

Product: Healthy Bones

Description

Healthy Bones is a supplement with 15 nutrigenomics proven effective for maintain or promote bone and joint health.

- Allows the replacement of minerals (macro-minerals) and other nutrients for the maintenance and renewal of bones and joints



Function

- It makes available the macrominerals, in their most bioavailable form, indispensable for the the body's proper functioning

Bone maintenance (known as "remodeling") and density are largely dependent on essential nutrients-such as calcium, vitamins D and K, boron, magnesium, and manganese-that may be lacking in many modern diets. Healthy Bones promotes musculoskeletal health, including support for healthy bone mineralization and remodeling, as well as support for connective tissue health and to address problems such as inflammation and pain, without any side effects.

Product: Healthy Bones

Directions / Precautions

Adults should take 4 capsules a day or according to professional prescription. The recommended daily dose should not be exceeded. If you have any health problems, consult your doctor first. The supplements should not replace a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Not recommended for persons under 18, pregnant or lactating women, unless prescribed/recommended by doctor/pharmacist. Store in a cool, dry place. Keep out of reach of children.



Packaging

- Pack size : 300cc
- Net weight : 120g
- Total weight
- Type : cápsulas
- Quantity : 120
- N.º embalagens p/caixa:
- IVA 23%
- Reference : ECO OSSOS SAOS
- Barcode : 5600283759081

Indications

Healthy Bones is a nutritional supplement that features a combination of 15 nutrigenomics proven effective for maintaining or promoting bone and joint health. bones and joints. Thus this formula can favor pathologies of the osteoarticular area.

Allergens

Contém derivados de **peixe**.





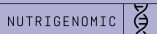

Ingredientes e Informação Nutricional/Ingredientes y Valor Nutricional/Ingredients and Nutritional Value per cada 4 cápsulas/each 4 capsules:

Vitamina/Vitamin/A Vitamin C	%VNR/NRV
Ácido ascórbico/Ascorbic Acid	100mg 12%
Vitamina D/Vitamin D	2.5µg 50%
Vitamina E/Vitamin E	2.5µg 50%
Menquinona 7/Menaquinone 7	75µg 100%
Cálcio/Calcio/Calcium (Fosfato de Cálcio/de Phosphate ef)	534.6MG 66.8%
Cobre/Cobre/Copper	500µg 50%
Cromo/Cromo/Chromium (Picinato de Picrato de Bicalcote ef)	40µg 100%
Fósforo/Fósforo/Phosphorus (de Fosfato de Cálcio/de Fosfato de Cálcio/of Calcium Phosphate)	412.2MG 58.9%
Magnésio/Magnésio/Magnesium (Citrato de Citrato de Citrate ef)	102MG 27.2%
Manganês/Manganeso/Manganese (Citrato de Citrato de Citrate ef)	1000µg 50%
Selenio/Selenio/Selenium (de Selenio-Metionina/ef Selenio-Methionine)	200µg 383.3%
Iodo/Iodo/Iodine (de Iodeto Potássico/de Yoduro Potásico/of Potassium Iodide)	75µg 50%
Ácido Alfa-Lipoico (Monometionina de Monomethionine ef)	15MG 150%
Ácido Bórico/Ácido Bórico/Boric Acid (de Perborato de Sódio hidratado/de Perborato de Sódio hidratado/of hydrated Sodium Borate)	2.5MG
Ácido Hialurônico/Ácido Hialurónico/Hyaluronic Acid	95MG
Metil-Sulfoni Metano/Metil-Sulfoni Metano/Methyl-Sulfonylmethane (MSM)	320MG
Glicossaminas/Glicosaminas/Glucosamine 2CL (Sulfato de Sulfato de Sulfate ef)	250MG
Controlador Condição Chondroitin (Sulfato de Sulfato de Sulfate ef)	150MG
Acetil-L-Cisteína/Metil-L-Cisteína/Acetyl-L-Cysteine	100MG

***%VNR/NRV**
Valor de Referência de Nutrientes
Nutrient Reference Values

Outros ingredientes/Otros ingredientes/ Other ingredients:
Hidroxiopropilmetil Celulosa/Hydroxypropylmethyl Cellulose (capsula/capsule). Fosfato Balcão anidro/Anhydrous Bicalcium Phosphate (agente de carga/bulking agente), Celulose Microcristalina/ Celulose Microcrystalline/Microcrystalline Cellulose (agente estabilizante/agente estabilizador/stabilizing agent), Estearato de Magnésio/Magnesium Stearate (agente antiaglomerante) anti-claking agent).

Aviso alérgeno: Contém derivados de peixe.
Advertencia alérgica: Contiene derivados de pescado.
Allergenic warning: Contains fish derivatives.



