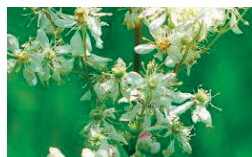


LOS BENEFICIOS DE LAS PLANTAS MEDICINALES PARA UN NORMAL FUNCIONAMIENTO DEL APARATO LOCOMOTOR, HUESOS, MÚSCULOS Y ARTICULACIONES, REDUCIENDO EL DOLOR Y LAS INFLAMACIONES

HARPAGOFITO

Es altamente conocido el poder del Harpagofito como antiinflamatorio y diurético siendo de gran utilidad en procesos de dolor sobre todo articular, ¿por qué? Es gracias a su acción diurética puesto que se va a encargar de eliminar los cristales de ácido úrico que se forman en las articulaciones y además su acción antiinflamatoria se encarga de recuperar la zona afectada ya que con el movimiento estos cristales van friccionando con el tejido causando inflamación y dolor.



ULMARIA

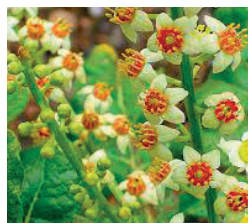
Las flores de la Spirea ulmaria al igual que la corteza de sauce contienen Ácido Salicílico y es esta planta la que le da el nombre a la actual aspirina.

Es muy útil en procesos de dolor por su acción analgésica y antiinflamatoria trata el dolor reumático, muscular y articular además ayuda eliminar los tóxicos del organismo.

BOSWELLIA

Inhibe a la 5-lipooxigenasa, por lo que se bloquea la formación de sustancias proinflamatorias en nuestro organismo.

Son muchos los estudios acerca de el tratamiento de la Artritis reumatoide administrando vía oral boswellia y los resultados confirman su efectividad en procesos de dolor e inflamación. Boswellia serrata (BS) es eficaz en el tratamiento de la artritis reumatoide (AR). Estos hallazgos se obtuvieron en más de 260 pacientes utilizando una variedad de enfoques clínicos diferentes para la evaluación. Los criterios de evaluación fueron principalmente la inflamación articular, el dolor, la rigidez, los efectos secundarios y la tolerancia.



CÚRCUMA

Es mundialmente conocida y está presente en la mayoría de las cocinas como especia, pero ¿qué es lo que ha llamado tanto la atención de la comunidad científica respecto a la cúrcuma? Su principal principio activo, la curcumina es la que le aporta la mayoría de propiedades. Recientes estudios confirman sus propiedades antioxidantes así como antiinflamatorias siendo muy útil en enfermedades auto inmunes.



QUERCETINA

Bioflavonoide natural que destaca por ser un gran antioxidante, posee propiedades muy beneficiosas para la salud en general. Entre todas sus propiedades, las más destacadas son sus propiedades analgésicas, antiagregantes, antiartríticas, antibacterianas, antiinflamatorias, antiespasmódicas, hepatoprotectoras, entre otras muchas.

BROMELAINA

La Bromelina o Bromelaina es una enzima que asiste el mecanismo digestivo del cuerpo reduciendo moléculas grandes y complejas de proteínas en pequeñas unidades peptídicas o aminoácidos individuales. Estas pequeñas unidades peptídicas son cruciales en la producción de tejidos musculares en el cuerpo, neurotransmisores, y otras moléculas basadas en proteínas. Muchos de los beneficios de la enzimas, sin embargo, entran en juego cuando se absorbe en el intestino delgado; esta absorción hace posible los efectos sistemáticos como la reducción de enrojecimiento, la hinchazón y la irritación que pueden causar estragos generales en la salud del cuerpo.



ZINC

Mineral esencial para nuestro organismo. El músculo esquelético y el hueso, combinados, contienen el 90 % del zinc total del organismo. Por eso es importante para ayudar en el mantenimiento de los huesos en condiciones normales.



*Consultar Bibliografía en el reverso de esta ficha.

Bibliografía

González-Albadalejo, J., Sanz, D., Claramunt, R. M., Lavandera, J. L., Alkorta, I., & Elguero, J. (2015). **Curcumina y curcuminoides: química, estudios estructurales y propiedades biológicas**. In Anales de la Real Academia Nacional de Farmacia (Vol. 81, No. 4, pp. 278-310).

Etzel, R. (1996). **Special extract of Boswellia serrata (H 15) in the treatment of rheumatoid arthritis**. Phytomedicine, 3(1), 91-94.

Martínez-Flórez, S., González-Gallego, J., Culebras, J. M., & Tuñón, M. (2002). **Los flavonoides: propiedades y acciones antioxidantes**. Nutrición hospitalaria, 17(6), 271-278.

Errasti, M. E. (2013). **Estudio de posibles aplicaciones farmacológicas de extractos de especies de bromeliáceas y su comparación con bromelina** (Doctoral dissertation, Facultad de Ciencias Exactas).

Torres Acosta, R., & Bahr Valcarcel, P. (2004). **El zinc: la chispa de la vida**. Revista cubana de pediatría, 76(4), 0-0.