

Foglio illustrativo: informazioni per il paziente

MAG2 1,5 g/10 ml soluzione orale **MAG2 2,25 g polvere per soluzione orale** Magnesio pidolato

Legga attentamente questo foglio prima di prendere questo medicinale perché contiene importanti informazioni per lei.

Prenda questo medicinale sempre come esattamente descritto in questo foglio o come il medico o il farmacista le ha detto di fare.

- Conservi questo foglio. Potrebbe aver bisogno di leggerlo di nuovo.
- Se desidera maggiori informazioni o consigli, si rivolga al farmacista.
- Se si manifesta uno qualsiasi degli effetti indesiderati, tra cui effetti non elencati in questo foglio, si rivolga al medico o al farmacista. Vedere paragrafo 4.
- Si rivolga al medico se non nota miglioramenti o se nota un peggioramento dei sintomi dopo un breve periodo di trattamento.

Contenuto di questo foglio:

1. Che cos'è MAG2 e a cosa serve
2. Cosa deve sapere prima di prendere MAG2
3. Come prendere MAG2
4. Possibili effetti indesiderati
5. Come conservare MAG2
6. Contenuto della confezione e altre informazioni

1. Che cos'è MAG2 e a cosa serve

MAG2 è un medicinale per uso orale che contiene come principio attivo il magnesio pidolato.

Questo medicinale si usa nel trattamento dei sintomi della carenza di magnesio, quali ad esempio: stanchezza, debolezza muscolare e crampi che possono essere causati da diverse situazioni, come stress, alimentazione non equilibrata o gravidanza. MAG2 consente un ripristino rapido della quantità di magnesio necessaria all'organismo (quota fisiologica di magnesio), garantendo un trattamento efficace della mancanza di magnesio.

Altri disturbi causati dalla mancanza di magnesio possono comprendere: irritabilità, nervosismo, disturbi a carico dello stomaco e dell'intestino, battito irregolare del cuore.

In tutti questi casi è necessario assumere magnesio per ottenere un miglioramento dei sintomi.

Per ulteriori informazioni veda il paragrafo "Note di educazione sanitaria".

Si rivolga al medico se non si sente meglio o se si sente peggio dopo un breve periodo di trattamento.

2. Cosa deve sapere prima di prendere MAG2

Non prenda MAG2

- se è allergico al magnesio pidolato o ad uno qualsiasi degli altri componenti di questo medicinale (elencati al paragrafo 6);
- se soffre di grave insufficienza renale (grave riduzione del funzionamento dei reni);
- se sta prendendo alcuni medicinali per trattare il ridotto funzionamento del cuore (terapia digitalica per lo scompenso cardiaco).

Avvertenze e precauzioni

Si rivolga al medico prima di prendere MAG2 in particolare se si trova in una delle seguenti situazioni o soffre di una delle seguenti malattie:

- se soffre anche di carenza di calcio, in quanto la carenza di magnesio deve essere corretta prima di assumere del calcio supplementare;
- se è in gravidanza (vedere “Gravidanza e allattamento”);
- se deve somministrare MAG2 ai bambini (vedere “Uso nei bambini”).
- se la funzione dei suoi reni è ridotta (insufficienza renale), in quanto può essere necessario ridurre la dose ed effettuare controlli della funzione renale e della concentrazione di magnesio nel sangue (magnesemia) (vedere “Uso nei pazienti con funzionalità renale compromessa”). Consulti il medico anche nel caso in cui tale disturbo si fosse manifestato in passato.

Tenga presente che nel corso del trattamento si potrebbe verificare un rallentamento (depressione) dell'attività cardiovascolare.

Altri medicinali e MAG2

Informi il medico o il farmacista se sta assumendo, ha recentemente assunto o potrebbe assumere qualsiasi altro medicinale.

La somministrazione di magnesio per bocca può ridurre l'assorbimento delle **tetracicline** (antibiotici); è raccomandabile quindi non somministrare contemporaneamente MAG2 e medicinali a base di tetracicline, ma di mantenere almeno 3 ore di distanza fra le due somministrazioni.

