartidos en el desayuno y la cena.
Se recomienda ingerir los complementos junto con alimentos ricos en vitamina C.

Contenidos medios por dosis diaria de:
6 comprimidos (4,3 g): colágeno hidrolizado 3,6 g, magnesio 169 mg (45% VRN*).
9 comprimidos (6,5 g): colágeno hidrolizado 5,4 g, magnesio 254 mg (68% VRN*).

INGREDIENTES

–

Colágeno hidrolizado, carbonato de magnesio, hidróxido de magnesio, antiaglomerantes (talco, sales magnésicas de ácidos grasos).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 270 comprimidos
CN 177489.7 · EAN 8436000680492

El formato **comprimidos** está pensado para aquellas personas que busquen un formato rápido de tomar y fácil de transportar.

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COLÁGENO
CON MAGNESIO + VIT.C + VIT.B1, B2 y B6
polvo | sabor fresa

SIN GLUTEN
SIN LACTOSA

PVP*
25,50€

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 3 cucharaditas de postre al día, repartidas en las principales comidas. Puede tomarse con líquidos y también con purés de frutas, yogur, etc.

Contenidos medios por dosis diaria de 3 cucharaditas de postre (7,5 g):
Colágeno hidrolizado 5,2 g, magnesio 227 mg (61% VRN*), vitamina C 24 mg (30% VRN*), tiamina 0,33 mg (30% VRN*), riboflavina 0,41 mg (29% VRN*) y vitamina B6 0,42 mg (30% VRN*).

INGREDIENTES

–

Colágeno hidrolizado, aroma natural de fresa, carbonato de magnesio, acidulantes (ácido cítrico, ácido tartárico [L(+)–]), ácido L-ascórbico (vitamina C), edulcorante (glucósidos de esteviol procedentes de estevia), antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (tiamina), riboflavina (riboflavina).
A base de colágeno hidrolizado de fácil asmiliación.

PRESENTACIÓN

–

Bote de 350 g
CN 185068.3 · EAN 8436000680744

El formato en **polvo** es ideal para añadirlo a alimentos líquidos como agua o zumos, o a semisólidos como el yogur o purés de frutas, aportando un agradable sabor a fresa.

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

COLÁGENO
CON MAGNESIO + VIT. C
polvo | sabor fresa

SIN GLUTEN
SIN LACTOSA

PVP*
14,00€

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar de 1 a 2 sticks al día repartidos en el desayuno y la cena. Mezclados con yogurt o diluidos en agua o cualquier otro líquido.

Contenidos medios por dosis diaria de:
1 stick (5 g): colágeno hidrolizado 3,6 g, magnesio 173 mg (46% VRN*) y vitamina C 39 mg (49% VRN*).
2 sticks (10 g): colágeno hidrolizado 7,2 g, magnesio 346 mg (92% VRN*) y vitamina C 78 mg (98% VRN*).
1 stick equivale a 6 comprimidos de colágeno con magnesio.

INGREDIENTES

–

Colágeno hidrolizado, carbonato de magnesio, aroma natural de fresa, acidulantes (ácido cítrico, ácido tartárico [L(+)-]), ácido L-ascórbico (vitamina C), edulcorante (glucósidos de esteviol). A base de colágeno hidrolizado de fácil asimilación.

PRESENTACIÓN

–

Estuche de 20 sticks de 5 g
CN 177488.0 · EAN 8436000680621

El **stick,** con sabor fresa, es un formato de bolsillo que te permite llevar tu dosis de colágeno a cualquier lugar.

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.
Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MAGNESIO

¿Sabías que el **magnesio** es una pieza clave en la obtención de energía?
Está involucrado en multitud de procesos, entre ellos: el metabolismo energético, la síntesis proteica, la síntesis y degradación de ácidos grasos, la contracción y relajación muscular, la regulación del tejido óseo y el funcionamiento del sistema nervioso. Por ello, resulta esencial en la dieta del deportista.

Cuando el cuerpo no dispone de las reservas necesarias, empieza a emitir pequeñas señales de alarma que, en caso de ser ignoradas, pueden llegar a limitar tu rendimiento.

La suplementación de magnesio en deportistas contribuye a evitar problemas musculares como **calambres y contracturas**, así como disminuir el **cansancio** y la **fatiga** causados por el ejercicio físico.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

MAGNESIO TOTAL®

gel | sabor limón

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

–

Conjunto de dos fuentes de **magnesio** (citrato y gluconato de magnesio) con alta biodisponibilidad para mejorar el rendimiento del deportista, su recuperación y evitar lesiones.

INDICACIONES

–

Indicado para deportistas que tienen una actividad y desgaste muscular intenso o para personas que tienden a tener contracturas o calambres de forma recurrente.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 1 sobre bebible (20 ml) antes, durante y/o después de la práctica del ejercicio físico.
1 sobre bebible (20 ml) aporta el 47% de los VRN* de magnesio.

Contenidos medios por dosis diaria de 1 sobre bebible (20 ml): magnesio 177 mg (47% VRN*).

INGREDIENTES

–

Agua, gluconato de magnesio, citrato de magnesio, conservador (glicerina), gelificante (goma xantana), conservador (sorbato potásico), aroma natural, edulcorante (sucralosa).