Ossos São

HUESOS MANTENHEM SUAS SAÚDES

Nº de Lote e Data de consumo preferente:
Lote y Fecha de consumo preferente:
Lot No. and Best before:


5 600283 759081



PT O Magnésio, A Vitamina D, o Zinco e o Manganês, contribuem para a manutenção dos ossos em condições normais.

ES El Magnesio, la Vitamina D, el Zinc y el Manganeso contribuyen al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.

EN Magnesium, Vitamin D, Zinc and Manganese contribute to the maintenance of the bones in normal conditions.





Produção/Producción/Manufacturing
Prodotto na EU para distribuição por:
Prodotto in the EU for distribution por:
Manufactured in the EU for distribution by:

ECOGENETICS CN
Kconcex/Evidência, Lda.
P.rct. Cristóvão Falcao, 93-R/O Dto
4465-114 S. Naveada de Infante - Portugal
Apoio ao consumidor +351 915 255 969

www.ecogenetics.eu

SUPLEMENTO ALIMENTAR COMPLEMENTO ALIMENTICIO FOOD SUPPLEMENTS

120 GGS 126G PESO NETO 126G NET WEIGHT

Product: Healthy Bones

Informação sobre constituintes

Vitamina C: o mais poderoso agente de limpeza de radicais Hidroxilo (os mais tóxicos e os que mais degradam a estrutura celular - ossos e cartilagem) e envolvido na síntese de colagénio, sendo necessária para manter a integridade dos discos intervertebrais e a cartilagem.

Vitamina D3: regula mais do que 1000 genes no nosso corpo, ajuda na síntese de enzimas das membranas envolvidas no transporte activo de cálcio e actua como um imunomodelador.

Vitamina K2: impede o depósito de cálcio nas artérias e optimiza a sua utilização na formação dos ossos, através do seu efeito na activação da Osteocalcina.

Cálcio e magnésio (citrato): em adição à sua importância na construção da densidade óssea, são indispensáveis na condução nervosa, contracção muscular, metabolismo de energia, a coagulação do sangue, a permeabilidade da membrana e sinalização hormonal.

Zinco, cobre e selênio (citrato): são essenciais para que o corpo possa desenvolver com eficácia a renovação das articulações e também são catalisadores de enzimas do sistema endócrino.

Manganês (citrato): irá dar origem ao Superóxido Dismutase e vai converter a Glucosamina em Condroitina, que é essencial para a elasticidade da cartilagem e a capacidade da mesma para absorver impactos. Mas a função principal é a inibição de enzimas que produzem a destruição permanente da cartilagem (este é um construtor real de cartilagem).

Boro (ácido bórico): O Boro é essencial para o desenvolvimento saudável dos ossos, ajuda o corpo a metabolizar vitaminas e minerais e também afeta os níveis de Estrogénio e Testosterona. Há alguma evidência para apoiar alegações de que o Boro pode aumentar o desempenho atlético, aumentando a coordenação olho-mão, juntamente com alguma pesquisa limitada para apoiar as reivindicações que pode ajudar a aumentar a massa muscular. As investigações iniciais demonstraram que o Boro pode, também, desempenhar um papel na Osteoartrite, uma doença degenerativa das articulações.

N-acetil-L-cisteína: precursor da Cisteína que, por seu turno, é precursora da Glutathione. Esta, por sua vez, é um componente importante de duas enzimas anti-radicalares (Glutathione Peroxidase e Reductase).

Ácido hialurónico: Com o envelhecimento das articulações, o Ácido Hialurónico, o fluido que proporciona a lubrificação entre as articulações e o tecido conjuntivo, começa a sua decomposição. Com o tempo, este líquido começa a perder o seu volume e, muitas vezes escapa das articulações, sendo que o resultado é atrito que provoca desconforto e dor. O Ácido Hialurónico permite que as juntas se movam suavemente e proporciona uma almofada entre as articulações (também nas ligações intervertebrais).

MSM: antiflogístico (anti-inflamatório), ajuda a manter a resposta imune normal, a contracção muscular, o metabolismo do tecido conjuntivo e manter a integridade da cartilagem.

Sulfato de D-Glucosamina e de Condroitina: ajuda na síntese de colagénio, neutraliza o efeito dos radicais livres e reconstrói a cartilagem (mas atenção, apenas a cartilagem ainda remanescente).

