



# Ratios clave:

## 1. Ratios metabólicos

- **Ca/P** (metabolismo óseo vs. energético y predominio vegetativo). Valor ideal: 2,6
- **Na/K** (equilibrio suprarrenal-tiroideo). Valor ideal: 2,4
- **Ca/K** (relación tiroidea). Valor ideal: 4,2
- **Na/Mg** (estrés y respuesta suprarrenal). Valor ideal: 4

## 2. Ratios minerales clave

- **Zn/Cu** (balance redox e inflamación). Valor ideal: 8
- **Ca/Mg** (excitabilidad neuromuscular y metabólica). Valor ideal: 7
- **Fe/Cu** (transporte de oxígeno, metabolismo energético y sistema inmunitario). Valor ideal: 0,9

PROPORCIONES SIGNIFICATIVAS							
Proporciones		Valores	Carente	Intervalo Normalidad	Elevado		
Calcio/Magnesio	Ca/Mg	7,8501	3	7	11	15	19
Calcio/Potasio	Ca/K	10,0005	2,2	4,2	6,2	8,2	10,2
Calcio/Fósforo	Ca/P	5,0979	1,600	2,625	3,650	4,675	5,700
Zinc/Cobre	Zn/Cu	17,2142	4	8	12	16	20
Sodio/Potasio	Na/K	7,7802	1,4	2,4	3,4	4,4	5,4
Sodio/Magnesio	Na/Mg	6,1073	2	4	6	8	10
Hierro/Cobre	Fe/Cu	1,4817	0,2	0,9	1,6	2,3	3,0
Calcio/Sodio	Ca/Na	1,2854	0,875	1,250	1,625	2,000	2,375