

## RENSEIGNEMENTS SUR LE MAGNÉSIUM TRANSCUTANÉ

**Premier constat** : Et si la carence en magnésium était, en partie, une carence de la peau ? L'une des façons les plus efficaces de surmonter la carence en magnésium, la « carence du siècle » causée par une terre appauvrie, est la voie transcutanée. Nos ancêtres possédaient des terres riches en minéraux et procédaient souvent à des thalassothérapies car ils avaient compris le mystère magnésien : une bonne circulation est favorisée par une saturation et une distribution du magnésium dans les cellules de la peau.

**Deuxième constat** : De nos jours, nos mers sont malheureusement pour la plupart polluées. Il a donc fallu trouver une source de magnésium pur, éloignée de notre pollution actuelle, afin de retrouver un effet thérapeutique supérieur, qualitativement parlant, aux cures ponctuelles auxquelles nous sommes accoutumés. Le magnésium transcutané provient de la mer Zechstein, une mer ancienne située à 2 km sous terre (Pays Bas), datant de 250 millions d'années et totalement éloignée de toute pollution. Il s'agit de la plus pure des sources de magnésium sur Terre certifiées à ce jour. Elle constitue une vraie découverte historique.

**Recommandé pour** : *douleurs, crampes, inflammations, articulations, tendinites, règles douloureuses, jambes lourdes, sommeil, détente, performance et concentration, etc.*

### Comment utiliser le Magnésium Transcutané ?

Tous les matins : appliquer 10 à 20 pulvérisations (1/2 à 1 c. à café) de magnésium transcutané sur les mollets humides. Laisser pénétrer 10 minutes avant de s'habiller.

Ou tous les soirs : masser 10 à 20 pulvérisations (1/2 à 1 c. à café) de magnésium transcutané sur l'abdomen, sur peau humide.

### D'autres idées :

**Pour le sommeil** : masser sur l'abdomen (ajouter de l'huile essentielle de camomille si besoin).

**En bain de bouche** : pur de façon occasionnelle pour les douleurs et déracinements ou dilué avec 80% d'eau pour un usage fréquent. Garder en bouche 1 à 20 minutes selon besoin.

**Pour la gorge et le thorax pendant l'hiver** : gargariser pendant 5 minutes au moment de la douche puis masser quelques pulvérisations sur la gorge et la poitrine.

**Après le sport** : appliquer localement sur la zone musculaire et bien masser jusqu'à absorption. Certains sportifs aiment l'appliquer partout sur le corps 30 minutes avant de se doucher, car après 20 minutes le magnésium a déjà traversé la barrière cutanée à condition de ne pas utiliser de savon (le savon retire le magnésium).

**En cas d'apparition de boutons de fièvre (début uniquement)** : appliquer un coton imbibé sur la zone à traiter pendant une heure.

**En cas d'acné ou de cicatrisation d'une plaie** : appliquer un coton imbibé sur la zone à traiter. Éviter le contact direct sur les boutons d'acné, appliquer seulement aux alentours.

**Pour calmer les maux de tête** : appliquer une ou deux pulvérisations sur les tempes.

**Pour améliorer les dermatoses** : appliquer quelques pulvérisations mélangées avec du beurre de karité non raffiné ou suivre une cure de 2 à 6 mois.

**En soin capillaire** : masser une dizaine de pulvérisations sur le cuir chevelu.

### FAQ - Questions les plus fréquemment posées

**Pourquoi choisir le Magnésium Transcutané Zechstein® ?** Il s'agit de la source de magnésium la plus pure sur Terre. Cette huile de magnésium est analysée par lots pour garantir sa pureté. La mer Zechstein est éloignée de toute pollution. Elle se situe en Hollande, à 2 km sous terre, et date de 250 millions d'années. Sa superficie est de 1 million de km<sup>2</sup>. Nos valeurs : • Provenance locale et abondante, traçabilité Européenne contrôlée. • Le seul magnésium extrait uniquement à l'eau de source, sans raffinage, ni séparation industrielle du magnésium. • Non contamination par la radioactivité atmosphérique.