I **chinoloni** (antibiotici) devono essere somministrati almeno 2 ore prima o 6 ore dopo la somministrazione di medicinali che, come MAG2, contengono magnesio, per evitare interferenze con il loro assorbimento.

Nel caso di somministrazione concomitante di magnesio e **colecalfiferolo (vitamina D₃)** si consiglia il controllo della quantità di calcio nel sangue (calcemia) per evitare un possibile eccesso di calcio nel sangue (ipercalcemia).

Non assuma allo stesso tempo prodotti contenenti **sali di calcio o fosfati**, poiché tali prodotti impediscono l'assorbimento intestinale del magnesio. L'assunzione contemporanea di magnesio con **medicinali che agiscono sul sistema nervoso centrale (SNC)**, o con l'alcol (etanolo), può aumentare gli effetti sul sistema nervoso centrale del magnesio. In questo caso assuma MAG2 solo sotto controllo medico e nei casi di effettiva necessità.

Gravidanza e allattamento

Se è in corso una gravidanza, se sospetta o sta pianificando una gravidanza, o se sta allattando con latte materno chieda consiglio al medico o al farmacista prima di prendere questo medicinale.

MAG2 può essere usato durante la gravidanza solo se i potenziali benefici per la madre superano i potenziali rischi, compresi quelli per il feto.

Il magnesio è considerato compatibile con l'allattamento materno.

Guida di veicoli e utilizzo di macchinari

Nessuna raccomandazione particolare.

MAG2 contiene saccarosio

Se il medico le ha diagnosticato un'intolleranza ad alcuni zuccheri, lo contatti prima di prendere questo medicinale.

Ogni flaconcino o bustina monodose di soluzione di MAG2 contiene 3,5 g di saccarosio. Ogni bustina di MAG2 polvere contiene 2,985 g di saccarosio.

Se preso in accordo con la dose consigliata (vedere "Come prendere MAG2"), l'assunzione giornaliera di saccarosio corrisponde a 10,5 g per i flaconcini o le bustine monodose di soluzione e 5,97 g per le bustine di polvere. Da tenere in considerazione in persone affette da diabete mellito.

MAG2 soluzione orale contiene paraidrossibenzoati (metile paraidrossibenzoato sodico e propile paraidrossibenzoato sodico)

I flaconcini e le bustine di MAG2 contengono paraidrossibenzoati, sostanze che possono causare reazioni allergiche (anche ritardate).

MAG2 flaconcini, bustine monodose di soluzione e polvere per soluzione orale contengono meno di 1 mmol (23 mg) di sodio per flaconcino o bustina, cioè sono essenzialmente "senza sodio".

3. Come prendere MAG2

Prenda questo medicinale seguendo sempre esattamente quanto riportato in questo foglio o le istruzioni del medico o del farmacista. Se ha dubbi consulti il medico o il farmacista.

Le dosi raccomandate sono:

Adulti: 3 flaconcini o 3 bustine monodose di soluzione o 2 bustine di polvere al giorno. Assuma MAG2 a intervalli regolari durante la giornata.

Uso nei bambini: la dose corretta verrà stabilita individualmente dal medico, in rapporto alle condizioni del bambino.

Uso nei pazienti con funzionalità renale compromessa

Il suo medico potrebbe prescriverle una dose più bassa e controllare la funzione renale e la quantità di magnesio nel sangue (magnesemia). Non prenda MAG2 se soffre di grave insufficienza renale.

Attenzione: non superi le dosi indicate senza il consiglio del medico. Usi solo per brevi periodi di trattamento.

- **Flaconcini:** agiti prima dell'uso. Per aprire il flaconcino ruoti la parte superiore e la stacchi. Assuma il contenuto del flaconcino così com'è oppure lo diluisca in acqua.
- **Bustine:** sciolga il contenuto di una bustina in acqua.

Consulti il medico se il disturbo si presenta ripetutamente o se nota un qualsiasi cambiamento recente delle sue caratteristiche.

