

Función de las articulaciones

Agilidad es una palabra que rara vez se usa dentro del campo de la salud, pero es vital para una vida saludable. Sin la agilidad de la mente y el cuerpo, la vida sería una experiencia difícil. Las personas más ágiles parecen ser los atletas porque ejercitan a diario. Ellos están constantemente moviendo los músculos y articulaciones del cuerpo. Cada movimiento que hacemos nos ayuda a mantenernos ágiles.

Es a través del movimiento que el cuerpo se mantiene saludable, y para producir la agilidad se requiere del trabajo de varios sistemas del cuerpo. Para lograr esta condición de agilidad, el cuerpo necesita de ejercicio constante y una buena dieta. Esto puede ser logrado al consumir comida fresca, tales como frutas y vegetales. Las más adecuadas cantidades de nutrientes que se consuma, mejor serán alimentadas las células.

El sistema que asegura la agilidad es muy interesante. Los neurotransmisores llevan los impulsos del cerebro al área que se va a poner en movimiento, provocando el movimiento de las articulaciones que realizan la acción muscular. El movimiento causa la circulación de la sangre, que incrementa la actividad cardiovascular y alimenta a las células del cuerpo. En el momento que las células son alimentadas, éstas pueden trabajar mejor para ayudar a mantener el cuerpo ágil y permanecer en la homeostasis.

La homeostasis y la función de las articulaciones

La homeostasis (homeo=idéntico; stasis=estable) es definida como el balance y la armonía dentro del cuerpo. Es la condición creada cuando cada célula en el cuerpo funciona dentro de un ambiente interno con ciertas limitantes fisiológicas. La homeostasis es lograda cuando: 1) el cuerpo tiene la apropiada cantidad de gases, nutrientes, iones y agua; 2) mantiene la temperatura interna óptima y; 3) tiene el volumen óptimo para la salud de las células. Cuando la homeostasis es desordenada, la salud puede ser afectada.¹

Apoyo nutricional

En el sistema complejo del movimiento del cuerpo, los nutrientes son esenciales para el continuo crecimiento de las células y tejidos que participan en ese proceso. En el caso de niveles bajos en nutrientes, la homeostasis del cuerpo puede ser desordenada. Algunos nutrientes necesarios para el funcionamiento apropiado de las articulaciones son:

El sulfato de glucosamina es un amino azúcar necesario para la construcción del tejido conectivo. Es producido en el cuerpo por la combinación de glucosa con glutamina, que forman la glucosamina, a través de un proceso enzimático. Después es sulfatado por la acción de enzimas para formar el sulfato de glucosamina (GS). Éste tiene un papel dentro de la formación de tendones, líquido sinovial, huesos y ligamentos. Es creado en la formación de proteínas asociadas con la adhesión, crecimiento y estructura celular. GS es uno de los bloques constructivos de proteoglicanos, una sustancia base para los cartílagos.

La vitamina D es esencial en el funcionamiento de articulaciones porque participa en la formación de huesos saludables a cualquier edad. También sirve como agente en la mineralización de huesos y cartílagos.

La vitamina B6 es necesaria para el metabolismo de grasas, carbohidratos y proteínas. También es importante porque ayuda en el crecimiento de nervios y músculos.

La niacinamide, un derivativo de la vitamina niacina y parte del grupo complejo-B, es esencial para el funcionamiento apropiado del sistema nervioso que ayuda en el proceso del movimiento. MICHAEL'S® usa el amide de la niacina para suavizar las reacciones en la digestión.