### **Pourquoi peut-on ressentir des picotements lors de l'application du Magnésium Transcutané ?**

Le picotement est le signe d'un besoin en magnésium mais l'absence de picotement n'est pas forcément signe que vous n'avez pas besoin de cure. Pour les peaux à problèmes (rougeurs, peaux sensibles, etc.) il sera préférable de faire un test avec le produit pur. Si la sensation de picotement est trop forte, vous pourrez diluer la solution dans de l'eau de source pour une application plus douce. Par la suite, vous pourrez augmenter la concentration de produit dans l'eau jusqu'à arriver à l'application du produit pur. Sachez qu'une zone sensible peut aussi être alimentée en magnésium par une application sur une autre zone corporelle. Par exemple, un problème de peau peut être amélioré par une application quotidienne sur l'abdomen.

**Quel dosage ? Une application « progressive » est la seule règle à respecter.** Pour commencer, vous pouvez appliquer 10 vaporisations (1/2 c. à café) par jour sur l'abdomen, 3 soirs de suite. Par la suite, vous pourrez l'appliquer sur d'autres parties du corps de façon progressive. Un flacon de 200 ml équivalait à 2 mois de cure et un flacon 100 ml à un mois de cure. Les enfants à partir de 5-6 ans et les femmes enceintes peuvent l'utiliser sur le bas des jambes, dilué avec 50 % d'eau. À la fin de la cure, la sensation sera celle de l'eau sur la peau. Pour une cure optimale, il faut appliquer au minimum 20 vaporisations (1 c. à café) par jour. Après la cure, vous pourrez utiliser le produit environ 4 à 5 fois par semaine.

**Comment conserver le Magnésium Transcutané ?** À l'air libre et à température ambiante. Le produit peut se conserver 250 millions d'années ! **Le verre protecteur assure la non-contamination par les phtalates contenus dans le plastique. Il est sans odeur et il sèche sur la peau en 5-7 minutes.**

**S'agit-il d'un produit bio ?** Le magnésium étant un minéral, il n'est pas cultivable et n'est donc pas certifiable. En revanche, il est livré avec les certificats d'analyse de pureté (chaque lot étant contrôlé) ainsi que son certificat d'origine européenne (Pays-Bas).

**Est-ce que le magnésium transcutané est dilué avec de l'eau après extraction ?** Non. L'eau de source est infiltrée sous terre où elle se mélange avec cette mer pétrifiée. Ce mélange est alors récupéré en surface. Sa dilution est naturellement de 31 % de chlorure de magnésium. **Le fait que l'on mentionne le dosage de 31 % de magnésium garantit une concentration maximale.** Cette solution est mise en bouteille sans ajout, à l'exception de la version « Peaux Sensibles » destinée aux peaux réactives, diluée avec de l'eau filtrée.

**Quelle est la différence avec le chlorure de magnésium en paillettes ou le magnésium d'importation (80% du magnésium mondial provient d'Asie : Chine, Tibet, Mongolie, etc.)?**

Magnésium d'importation (provenance Asie)	Flocons de Chlorure de Magnésium	Magnésium Transcutané Zechstein
Prix variables allant de 12 à 20€ pour 2 mois de cure (24 - 40€ par an)	2€ environ par sachet de 20 grammes (2 - 6€ par an).	De 17 à 18€ environ pour 2 mois de cure (34 - 36€ par an).
Pas de «certificat d'origine <i>réellement</i> contrôlée», sa vraie origine : venant souvent du bassin industriel du Qaidam en Chine, sur la frontière du Tibet où l'amiante et le gaz sont aussi extraits.	Origine variable selon la source. Toujours demander «certificat d'origine <i>réellement</i> contrôlée». Une fois en dehors de l'Europe, la traçabilité et les conditions de travail deviennent difficiles à garantir.	Origine certifiée la plus pure sur Terre (contrôlée par lot et garantie de pureté moléculaire).
Malgré les mentions «non raffiné» ou «pur», sont souvent effectués des nettoyages chimiques pour séparer les sels du potassium et des métaux lourds.	Chauffés à 160° pour les flocons (engendre l'acide chlorhydrique).	Aucune transformation ni raffinage, issu de la nature tel quel. Pas besoin de le séparer d'autres composants car la strate est d'une pureté rare mais abondante.
Qualité moyenne. L'efficacité d'une cure dépend de la source, de la qualité et de la pureté du magnésium.	Par voie interne, peut engendrer : fatigue rénale, effet laxatif, calculs rénaux à long terme, etc.	Non agressif pour l'organisme car assimilation par voie cutanée. Pureté certifiée par Zechstein Inside (Pays-Bas).

Téléchargez notre livret gratuitement en ligne :

« Magnésium Transcutané - le traitement cutané de la carence en magnésium »

[www.aucoeurdestraditions.com](http://www.aucoeurdestraditions.com)