Se prende più MAG2 di quanto deve

Il sovradosaggio di magnesio orale non causa generalmente effetti tossici in un soggetto con normale funzione renale. Casi di ipermagnesemia (eccesso di magnesio del sangue) sono stati riportati solo in seguito a somministrazione di grandi quantità di magnesio durante il trattamento di pazienti con grave riduzione del funzionamento dei reni (insufficienza renale grave). I disturbi che si possono manifestare sono calo della pressione sanguigna, nausea, vomito, depressione del Sistema Nervoso Centrale, diminuzione dei riflessi, anomalie nell'elettrocardiogramma (ad esempio battito cardiaco irregolare), insorgenza di depressione respiratoria, coma, arresto cardiaco, paralisi respiratoria, mancata produzione dell'urina (sindrome anurica) e disturbi del funzionamento dei muscoli. In questi casi bisogna rivolgersi al medico, che provvederà al trattamento opportuno, che deve prevedere reidratazione, diuresi forzata e che in certi casi (insufficienza renale) potrebbe prevedere anche la dialisi (del sangue o peritoneale).

In caso di ingestione/assunzione accidentale di una dose eccessiva di questo medicinale, consulti immediatamente il medico o si rivolga al più vicino ospedale.

Se dimentica di prendere MAG2

Non prenda una dose doppia per compensare la dimenticanza della dose. Ricominci ad assumere il medicinale appena possibile.

Se interrompe il trattamento con MAG2

Nessun effetto.

Se ha qualsiasi dubbio sull'uso di questo medicinale, si rivolga al medico o al farmacista.

4. Possibili effetti indesiderati

Come tutti i medicinali, questo medicinale può causare effetti indesiderati,

sebbene non tutte le persone li manifestino.

I possibili effetti indesiderati sono di seguito elencati secondo la seguente frequenza:

Frequenza non nota (la frequenza non può essere definita sulla base dei dati disponibili)

- disturbi gastrointestinali;
- diarrea;
- dolore addominale;
- reazioni cutanee;
- ipersensibilità.

In casi eccezionali sono stati osservati episodi di allergia (intolleranza individuale) al magnesio: in questi casi si rivolga al medico che provvederà alla terapia opportuna.

Segnalazione degli effetti indesiderati

Se manifesta un qualsiasi effetto indesiderato, compresi quelli non elencati in questo foglio, si rivolga al medico o al farmacista. Lei può inoltre segnalare gli effetti indesiderati direttamente tramite il sistema nazionale di segnalazione all'indirizzo: <https://www.aifa.gov.it/web/guest/content/segnalazioni-reazioni-avverse>. Segnalando gli effetti indesiderati lei può contribuire a fornire maggiori informazioni sulla sicurezza di questo medicinale.

5. Come conservare MAG2

Conservi questo medicinale fuori dalla vista e dalla portata dei bambini.

Non usi questo medicinale dopo la data di scadenza che è riportata sulla scatola dopo "Scad.". La data di scadenza si riferisce all'ultimo giorno di quel mese.

La data di scadenza si riferisce al prodotto in confezionamento integro, correttamente conservato. Non usi se la confezione presenta segni visibili di deterioramento.

Flaconcini e bustine di soluzione orale: conservare a temperatura inferiore a 25°C.

Bustine di polvere per soluzione orale: questo medicinale non richiede alcuna condizione particolare per la conservazione.

Non getti alcun medicinale nell'acqua di scarico e nei rifiuti domestici. Chieda al farmacista come eliminare i medicinali che non utilizza più. Questo aiuterà a proteggere l'ambiente.

6. Contenuto della confezione e altre informazioni

Cosa contiene MAG2

Flaconcini e bustine di soluzione orale

- Il principio attivo è magnesio pidolato. Ogni flaconcino contiene 1,500 g di magnesio pidolato (corrispondenti a 122 mg di ione Mg⁺⁺).
- Gli altri componenti sono: **saccarosio**, aroma d'arancia, **metile paraidrossibenzoato sodico**, **propile paraidrossibenzoato sodico**, acqua depurata.