El potasio ayuda a controlar el volumen del fluido en las células. Es importante para mantener las cantidades adecuadas dentro de éstas, así como



en su exterior. Cuando los iones de potasio se mueven dentro o fuera de las células, son reemplazados por los de hidrógeno que regulan el pH del cuerpo.²

El magnesio es el cuarto mineral más abundante en el cuerpo, y como un electrólito es importante en la actividad neuromuscular, en la neurotransmisión dentro del sistema nervioso, y la función del miocardio.³

La L-histidina, un aminoácido esencial en el cuerpo, es crucial para el buen funcionamiento de las articulaciones porque produce histamina. Este neurotransmisor sirve como agente de permeabilidad en los capilares sanguíneos que permiten la alimentación adecuada a los tejidos conectivos de las articulaciones.

Como obtener apoyo nutricional

MICHAEL'S® LOS PROGRAMAS NATUROPÁTICOS ofrece fórmulas que proveen nutrientes esenciales para la homeostasis apropiada de cada sistema, función y estructura en el cuerpo. **MICHAEL'S® FACTORES DE MOVILIDAD DE LAS ARTICULACIONES™** contiene las vitaminas y minerales anteriormente mencionados, complementados con las hierbas de alfalfa y yuca, conocidas por sus cualidades saludables.

Acerca de los productos

Los expertos en productos naturales saben que una buena combinación de nutrientes es más efectiva que tomar uno a la vez. Aunado al ahorro que se hace en el gasto de una sola combinación de nutrientes complementados con hierbas. La combinación de nutrientes en un solo producto incrementan su asimilación y reducen la cantidad de ingredientes que solo sirven para darle consistencia.

Textos Citados:

^{1,2,3} Tortora, Gerald J. and Grabowski, Sandra R., *Principles of Anatomy and Physiology*, 7th ed. New York: HarperCollins College Publishers, 1993, pp. 9, 108 910, 911.

Supplement Facts

Serving Size: Four (4) Tablets

Amount Per Serving	% Daily Value	
Vitamin D3 (as Cholecalciferol†)	25 mcg	125%
Niacin (as Niacinamide)	300 mg	1875%
Vitamin B6 (as Pyridoxine Hydrochloride)	100 mg	5882%
Pantothenic Acid (as d-Calcium Pantothenate)	300 mg	6000%
Magnesium (as Magnesium Amino Acid Chelate)	300 mg	71%
Potassium (as Potassium Amino Acid Chelate)	289 mg	6%

Proprietary Blend 2.88 g (2882 mg) *

Alfalfa Herb (*Medicago sativa*), Hydrangea Root (*Hydrangea arborescens*), *Yucca filamentosa* Root Powder, Glucosamine Sulfate Potassium Chloride (Vegetarian) (from Corn)***, Bromelain (from Pineapple), Indian frankincense Extract (Resin), Turmeric Extract (Rhizome) (*Curcuma longa*), Devil's Claw Root (*Harpagophytum procumbens*), DL-Phenylalanine, L-Histidine, Celery Seed (*Apium graveolens*), Corn Silk (Styles and Stigma) (*Zea mays*), Fennel Seed (*Foeniculum vulgare*), Uva Ursi Leaf (*Arctostaphylos uva ursi*), White Willow Bark (*Salix alba*) and MSM (Methylsulfonylmethane)

*Daily Value not established.

OTHER INGREDIENTS: Stearic Acid, Maltodextrin, Microcrystalline Cellulose, Dicalcium Phosphate, Modified Cellulose Gum, Vegetable Magnesium Stearate, Silicon Dioxide and Pharmaceutical Glaze (Shellac, Povidone).

†From Lanolin.

**GreenGrow® Glucosamine Sulfate is a Trademark of Ethical Naturals, Inc.

These statements have not been evaluated by the Food and Drug Administration. This product is not intended to diagnose, treat, cure or prevent any disease.

©2018 MICHAEL'S® NATUROPATHIC PROGRAMS
6003 RANDOLPH BLVD
SAN ANTONIO, TEXAS 78233
A SUBSIDIARY OF INNER HEALTH
GROUP HOLDINGS, LLC.

CONSUMER INFORMATION SERVICES
VOICE MAIL: 800-845-2730
michaelshealth.com