



#### O MAGNÉSIO

O Magnésio auxilia no funcionamento neuromuscular, na formação dos ossos, no metabolismo energético e de proteínas, carboidratos e gorduras.

#### A VITAMINA D

A Vitamina D auxilia no funcionamento muscular, na formação de ossos e dentes, na absorção de cálcio e fósforo e no funcionamento do sistema imune.

#### MODO DE USO

Uso adulto. Ingerir uma cápsula ao dia.

**Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance das crianças.**

#### INGREDIENTES:

Bisglicinato de magnésio, colágeno tipo II e colecalciferol. Agente de massa: Celulose microcristalina. Antiemectantes: Dióxido de silício e estearato de magnésio. Corante: Dióxido de titânio. Gelificante: Gelatina. Veículo: Água.  
**NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 0,89 g (1 cápsula)

| Quantidade por porção | Adulto | % VD (*) |
|-----------------------|--------|----------|
| Vitamina D            | 5 µg   | 100%     |
| Magnésio              | 130 mg | 50%      |

“Não contém quantidade significativa de valor energético, carboidratos, proteínas, gorduras totais, gorduras saturadas, gorduras *trans*, fibra alimentar e sódio.”

\* %Valores Diários com base em uma dieta de 2000 kcal ou 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

#### CUIDADOS DE CONSERVAÇÃO E ARMAZENAMENTO:

Manter em temperatura ambiente (15°C a 30°C). Proteger da luz e manter em lugar seco.

Cadastre-se no Programa EMS Saúde para saber mais sobre **como receber benefícios na compra de Condres Ultra.**

#### PROGRAMA DE APOIO



www.emssaude.com.br • 0800 941 8585  
OU PELO APP DE SMARTPHONE



CLIENTE: EMS  
JOB: CONDRES ULTRA  
ARQUIVO: FOLHETO\_CODRES\_ULTRA\_6SET18

IMPRESSÃO: OFFSET  
SUPORTE: SULFITE  
CORES:  
CROMIA  
PANTONES:  
PANTONE 2925 C  
PANTONE 301 C  
ACABAMENTOS: NÃO HÁ.

#### APROVAÇÕES

APROVAÇÃO EM: 0/00/2018

RESPONSÁVEL CLIENTE:

PATRICIA POIANI

RESPONSÁVEL ORÉ:

JULIA GONCALVES



O QUE É A CARTILAGEM ARTICULAR?

A cartilagem articular é um tecido conjuntivo vivo, em constante renovação, onde ocorre um equilíbrio dinâmico fisiológico entre a formação e a destruição de sua estrutura. A cartilagem articular reveste a superfície dos ossos nas articulações, protegendo-as. É formada por material elástico e resistente à carga, rico em colágeno. Permite o amortecimento e o deslizamento, diminuindo o atrito entre as superfícies ósseas. Proporciona flexibilidade e sustentação para as articulações, facilitando movimentos, absorvendo impactos e garantindo sua integridade e funções.

QUAL A IMPORTÂNCIA DE UMA CARTILAGEM SAUDÁVEL?

Uma cartilagem saudável proporciona mais movimentos e bem-estar. Para evitar o desgaste excessivo da cartilagem, algumas medidas estão indicadas, como realização de atividades físicas, perda de peso e uma alimentação saudável e equilibrada.

QUAIS FATORES PODEM PREJUDICAR A CARTILAGEM ARTICULAR?

As articulações podem se desgastar por diversos fatores, dentre eles: traumatismo das articulações, uso repetitivo (por exemplo, prática excessiva de esportes), envelhecimento, deficiência de nutrientes e excesso de peso (por exemplo, obesidade).



Articulação Saudável

O QUE É CONDRÓCITO?

Os condrócitos são as células da cartilagem, responsáveis pela síntese, organização e manutenção do meio extracelular (Muir, 1995). Mudanças na sua composição, como as causadas por lesão, trauma ou por baixa ingestão de colágeno estimulam a atividade desorganizada dos condrócitos, levando à degeneração da cartilagem. A atividade dos condrócitos é dependente da presença de moléculas bioativas específicas, como por exemplo, o colágeno tipo II, e da atividade inflamatória na articulação. (Mlynarik e Trätting, 2000; Oesser e Seifert, 2003). A síntese adequada de colágeno articular é fundamental para a proteção da articulação. A saúde da cartilagem articular é essencial para promover maior mobilidade, flexibilidade e conforto para os movimentos e consequentemente, melhora a qualidade de vida para as atividades diárias.

Referências:

1. Mayne, R. Collagens: what is their function, are they involved in articular disease. Arthritis Rheum 32:241-246, 1989.
2. Eyre, D.R.; Wu, J.J.; Woods, P.E. The cartilage collagens: structural and metabolic studies. J Rheumatol 18:49-51, 1991.
3. Muir, H. The chondrocyte, architect of cartilage: biomechanics, structure, function and molecular biology of cartilage matrix macromolecules. Bioessays 17:1039-1048, 1995.
4. Mlynarik, V.; Trätting, S. Physicochemical properties of normal articular cartilage and its MR appearance. Invest Radiol 35:589-594, 2000.
5. Oesser, S.; Seifert, J. Stimulation of type II collagen biosynthesis and secretion in bovine chondrocytes cultured with degraded collagen. Cell Tissue Res 311:393-399, 2003.
6. Lugo, J.P. et al. Undenatured type II collagen (UC-II®) for joint support: a randomized, double-blind, placebo-controlled study in healthy volunteers. Journal of the International Society of Sports Nutrition. 10:48, 2013.
7. Crowley, D.C. et al. Safety and efficacy of undenatured type II collagen in the treatment of osteoarthritis of the knee: a clinical trial. Int. J. Med. Sci. 6, 2009.
8. Castiglioni S, Cazzaniga A, Aliberti W, Maier JAM. Magnesium and Osteoporosis: Current State of Knowledge and Future Research Directions. 2013;3022-33.
9. Alawi AM Al, Majoni SW, Falhammar H. Review Article Magnesium and Human Health : Perspectives and Research Directions. Hindawi; 2018;2018.
10. Orchard TS, Larson JC, Alghothani N, Bout-Tabaku S, Cauley JA, Chen Z, et al. Magnesium intake, bone mineral density, and fractures: results from the Women's Health Initiative Observational Study. Am J Clin Nutr. 2014;
11. Carvil P, Granin J. Magnesium and implications on muscle function. Strength Cond J. 2010;
12. Wacker M, Holick MF. Vitamin D-effects on skeletal and extraskelatal health and the need for supplementation. Nutrients. 2013.
13. Bikle DD. Vitamin D and bone. Curr Osteoporos Rep. 2012;
14. Bischoff-Ferrari HA, Giovannucci E, Willett WC, Dietrich T, Dawson-Hughes B. Estimation of optimal serum concentrations of 25-hydroxyvitamin D for multiple health outcomes. Am J Clin Nutr. 2006;
15. Bischoff-Ferrari H a, Willett WC, Wong JB, Giovannucci E, Dietrich T, Dawson-Hughes B. Fracture prevention with vitamin D supplementation: a meta-analysis of randomized controlled trials. JAMA. 2005;