Product: Healthy Bones

Bibliography

- Altman, R. D.: Status of hyaluronan supplementation therapy in osteoarthritis. (2003) *Curr Rheumatol Rep* 5(1), 7-14.
- Bendich A, Leader S, Muhuri P.: Supplemental calcium for the prevention of hip fracture: potential health-economic benefits. *Clin Ther* 1999;21:1058-72.
- Bronner F.: Calcium and osteoporosis. *Am J Clin Nutr* 1994;60:831-6.
- Castelo-Branco C.: Management of osteoporosis. An overview. *Drugs Aging* 1998;12:25-32.
- Celotti F, Bignamini A.: Dietary calcium and mineral/vitamin supplementation: a controversial problem. *J Int Med Res* 1999;27:1- 14.
- Chapin RE, Ku WW, Kenney MA, McCoy H, Gladen B, Wine RN, Wilson R, Elwell MR.: The effects of dietary boron on bone strength in rats. *Fundam Appl Toxicol* 1997;35:205-15.
- Conconi MT, Tommasini M, Muratori E, Parnigotto PP.: Essential amino acids increase the growth and alkaline phosphatase activity in osteoblasts cultured in vitro. *Farmaco* 2001 Oct;56(10):755-61.
- Debi R, Richman G, Bar Ziv Y et al.: The Role of MSM in Knee Osteoarthritis: A double-blind, randomized prospective study. *Osteoarthritis and Cartilage Supp Vol* 15(C), 2007.
- Eaton-Evans J.: Osteoporosis and the role of diet. *Br J Biomed Sci* 1994;51:358-70.
- Hyun TH, Barrett-Connor E, Milne DB.: Zinc intakes and plasma concentrations in men with osteoporosis: the Rancho Bernardo Study. *Am J Clin Nutr*. 2004 Sep;80(3):715-21.
- Kelly GS.: The role of glucosamine sulfate and chondroitin sulfates in the treatment of degenerative joint disease. *Altern Med Rev* 1998;3:27-39.
- Knapen MH, Schurgers LJ, Vermeer C.: Vitamin K(2) supplementation improves hip bone geometry and bone strength indices in postmenopausal women. *Osteoporos Int*. 2007 Feb 8.
- Lebel, L., Gabrielsson, J., Laurent, T. C., and Gerdin, B.: Kinetics of circulating hyaluronan in humans. 4. (1994) *Eur J Clin Invest* 24(9), 621-6.
- Leffler CT, Philippi AF, Leffler SG, Mosure JC, Kim PD.: Glucosamine, chondroitin, and manganese for degenerative joint disease of the knee or low back: a randomized, double-blind, placebo-controlled pilot study. *Mil Med* 1999;164:85-91.
- McCarty MF.: Enhanced synovial production of hyaluronic acid may explain rapid clinical response to high-dose glucosamine in osteoarthritis. *Med Hypotheses* 1998;50:507-10.
- Meunier PJ, Delmas PD, Eastell R, McClung MR, Papapoulos S, Rizzoli R, Seeman E, Wasnich RD.: Diagnosis and management of osteoporosis in postmenopausal women: clinical guidelines. International Committee for Osteoporosis Clinical Guidelines. *Clin Ther* 1999;21:1025-44.
- Moskowitz, R. W.: Hyaluronic acid supplementation. (2000) *Curr Rheumatol Rep* 2(6), 466-71.
- Murav'ev Iu V, Venikova MS, Pleskovskaia GN, Riazantseva TA, Sigidin Ia A.: [Effect of dimethyl sulfoxide and dimethyl sulfone on a destructive process in the joints of mice with spontaneous arthritis]. *Patol Fiziol Eksp Ter* 1991;37-9.
- Nielsen FH.: The justification for providing dietary guidance for the nutritional intake of boron. *Biol Trace Elem Res* 1998;66:319- 30.
- O'Brien KO.: Combined calcium and vitamin D supplementation reduces bone loss and fracture incidence in older men and women. *Nutr Rev* 1998;56:148-50.
- Pagonis TA, Givissis PA, Kritis AC, Christodoulou AC. The Effect of MSM on Osteoarthritic Large Joints and Mobility. *Int Jour Ortho*, 2014;1(1):19-24. ISSN: 2311-5106
- Prabhoo R, Prabhoo TR.: Vitamin K2: a novel therapy for osteoporosis. *J Indian Med Assoc*. 2010 Apr;108(4):253-4, 256-8.
- Reid IR.: The roles of calcium and vitamin D in the prevention of osteoporosis. *Endocrinol Metab Clin North Am* 1998;27:389-98. - Shankland WE, 2nd.: The effects of glucosamine and chondroitin sulfate on osteoarthritis of the TMJ: a preliminary report of 50 patients. *Cranio* 1998;16:230-5.
- Sojka JE.: Weaver CM. Magnesium supplementation and osteoporosis. *Nutr Rev* 1995;53:71-4.
- Tapadinhas MJ, Rivera IC, Bignamini AA.: Oral glucosamine sulphate in the management of arthrosis: report on a multi-centre open investigation in Portugal. *Pharmatherapeutica* 1982;3:157-68.
- Yamauchi M, Yamaguchi T, Nawata K, Takaoka S, Sugimoto T.: Relationships between undercarboxylated osteocalcin and vitamin K intakes, bone turnover, and bone mineral density in healthy women. *Clin Nutr*. 2010 Dec;29(6):761-5.