

Con l'abbassarsi delle temperature e l'arrivo dell'autunno capita che i dolori articolari e muscolari si facciano risentire.

Ma che differenza c'è tra artrite e artrosi?

Per **artrosi** si intende il processo di invecchiamento di cartilagini, tendini e ossa che determina la perdita progressiva, e per fortuna molto lenta, di elasticità e di funzione dell'articolazione.

Diversamente si parla di **artrite** quando un'articolazione si infiamma in modo acuto a causa di un trauma, di un problema immunologico o infettivo o in relazione all'aumento dell'infiammazione da cibo.

L'artrosi in sé e per sé non determina dolore e fastidi che invece sono presenti, anche in maniera molto acuta, se si parla di artrite, cioè in definitiva del processo infiammatorio e doloroso che si sovrappone all'artrosi comune a tutti col progredire dell'età.

Gli oligoelementi possono rappresentare un supporto naturale in entrambi i casi contribuendo a prevenire l'artrosi e aiutando a ridurre l'infiammazione in caso di artrite.

Ad esempio minerali come Manganese, Rame e Zinco contribuiscono a proteggere i tessuti dall'azione dei radicali liberi e dall'invecchiamento, aiutando il mantenimento in salute di cartilagini, tendini e ossa. Allo stesso modo il Magnesio è necessario per la salute delle ossa e per la corretta funzione muscolare grazie alla sua azione detensiva e miorilassante.

Estratti fitoterapici come Ribes nigrum e Citrus sinensis sono d'aiuto per normalizzazione le risposte infiammatorie e riducono le tensioni muscolari.

[Magnesio +](#)

Per sfruttare al meglio la sua azione decontratturante si utilizzeranno 2 compresse a prima colazione e 2 compresse a cena o alternativamente 2,5 ml a prima colazione e 2,5 ml a cena per cicli di circa un mese anche ripetibili.

[Oximix 3+](#)

Grazie al bilanciamento di minerali ed estratti fitoterapici svolge un'azione antiossidante e antinfiammatoria utile contro i dolori articolari. Si utilizzeranno 5 ml o 1 capsula a prima colazione per cicli di circa 40 giorni da iniziare con l'arrivo dei primi freddi e serenamente ripetibili nel corso dell'inverno.



Oximix 3+

Grazie al bilanciamento di minerali ed estratti fitoterapici svolge un'azione antiossidante e antinfiammatoria utile contro i dolori articolari.

Si utilizzeranno **5 ml o 1 capsula a prima colazione** per cicli di circa **40 giorni** da iniziare con l'arrivo dei primi freddi e serenamente ripetibili nel corso dell'inverno.

Magnesio+

Per sfruttare al meglio la sua azione decontratturante si utilizzeranno **2 compresse a prima colazione e 2 compresse a cena** o alternativamente **2,5 ml a prima colazione e 2,5 ml a cena** per cicli di circa un mese anche ripetibili.