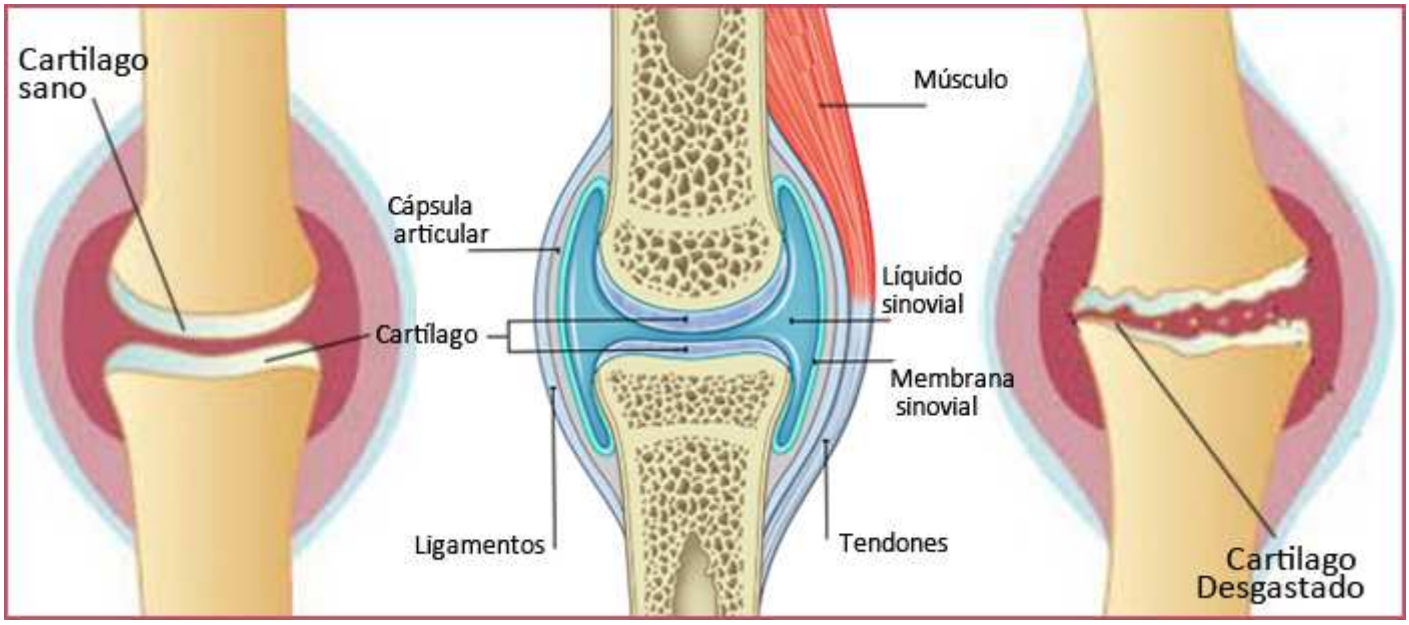
El colágeno

Aunque sobre todo conocemos el colágeno por ser un ingrediente de productos cosméticos, el colágeno **es la proteína más abundante de nuestro cuerpo y la que aporta estructura y elasticidad a sus tejidos**. El colágeno es el componente básico de los huesos, cartílagos, ligamentos, tendones, músculos, etc… También de la piel, cuero cabelludo, encías, dentina, vasos sanguíneos, de la córnea ocular y del tejido conectivo que protege nuestros órganos vitales.

A medida que pasa el tiempo, el colágeno se degrada y de forma natural aparecen el desgaste articular, la pérdida de densidad ósea y las arrugas de la piel. Cuando este proceso se acelera, por diferentes razones, pueden aparecer la artrosis, desgaste exagerado de los cartílagos, y la osteoporosis, pérdida de masa ósea.



El colágeno





Aporte extra en la dieta

El colágeno debería formar parte de nuestra alimentación. Sin embargo, la dieta actual suele ser pobre en este nutriente, una proteína de origen exclusivamente animal, que podemos obtener comiendo carne y elaborados cárnicos.

El pescado también es fuente de colágeno, especialmente la piel y las espinas. Las gelatinas que se utilizan en la elaboración de flanes y postres, los caldos de carne o pescado, así como algunos platos de la comida tradicional a base de cartílagos, constituyen también un importante aporte de colágeno.

Hoy en día, podemos encontrar **suplementos en la farmacia que contienen hidrolizado de colágeno altamente asimilable**.

arkoflex

CONDRO-AID

Especialista en cuidado articular



100% hidrolizado de Colágeno altamente asimilable

Deportistas y personas en general que desean cuidar sus huesos y articulaciones.

Colágeno ARKO, sin colorantes ni conservantes, aporta 10 g de hidrolizado de Colágeno altamente asimilable.

10 g de proteínas de colágeno ayudan a conservar la masa muscular y a mantener los huesos en condiciones normales.

Además, aporta Vitamina C, Magnesio y Ácido hialurónico.

Modo de empleo: 1 cacito al día (12 gramos), diluido en un gran vaso de agua, zumo u otro líquido.

PVP aprox: **16,90 € - 360g**

En farmacias y parafarmacias