

agua  
**esencial**<sup>®</sup>

Alcalinizate e  
**Hidratate**  
de forma inteligente

*#revolucion alcalina*



[www.esencial.cl](http://www.esencial.cl)

## Descripción del producto

1. Nombre y Marca Registrada: Agua Esencial
2. Producto: Agua Alcalina
3. Composición: H<sub>2</sub>O (Agua) + Magnesio
4. pH 8,3 - 8,5



## Tabla Nutricional

LIBRE DE SODIO

### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Porción: 1 vaso (200 ml)  
Porciones por envase: Aproximado 2.5

100 ml	1 Porción		
Energía (kcal)	0,0		0,0
Proteínas (g)	0,0		0,0
Grasa total (g)	0,0		0,0
H de C dis (g)	0,0		0,0
Azúcares total (g)	0,0		0,0
Sodio (mg)	<1,0		< 4,0
Calcio (mg)	5		10
Magnesio (mg)	5		10

Calorías 0 0%	Azúcares totales 0.0g 0%	Grasas 0.0g 0%	Grasas saturadas 0.0g 0%	Sodio 2mg 0%
/ en base a 2000 kcal	/ en base a 2000 kcal	/ en base a 2000 kcal	/ en base a 2000 kcal	/ en base a 2000 kcal

agua  
alcalina

**esencial**

pH  
8.5

500cc

## Efectos sobre la salud

- ✔ **Inhalación**  
No se presentan daños a la salud por la inhalación
- ✔ **Ingestión**  
No se presentan daños a la salud por la ingestión
- ✔ **Contacto con la piel**  
No se presentan daños a la salud por contacto
- ✔ **Contacto con los ojos**  
No causa irritación
- ✔ Al ser alcalina, ayuda a nivelar el pH natural del cuerpo
- ✔ Las aguas alcalinas deben tener un pH por encima de 7.5, este valor se genera gracias al nivel de minerales que posea esta agua. En caso de nuestra “Agua Esencial” utilizamos una dosis de “Magnesio” para lograr la alcalinidad. El magnesio entrega múltiples beneficios para la salud entre ellos esta:
- ✔ Aumentar el rendimiento en el ejercicio, es eficaz contra la diabetes, puede reducir la presión arterial, entre otros beneficios.





## Fundamentos y Pruebas

### ✓ Función del magnesio en el organismo

Según Ancient Minerals, el magnesio es uno de los seis macro-minerales esenciales que constituyen el 99% del contenido mineral del cuerpo. Este contribuye a la construcción de los huesos y al buen funcionamiento de los nervios.



Además, es esencial para realizar las siguientes actividades.

- ✓ Producción de energía a partir del consumo de los alimentos.
- ✓ Desglose de glucosa y grasa.
- ✓ Producción de proteínas, enzimas y antioxidantes.
- ✓ Creación de ADN y ARN
- ✓ Regulación de producción de colesterol

### ✓ Beneficios del magnesio en la salud

El sitio Authority Nutrition comparte algunos de los beneficios que puedes obtener al tomar agua alcalina. Como mencionamos al principio, nuestra agua presenta magnesio como uno de sus componentes principales.

#### Rendimiento deportivo

---

Mientras estás realizando actividad física, tu cuerpo necesita entre un 10-20% más de magnesio que cuando estás descansando.

El magnesio ayuda a mover el azúcar de la sangre a los músculos y eliminar el ácido láctico causante del dolor post-ejercicio. Esto es gracias a su influencia en la contracción y relajación de los músculos.

Algunos estudios han demostrado que complementar la dieta con este mineral puede incrementar el rendimiento físico para los atletas. También tiene la capacidad de reducir los niveles de estrés, la manifestación de calambres, agotamiento y lesiones.



## Fundamentos y Pruebas

### Lucha contra la depresión y migrañas

---

El magnesio tiene un rol importante en el funcionamiento del cerebro y el estado de ánimo. por lo tanto, el tener niveles bajos del mismo en el organismo puede aumentar el riesgo de padecer depresión.

En un estudio presentado por Ancient Minerals, se observó un resultado positivo en personas adultas con depresión, quienes al consumir 450mg de magnesio mostraron una mejora en su estado de ánimo.

Esto es gracias a que el magnesio produce serotonina, una sustancia química que funciona como neurotransmisor para levantar el ánimo. Además, puede ayudar a prevenir y tratar las migrañas causadas por bajos niveles de magnesio.

### Regulación de la presión sanguínea

---

El magnesio tiene un rol importante en el funcionamiento del cerebro y el estado de ánimo. por lo tanto, el tener niveles bajos del mismo en el organismo puede aumentar el riesgo de padecer depresión.

Un estudio demostró cómo el magnesio ayuda a disminuir la presión sanguínea de personas con presión alta. Sin embargo, no parece mostrar un efecto significativo con niveles normales.

Adicional a esto, British Medical Journal comunicó que se ha demostrado que el magnesio intravenoso usado después de un ataque cardíaco puede reducir el riesgo de muerte.

