

activa, nutre y cuida las articulaciones del deportista

## GAMA RENDIMIENTO ARTICULAR

**TENDOACTIVE**  
tendón articular  
C.N.: 239296,0

**HIALSORB**  
masaje articular  
C.N.: 236538,4 C.N.: 311974,0

**ARTROACTIVE**  
cartilago articular  
C.N.: 197708,3



La GAMA RENDIMIENTO ARTICULAR  
activa, nutre y cuida  
las articulaciones del deportista.



# 1 minuto PARA LA ARTICULACIÓN

Publicación periódica sobre la salud de las articulaciones. Num. 6

Oficinas: Plaza Francesc Macià, 7. 08029 Barcelona Tel. 93 490 49 08

Más de 30 años investigando y desarrollando  
soluciones para la salud articular



INFORMACIÓN SOBRE NUESTROS PRODUCTOS  
Y PUNTOS DE VENTA EN EL: 902 103 520  
O EN NUESTRA WEB: [www.bioberica.com](http://www.bioberica.com)

1205715





Este estudio sugiere un efecto beneficioso del consumo de fruta y vitamina C por su asociación con una reducción del tamaño

óseo y del número de lesiones en la médula ósea, ambos procesos implicados en la patogénesis de la artrosis de rodilla. Aunque estos hallazgos deben ser confirmados mediante estudios longitudinales, alertan del potencial de la dieta para modificar el riesgo de artrosis.

Este estudio analiza el efecto de los antioxidantes de la dieta sobre la estructura de la rodilla en una cohorte de sujetos sanos de mediana edad sin clínica de artrosis de rodilla.

Se estimó la ingesta de antioxidantes a través de la dieta y por la ingesta de vitaminas en 293 adultos sanos (edad media de 58 años) sin dolor ni lesión de rodilla. Al cabo de aproximadamente 10 años, se valoró el volumen de cartílago, área de hueso, defectos del cartílago y lesiones de la médula ósea mediante IRM.

En los análisis multivariantes, una mayor ingesta de vitamina C se asoció con un riesgo reducido de lesiones en médula ósea (odds ratio = 0,50, 95% intervalo de confianza (CI) = 0,29-0,87, P = 0,01) y con una disminución en el área ósea de la meseta tibial (beta = -35,5, 95% CI = -68a8 a -2,3, P = 0,04). Se observó una asociación inversa entre la ingesta de fruta y el área de hueso de la meseta tibial (beta = -27,8, 95% CI = -54,9 a -0,7, P = 0,04) y entre la ingesta de fruta y el riesgo de lesiones en la médula ósea (odds ratio = 0,72, 95% CI = 0,52-0,99, P = 0,05). Ni la ingesta de fruta ni la toma de vitamina C se asoció significativamente con el volumen de cartílago ni con defectos del mismo. La ingesta de luteína y zeaxantina se asoció con un menor riesgo de defectos del cartílago (odds ratio = 0,71, 95% CI = 0,51-0,99, P = 0,04), y la toma de vitamina E tendió a asociarse positivamente con el área de hueso de la meseta tibial (beta = 33,7, 95% CI = -3,1 a 70,4, P = 0,07) solamente tras el ajuste para la ingesta de vitamina C. La toma de beta-criptoxantina se asoció inversamente con el área ósea de la meseta tibial tras el ajuste para la ingesta de vitamina E (beta = -33,2, 95% CI = -63,1 a -3,4, P = 0,03).



**TENDOACTIVE**  
tendón articular

Complemento a base de Colágeno Tipo I, vitamina C y mucopolisacáridos. Por su especial formulación, TENDOACTIVE está recomendado para deportistas con molestias tendinosas.



**ARTROACTIVE**  
cartílago articular

Complemento nutricional a base de mucopolisacáridos y vitamina E. Por su especial formulación, ARTROACTIVE está recomendado para deportistas sometidos a un especial desgaste del cartílago de las articulaciones.