PRESENTACIÓN

–

Estuche con 12 sobres bebibles
CN 184414.9 · EAN 8436000680768

PVP*
22,00€

El formato de **sobre bebible** facilita el transporte y la toma rápida incluso durante el ejercicio.

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

GLUCOMAG®

gel | sabor limón

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

PROPIEDADES

–

Glucomag® es una combinación de **carbohidratos de absorción rápida y media**, formulada para mejorar el rendimiento del deportista y facilitar su recuperación.
Aporta maltodextrina (70%), que proporciona de manera instantánea un nivel adecuado de glucosa en sangre. Además, aporta fructosa (30%), que permite la obtención de energía a medio plazo y el almacenamiento de glucógeno hepático.
Contiene también **magnesio** y **potasio** para evitar calambres, contracturas y las posibles molestias que pueda sufrir el deportista durante el ejercicio.

INDICACIONES

–

La proporción 70/30 es ideal para aportar energía instantánea y sostenida al deportista en actividades de media y larga duración.

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

tomar 1 sobre de gel (30 ml) durante la actividad física.
1 sobre bebible (30 ml) aporta el 50% de los VRN* de magnesio.

Contenidos medios por dosis diaria de 1 sobre bebible (20 ml): magnesio 187 mg (50% VRN*).

Información nutricional	Por 30 ml (1 sobre)
Hidratos de carbono de los cuales maltodextrina de los cuales fructuoso	23 g 16 g 6,9 g
Potasio	381 mg (19% VRN*)
Magnesio	187 mg (50% VRN*)

INGREDIENTES

–

Agua, maltodextrina, fructosa, sales magnésicas de ácido cítrico, carbonato de potasio, acidulante (ácido cítrico), gelificante (carboximetilcelulosa sódica), conservador (glicerina), aroma natural de limón, conservador (sorbato potásico), conservador (benzoato sódico).

PRESENTACIÓN

–

Estuche con 10 sobres bebibles
CN 186587.8 · EAN 8436000680782

PVP*
18,95€

El formato de **sobre bebible** facilita el transporte y la toma rápida incluso durante el ejercicio.

*Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

SALES

Durante el ejercicio físico se pierden electrolitos a través del sudor, que deben reponerse para evitar deshidratación y minimizar sus efectos, tales como, calambres musculares, estrés por calor y fatiga.

Cuando se practica ejercicio de larga duración es importante reponer estos electrolitos, así como aportar al organismo las vitaminas involucradas en regeneración de tejidos, recuperación muscular y procesos metabólicos del glucógeno y proteínas.

INDICACIONES

Indicado para cualquier tipo de deportista, especialmente durante y después de la practica del ejercicio intenso o de larga duración, para reducir el riesgo de calambres musculares, estrés por calor y fatiga.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

SALES MINERALES

cápsulas

SIN GLUTEN · SIN LACTOSA · APTO VEGANOS

MODO DE EMPLEO, según VRN*

–

Tomar 1 cápsula cada 90 minutos de ejercicio intenso, acompañada de 100 ml de agua. Se recomienda no tomar más de 10 cápsulas al día.

Contenidos medios por dosis diaria de 2 cápsulas (1,50 g): potasio 298 mg (15% VRN*), sodio 142 mg **, magnesio 74,8 mg (20% VRN*), silicio 8,0 mg **, vitamina E 2,4 mg α-TE (20% VRN*), vitamina D 4,8 µg (95% VRN*), vitamina B12 0,50 µg (20% VRN*), vitamina B6 0,21 mg (15% VRN*), tiamina 0,22 mg (20% VRN*).

INGREDIENTES

–

Cloruro de potasio, cloruro de sodio, carbonato de magnesio, cápsula (hidroxipropilmetilcelulosa), antiaglomerante (talco), dióxido de silicio, acetato de DL-alfa-tocoferilo (vitamina E), colecalciferol (vitamina D), cianocobalamina (vitamina B12), clorhidrato de piridoxina (vitamina B6), clorhidrato de tiamina (tiamina).

PRESENTACIÓN

–

Bote de 25 cápsulas
CN 183518.5 · EAN 8436000680690

PVP*
9,70€

*VRN: valores de referencia de nutrientes.
** Valores de referencia de nutrientes no establecidos.
***Precio de venta al público recomendado para Península y Baleares.

Esta información va dirigida exclusivamente al profesional sanitario o de salud.

ÍNDICE
PUBLICACIONES
ARTICULACIONES
EQUILIBRIO EMOCIONAL
SUEÑO
RELAJACIÓN MUSCULAR
CARDIOPROTECTOR
MUJER
DEFENSAS Y ENERGÍA
VITAMINAS
amlsport®

ANA MARIA LAJUSTICIA

amlsport®

Síntomas más frecuentes en el deportista	COLÁGENO CON MAGNESIO	MAGNESIO TOTAL® GEL	SALES MINERALES
Recuperación muscular	●	●	●
Manteniemiento/ Aumento masa muscular	●		
Calambres		●	●
Fatiga	●	●	●
Tics		●	●
Deshidratación			●
Déficit de energía durante el ejercicio			
Cansancio después de la jornada	●	●	
Contracturas		●	
Sobrecarga muscular	●	●	
Bajadas de azúcar			
Temblores		●	●
Ansiedad		●	
Hormigueo		●	●
Sudoración			●
Vómitos			●
Diarrea			●

Versión actualizada: 11.04.25