

# Oggi si beve cloruro di magnesio... ma con succo d'uva!

*Lo conoscete il cloruro di magnesio?*

Il magnesio è un minerale. E' presente nel cacao, nella frutta secca, nei frutti di mare, nelle fave, nei fagioli, nella crusca, nell'orzo... insomma in alimenti un pochino trascurati.

La carenza di magnesio è causa di molti malesseri: dall'area psichica, all'area muscolare, all'area cardiovascolare, e a molte altre.

La carenza di magnesio è causa di molti malesseri... dall'area psichica, all'area muscolare, all'area cardiovascolare, e a molte altre.

Questa carenza può essere semplicemente risolta con l'assunzione di un integratore: "il cloruro di magnesio". Un sale acquistabile con una minima spesa tranquillamente in qualsiasi farmacia, esattamente come faccio io da tempo. E' sufficiente scioglierne 25/30 gr. in un litro d'acqua e berne mezzo bicchiere una volta al giorno.

Ahimè, il sapore non è dei migliori, ma basta diluirlo con del succo di frutta, e il gioco è fatto! Oggi me ne sono preparata un bicchiere diluendolo con del succo d'uva! ☐

Molte le sue proprietà: purifica il sangue, aumenta il tono immunitario e contribuisce al corretto funzionamento della maggior parte degli apparati del nostro corpo, insomma, mantiene giovani! ☐ Già nei primi anni del 1900 i medici francesi *P. Delbet* e *A. Neveu*, ne sperimentarono l'uso con ottimi risultati!

*Non vi resta che provare...*