



GLUCONATO DE POTASIO

INGREDIENTES: Gluconato de Potasio. Excipiente c.b.p. 1 cápsula de 500mg.

El gluconato de potasio es la sal potásica que se forma por la combinación del potasio con ácido glucónico y tiene la fórmula química $C_6H_{11}KO_7$. Se utiliza como aditivo regulador de la acidez (E-577), como sustrato para levaduras o como complemento dietético, ya que se supone una buena forma de suministrar potasio.

Es la principal carga positiva en el interior de las células (junto con el sodio). Unos niveles adecuados de potasio en sangre son importantes para que las células, músculos, nervios y órganos puedan funcionar de forma adecuada. El potasio es especialmente importante para atletas que entrenan intensamente, en climas cálidos y húmedos, o aquellos que sufran cualquier otra pérdida elevada de líquido corporal. La pérdida de sudor durante el ejercicio intenso es una causa común de deficiencia de electrolitos, que desencadena la aparición de la fatiga e incluso calambres musculares severos.

El gluconato de potasio se utiliza como una fuente de potasio para prevenir las carencias de este mineral. Suele recomendarse que las personas activas y deportistas tomen complementos de potasio dentro de una fórmula multimineral. Los productos que contienen cantidades adecuadas de potasio pueden ayudar a mantener el equilibrio electrolítico y a mantener la presión arterial en niveles normales.

Además, la utilización de bebidas recuperadoras con potasio aceleran la rehidratación y favorecen la retención del agua en el interior de las células. Por último, el potasio contribuye a mantener el funcionamiento normal del sistema nervioso y de los músculos. Por lo tanto un adecuado nivel de potasio es necesario para garantizar un buen rendimiento deportivo y para que las contracciones musculares tengan lugar de forma correcta.

El Gluconato de Potasio es un importante activador de muchas reacciones enzimáticas y es esencial para gran cantidad de funciones fisiológicas, incluso, la transmisión del impulso nervioso, la contracción de los músculos cardíaco liso y esquelético, la secreción gástrica, el funcionamiento renal, la síntesis hística y el metabolismo de los carbohidratos. Mecanismo de acción: el potasio es el catión predominante en el interior de las células y su presencia es esencial para el mantenimiento del equilibrio ácido-base, la isotonicidad y las características electrodinámicas de las células.

PRESENTACIÓN: FRASCO CON 90 CÁPSULAS DE 500mg.

MODO DE USO: Tomar 1 cápsula con cada comida (3 al día).

La ingesta de 3 cápsulas de 500mg aportan 200mg de GLUCONATO DE POTASIO).