Bustine di polvere per soluzione orale

- Il principio attivo è magnesio pidolato. Ogni bustina contiene 2,250 g di magnesio pidolato (corrispondenti a 184 mg di ione Mg⁺⁺).
- Gli altri componenti sono: saccarina sodica, acido citrico monoidrato, **saccarosio**, aroma di limone.

Descrizione dell'aspetto di MAG2 e contenuto della confezione

MAG2 soluzione orale si presenta in flaconcini o bustine monodose. Il contenuto della confezione è di 20 flaconcini o bustine monodose. MAG2 in polvere per soluzione orale si presenta sotto forma di bustine monodose. Il contenuto della confezione è di 20 bustine o 40 bustine.

Titolare dell'autorizzazione all'immissione in commercio

Opella Healthcare Italy S.r.l. - Viale L. Bodio, 37/B - IT - 20158 Milano

Produttore

Flaconcini e bustine di soluzione orale:

Unither Liquid Manufacturing - Colomiers (Francia)

Bustine di polvere per soluzione orale:

Fine Foods & Pharmaceuticals N.T.M. S.p.A. - Officina di Brembate BG (Italia)

oppure

A. Nattermann & Cie GmbH - DE-50829 Colonia (Germania)

Questo foglio illustrativo è stato aggiornato il

Aprile 2022

Note di educazione sanitaria

• L'importanza del magnesio

Il magnesio è un minerale essenziale per il funzionamento dell'organismo. Il corpo umano ne contiene circa 24 grammi, di cui il 99% all'interno delle cellule.

Il magnesio è coinvolto in numerose attività dell'organismo, quali la produzione di energia e proteine, la trasmissione degli impulsi nervosi.

Come regolatore del sistema nervoso il magnesio svolge un ruolo fondamentale nella trasmissione degli impulsi nervosi, che in determinate situazioni può subire delle alterazioni (ad esempio stati di stress, alimentazione sbilanciata o gravidanza).

- **Il magnesio nella dieta**

Il magnesio è presente in molti alimenti, soprattutto cacao, mandorle, verdure verdi fresche, noci, germe di grano non macinato, mais, soia, fichi, mele, pesce, crostacei e frutti di mare.

La quantità di magnesio ingerita con i pasti è di solito sufficiente a coprire il fabbisogno dell'organismo, tuttavia la mancanza di magnesio si può sviluppare in alcuni individui (anziani, alcolisti, persone con alimentazione inappropriata), in alcune condizioni di malattia (diabete, stati di malassorbimento, malattie renali, diarrea cronica, vomito abbondante, sudorazione eccessiva), oppure a seguito di alcuni trattamenti con medicinali, principalmente con quelli che aumentano la produzione di urina (diuretici).

Foglio illustrativo: informazioni per il paziente

MAG2 2,25 g compresse effervescenti Magnesio pidolato

Legga attentamente questo foglio prima di prendere questo medicinale perché contiene importanti informazioni per lei.

Prenda questo medicinale sempre come esattamente descritto in questo foglio o come il medico o il farmacista le ha detto di fare.

- Conservi questo foglio. Potrebbe aver bisogno di leggerlo di nuovo.
- Se desidera maggiori informazioni o consigli, si rivolga al farmacista.
- Se si manifesta uno qualsiasi degli effetti indesiderati, tra cui effetti non elencati in questo foglio, si rivolga al medico o al farmacista. Vedere paragrafo 4.
- Si rivolga al medico se non nota miglioramenti o se nota un peggioramento dei sintomi dopo un breve periodo di trattamento.

Contenuto di questo foglio:

7. Che cos'è MAG2 e a cosa serve
8. Cosa deve sapere prima di prendere MAG2
9. Come prendere MAG2
10. Possibili effetti indesiderati
11. Come conservare MAG2
12. Contenuto della confezione e altre informazioni

1. Che cos'è MAG2 e a cosa serve

MAG2 è un medicinale per uso orale che contiene come principio attivo il magnesio pidolato.

