GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Complementos alimenticios para el cuidado de huesos y articulaciones

Actualidad Empresarial | 25/02/2022 | 00:00

Los suplementos alimenticios aportan beneficios para la salud. Específicamente, los huesos y las articulaciones sufren un desgaste debido al paso del tiempo y otros factores que puede derivar en enfermedades graves.

Los elementos que sirven para fortalecerlos no siempre están incluidos en la dieta cotidiana, o lo están de forma insuficiente y ese déficit puede causar problemas. Es por eso que la tienda online Mercamágina ofrece una gran variedad de complementos alimenticios para el cuidado de huesos y articulaciones. Con la incorporación de este tipo de productos a una dieta sana y un estilo de vida saludable, es posible prevenir el malestar óseo o articular y ayudar a su tratamiento.

Mercamágina: complementos alimenticios para el cuidado de huesos y articulaciones

La salud de los huesos, ligamentos y articulaciones depende, en buena medida, de los hábitos alimenticios y el modo de vida de cada persona. Hay factores que la afectan negativamente, como la obesidad, la práctica intensa de deporte y la edad. Sin embargo, haciendo ejercicio moderado, llevando una dieta adecuada y consumiendo complementos alimenticios para el cuidado de huesos y articulaciones es posible mantenerse en buen estado.

Los expertos recomiendan introducir los productos suplementarios en la dieta a partir de los 30 años. Uno de los elementos más necesarios para mantener la salud ósea y articular es el colágeno, una de las proteínas que más abundan en el cuerpo humano. Su forma hidrolizada es la que resulta de más fácil absorción para el organismo y repercute positivamente en la prevención de lesiones y la disminución del dolor.

Otro elemento importante es la vitamina C, que contribuye a la formación de colágeno para el normal funcionamiento de los huesos. De la misma forma, el magnesio regula la formación y mejora la síntesis del colágeno. A su vez, el ácido hialurónico resulta importante para mantener la salud de las articulaciones, por su acción lubricante y regenerativa.

Mercamágina ofrece suplementos que incluyen estos y otros elementos necesarios para la salud de huesos y articulaciones, que son elaborados por marcas líderes del mercado como Collmar, Colnatur, Epaplus, Trepat Diet, Arkopharma, Fisiopharma, Uriach-Aquilea y Diafarm, entre muchas otras.

Lubricantes para las articulaciones en Mercamágina

Además de los complementos alimenticios, las personas que sufren dolores articulares pueden recurrir a los lubricantes para las articulaciones, que, por lo general, vienen en forma de crema, gel o ungüento. También hay otros que se comercializan en spray. El objetivo del uso de estos productos es lograr un efecto analgésico y relajante. Se aplican mediante masajes suaves en las zonas de las articulaciones hasta que son completamente absorbidos por la piel.

En Mercamágina, es posible encontrar primeras marcas tanto de complementos alimenticios para el cuidado de huesos y articulaciones, como de lubricantes. Todos los productos de parafarmacia que se ofrecen en la tienda online son de alta calidad.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/167748-complementos-alimenticios-para-el-cuidado-de-huesos-y-articulaciones.htm