

BIOSTERINE®

Es un **fitocomplejo** con características únicas e innovadoras, compuesto en un **80% de Albahaca morada** y en un **20% de Salvia officinalis**. Además, tiene una **elevada concentración de ácido rosmarínico**, obtenida a través de un exclusivo proceso de extracción natural. Es eficaz en el tratamiento de todos los estados de **dolor agudo y crónico de origen inflamatorio**.

DOLOCUR®

Es un extracto natural de cúrcuma, con potentes **propiedades antiinflamatorias y antioxidantes**, debido a la alta biodisponibilidad de los curcuminoides.

BOSWELLIA SERRATA

El extracto de esta resina tiene propiedades antiinflamatorias y analgésicas. Ayuda a la **reducción del dolor y a la mejora de la movilidad de las articulaciones** en pacientes con osteoartritis. También contribuye a la **reducción de la inflamación y a proteger la estructura articular**.

ÁCIDO HIALURÓNICO

Contribuye a la **protección de las células del daño debido al estrés físico y es un lubricante eficiente**. Por ello, ayuda a mantener la integridad de tejidos y articulaciones, con reducción del dolor.

La naturaleza ofrece muchas soluciones: descubre nuestra línea específica y las iniciativas *Amiga de la Mujer* en el sitio web www.amigadelamujer.es

Inicio 2024

Año Nuevo, Vida Nueva

Marzo - Abril

La Salud, un Camino hacia la Igualdad

Junio - Julio

Verano con Calma

Noviembre

Promovamos el Amor y el Respeto

“ Ámate a ti misma ”

Prodeco Pharma
ética per natura

PRODECO PHARMA IBÉRICA SLU
C/ Bronze, 5 - 08915 Badalona (Barcelona) España
www.prodecopharma.com/es/
informacion@prodecopharma.com

<https://www.facebook.com/prodecopharmaiberica>
<https://www.instagram.com/prodecopharmaiberica>
<https://www.youtube.com/casaprodecoiberica>

DEP.2014.GSE11 Rev.00

TRASTORNOS
OSTEOARTICULARES

FARMACIA
AMIGA de
la MUJER



Reconocer la problemática

El dolor es la manifestación de un **proceso inflamatorio** cuya acción puede involucrar distintas zonas anatómicas.

La **inflamación** es una **respuesta adaptativa** del organismo a cualquier condición percibida como potencialmente dañina, cuyo objetivo es eliminar el peligro, inducir la reparación del tejido y restablecer la homeostasis.

PATOLOGÍAS OSTEOARTICULARES

Las **enfermedades crónicas relacionadas con las articulaciones** imposibilitan y encarecen el estilo de vida de las personas. Algunas de estas patologías son la artritis, la artrosis, la bursitis, el codo de tenista, la fibromialgia, la tendinitis, el dolor cervical o la lumbociática.

Estas causan, a medio-largo plazo:

- Inflamación**
- Dolor crónico prolongado**

HIPOMAGNESEMIA Y CARENCIA DE VITAMINA D

En cuanto a la **carencia de Magnesio** se estima que afecta a cerca del 70% de la población, y está causada por una alimentación incorrecta, el estrés, el uso de fármacos, ciertas condiciones fisiológicas, algunos esfuerzos físicos y la pobreza mineral de los terrenos.

Los síntomas asociados son:

- Cansancio injustificado e insomnio**
- Ansiedad e irritabilidad**
- Debilidad muscular y calambres**
- Falta de apetito**
- Manos y/o pies fríos**



El **déficit de Vitamina D** afecta a más del 40% de la población europea, y se debe, principalmente, a una inadecuada exposición a la luz solar, responsable de más del 90% de la Vitamina D que circula en sangre. Los síntomas relacionados con esta carencia son:

- Dolor muscular**
- Dolor óseo**
- Fragilidad ósea**
- Sudoración de manos**
- Cambios de humor**



Cabe destacar que, las **carencias crónicas**, llevan al futuro desarrollo de osteomalacia en el adulto, raquitismo en niños y a un empeoramiento de la osteoporosis en el anciano.

Consejos generales

Aplicar algunos cambios en el día a día ayuda a mejorar la calidad de vida de quienes padecen estas patologías:

- **Seguir un estilo de vida saludable**
- **Optar por una alimentación variada y equilibrada, para un aporte adecuado de vitaminas y minerales**
- **Ingerir alimentos ricos en antioxidantes**
- **Preferir alimentos de origen vegetal, así como algunos pescados**
- **No consumir alimentos proinflamatorios**
- **Beber suficiente agua durante todo el día, ya que es una importante fuente de sales minerales**
- **Realizar actividad física moderada (a ser posible, diariamente)**



Cuídate: Nuestras sugerencias para el bienestar osteoarticular



Escanea el Código QR

Consejos alimentarios
Descarga la Guía Alimentaria en caso de **Problemáticas Inflamatorias**



Los consejos son de carácter general y no sustituyen las recomendaciones del Médico.