Questo medicinale si usa nel trattamento dei sintomi della carenza di magnesio, quali ad esempio: stanchezza, debolezza muscolare e crampi che possono essere causati da diverse situazioni, come stress, alimentazione non equilibrata o gravidanza. MAG2 consente un ripristino rapido della quantità di magnesio necessaria all'organismo (quota fisiologica di magnesio), garantendo un trattamento efficace della mancanza di magnesio.

Altri disturbi causati dalla mancanza di magnesio possono comprendere: irritabilità, nervosismo, disturbi a carico dello stomaco e dell'intestino, battito irregolare del cuore.

In tutti questi casi è necessario assumere magnesio per ottenere un miglioramento dei sintomi.

Per ulteriori informazioni veda il paragrafo "Note di educazione sanitaria".

Si rivolga al medico se non si sente meglio o se si sente peggio dopo un breve periodo di trattamento.

2. Cosa deve sapere prima di prendere MAG2

Non prenda MAG2

- se è allergico al magnesio pidolato o ad uno qualsiasi degli altri componenti di questo medicinale (elencati al paragrafo 6);
- se soffre di grave insufficienza renale (grave riduzione del funzionamento dei reni);
- se sta prendendo alcuni medicinali per trattare il ridotto funzionamento del cuore (terapia digitalica per lo scompenso cardiaco).

Avvertenze e precauzioni

Si rivolga al medico prima di prendere MAG2 in particolare se si trova in una delle seguenti situazioni o soffre di una delle seguenti malattie:

- se soffre anche di carenza di calcio, in quanto la carenza di magnesio deve essere corretta prima di assumere del calcio supplementare;
- se è in gravidanza (vedere “Gravidanza e allattamento”);
- se deve somministrare MAG2 ai bambini (vedere “Uso nei bambini”);
- se la funzione dei suoi reni è ridotta (insufficienza renale anche non grave), in quanto può essere necessario ridurre la dose ed effettuare controlli della funzione renale e della concentrazione di magnesio nel sangue (magnesemia) (vedere “Uso nei pazienti con funzionalità renale compromessa”). Consulti il medico anche nel caso in cui tale disturbo si fosse manifestato in passato.

Tenga presente che nel corso del trattamento si potrebbe verificare un rallentamento (depressione) dell'attività cardiovascolare.

Altri medicinali e MAG2

Informi il medico o il farmacista se sta assumendo, ha recentemente assunto o potrebbe assumere qualsiasi altro medicinale.

La somministrazione di magnesio per bocca può ridurre l'assorbimento delle **tetracicline** (antibiotici); è raccomandabile quindi non somministrare contemporaneamente MAG2 e medicinali a base di tetracicline, ma di mantenere almeno 3 ore di distanza fra le due somministrazioni.

I **chinoloni** (antibiotici) devono essere somministrati almeno 2 ore prima o 6 ore dopo la somministrazione di medicinali che, come MAG2, contengono magnesio, per evitare interferenze con il loro assorbimento.

Nel caso di somministrazione concomitante di magnesio e **colecalfiferolo (vitamina D₃)** si consiglia il controllo della quantità di calcio nel sangue (calcemia) per evitare un possibile eccesso di calcio nel sangue (ipercalcemia).

Non assuma allo stesso tempo prodotti contenenti **sali di calcio o fosfati** poiché tali prodotti impediscono l'assorbimento intestinale del magnesio. L'assunzione contemporanea di magnesio con **medicinali che agiscono sul sistema nervoso centrale (SNC)**, o con l'alcol (etanolo), può aumentare gli effetti sul sistema nervoso centrale del magnesio. In questo caso assuma MAG2 solo sotto controllo medico e nei casi di effettiva necessità.

Gravidanza e allattamento

Se è in corso una gravidanza, se sospetta o sta pianificando una gravidanza, o se sta allattando con latte materno chieda consiglio al medico o al farmacista prima di prendere questo medicinale.

MAG2 può essere usato durante la gravidanza solo se i potenziali benefici per la madre superano i potenziali rischi, compresi quelli per il feto.

Il magnesio è considerato compatibile con l'allattamento materno.

Guida di veicoli e utilizzo di macchinari

Nessuna raccomandazione particolare.

MAG2 contiene

- **sorbitolo:** questo medicinale contiene 615 mg di sorbitolo per compressa effervescente. Il sorbitolo è una fonte di fruttosio. Se il medico le ha detto che lei (o il bambino) è intollerante ad alcuni zuccheri, o se ha una diagnosi di intolleranza ereditaria al fruttosio, una rara malattia genetica per cui i pazienti non riescono a trasformare il fruttosio, parli con il medico prima che lei (o il bambino) prenda questo medicinale;
- **sodio:** questo medicinale contiene circa 513 mg di sodio (componente principale del sale da cucina) per compressa effervescente. Questo equivale al 26% dell'assunzione massima giornaliera raccomandata con la dieta di un adulto. Da tenere in considerazione in persone con ridotta funzionalità renale o che seguono una dieta a basso contenuto di sodio.

3. Come prendere MAG2

Prenda questo medicinale seguendo sempre esattamente quanto riportato in questo foglio o le istruzioni del medico o del farmacista. Se ha dubbi consulti il medico o il farmacista.

Le dosi raccomandate sono:

Adulti: 2 compresse effervescenti al giorno. Assuma MAG2 a intervalli regolari durante la giornata.

Uso nei bambini: la dose corretta verrà stabilita individualmente dal medico, in rapporto alle condizioni del bambino.

Uso nei pazienti con funzionalità renale compromessa

Il suo medico potrebbe prescriverle una dose più bassa e controllare la funzione renale e la quantità di magnesio nel sangue (magnesemia). Non prenda MAG2 se soffre di grave insufficienza renale.

Attenzione: non superi le dosi indicate senza il consiglio del medico. Usi solo per brevi periodi di trattamento.

Sciogla una compressa effervescente in acqua.

Consulti il medico se il disturbo si presenta ripetutamente o se nota un qualsiasi cambiamento recente delle sue caratteristiche.

Agenzia Italiana del Farmaco

Se prende più MAG2 di quanto deve

Il sovradosaggio di magnesio orale non causa generalmente effetti tossici in un soggetto con normale funzione renale.

Casi di ipermagnesemia (eccesso di magnesio del sangue) sono stati riportati solo in seguito a somministrazione di grandi quantità di magnesio durante il trattamento di pazienti con grave riduzione del funzionamento dei reni (insufficienza renale grave). I disturbi che si possono manifestare sono calo della pressione sanguigna, nausea, vomito, depressione del Sistema Nervoso Centrale, diminuzione dei riflessi, anomalie nell'elettrocardiogramma (ad esempio battito cardiaco irregolare), insorgenza di depressione respiratoria, coma, arresto cardiaco, paralisi respiratoria, mancata produzione dell'urina (sindrome anurica) e disturbi del funzionamento dei muscoli. In questi casi bisogna rivolgersi al medico, che provvederà al trattamento opportuno, che deve prevedere reidratazione, diuresi forzata e che in certi casi (insufficienza renale) potrebbe prevedere anche la dialisi (del sangue o peritoneale).

In caso di ingestione/assunzione accidentale di una dose eccessiva di questo medicinale, consulti immediatamente il medico o si rivolga al più vicino ospedale.

Se dimentica di prendere MAG2

Non prenda una dose doppia per compensare la dimenticanza della dose. Ricominci ad assumere il medicinale appena possibile.

Se interrompe il trattamento con MAG2

Nessun effetto.

Se ha qualsiasi dubbio sull'uso di questo medicinale, si rivolga al medico o al farmacista.

4. Possibili effetti indesiderati

Come tutti i medicinali, questo medicinale può causare effetti indesiderati, sebbene non tutte le persone li manifestino.

I possibili effetti indesiderati sono di seguito elencati secondo la seguente frequenza:

Frequenza non nota (la frequenza non può essere definita sulla base dei dati disponibili)

- disturbi gastrointestinali;
- diarrea;
- dolore addominale;
- reazioni cutanee;
- ipersensibilità.

In casi eccezionali sono stati osservati episodi di allergia (intolleranza individuale) al magnesio: in questi casi si rivolga al medico che provvederà

alla terapia opportuna.

Segnalazione degli effetti indesiderati

Se manifesta un qualsiasi effetto indesiderato, compresi quelli non elencati in questo foglio, si rivolga al medico o al farmacista. Lei può inoltre segnalare gli effetti indesiderati direttamente tramite il sistema nazionale di segnalazione all'indirizzo: <https://www.aifa.gov.it/web/guest/content/segnalazioni-reazioni-avverse>. Segnalando gli effetti indesiderati lei può contribuire a fornire maggiori informazioni sulla sicurezza di questo medicinale.

5. Come conservare MAG2

Conservi questo medicinale fuori dalla vista e dalla portata dei bambini.

Non usi questo medicinale dopo la data di scadenza che è riportata sulla scatola dopo "Scad.". La data di scadenza si riferisce all'ultimo giorno di quel mese.

La data di scadenza si riferisce al prodotto in confezionamento integro, correttamente conservato.

Non usi se la confezione presenta segni visibili di deterioramento.

Conservare nella confezione originale per proteggere il medicinale dall'umidità.

Non getti alcun medicinale nell'acqua di scarico e nei rifiuti domestici. Chiedi al farmacista come eliminare i medicinali che non utilizza più. Questo aiuterà a proteggere l'ambiente.

6. Contenuto della confezione e altre informazioni

Cosa contiene MAG2

- Il principio attivo è magnesio pidolato. Ogni compressa effervescente contiene 2,250 g di magnesio pidolato (corrispondenti a 184 mg di ione Mg⁺⁺).
- Gli altri componenti sono: acido citrico anidro, **sodio bicarbonato**, **sorbitolo**, **sodio carbonato anidro**, aroma limone, aroma arancia, acesulfame potassico, silice colloidale anidra.

Descrizione dell'aspetto di MAG2 e contenuto della confezione

MAG2 si presenta sotto forma di compresse effervescenti contenute in un tubo. Il contenuto della confezione è di 20 compresse effervescenti.

Titolare dell'autorizzazione all'immissione in commercio

Opella Healthcare Italy S.r.l. - Viale L. Bodio, 37/B - IT - 20158 Milano

Produttore

E-Pharma Trento S.p.A. - Via Provina, 2 - IT - 38123 Trento (Italia)

Questo foglio illustrativo è stato aggiornato il

Aprile 2022

Note di educazione sanitaria

- **L'importanza del magnesio**

Il magnesio è un minerale essenziale per il funzionamento dell'organismo. Il corpo umano ne contiene circa 24 grammi, di cui il 99% all'interno delle cellule.

Il magnesio è coinvolto in numerose attività dell'organismo, quali la produzione di energia e proteine, la trasmissione degli impulsi nervosi. Come regolatore del sistema nervoso il magnesio svolge un ruolo fondamentale nella trasmissione degli impulsi nervosi, che in determinate situazioni può subire delle alterazioni (ad esempio stati di stress, alimentazione sbilanciata o gravidanza).

- **Il magnesio nella dieta**

Il magnesio è presente in molti alimenti, soprattutto cacao, mandorle, verdure verdi fresche, noci, germe di grano non macinato, mais, soia, fichi, mele, pesce, crostacei e frutti di mare.

La quantità di magnesio ingerita con i pasti è di solito sufficiente a coprire il fabbisogno dell'organismo, tuttavia la mancanza di magnesio si può sviluppare in alcuni individui (anziani, alcolisti, persone con alimentazione inappropriata), in alcune condizioni di malattia (diabete, stati di malassorbimento, malattie renali, diarrea cronica, vomito abbondante, sudorazione eccessiva), oppure a seguito di alcuni trattamenti con medicinali, principalmente con quelli che aumentano la produzione di urina (diuretici).