

Rafforzare la struttura ossea con Biogena Osteo Calbon Komplex Gold

Anche se a prima vista non sembra, l'osso è un tessuto vivo e dinamico, soggetto a un continuo processo di rinnovamento. Quando l'apporto di nutrienti è adeguato, i processi di costruzione predominano in giovane età. Intorno ai 30 anni, però, iniziano a prevalere quelli di degradazione. Tuttavia, molte persone iniziano a preoccuparsi della salute ossea solo nella seconda metà della vita, quando una densitometria ossea rivela una riduzione significativa della massa ossea.

Ma anche persone più giovani possono presentare una densità ossea ridotta, specialmente quelle appartenenti a gruppi a rischio. Le intolleranze alimentari, ad esempio, possono compromettere l'assorbimento dei nutrienti a causa di alterazioni della mucosa intestinale. Anche un peso corporeo troppo basso, diete squilibrate, sedentarietà, consumo di alcol e fumo possono avere effetti negativi sulla densità ossea. Un'intolleranza al lattosio che porta ad evitare i latticini può ridurre le riserve di calcio. Alcuni farmaci – come ormoni tiroidei, cortisone o inibitori della pompa protonica (i cosiddetti "protettori gastrici") – compromettono l'assorbimento del calcio. Inoltre, molte persone presentano livelli insufficienti di vitamina D, il che impedisce sia l'assorbimento del calcio a livello intestinale sia il suo deposito nelle ossa. Anche la vitamina K è necessaria in quantità adeguate per un sano metabolismo osseo.

In uno studio condotto in uno studio di medicina generale in Austria, è stata misurata la densità ossea tramite esame DEXA su 48 adulti sani, di età compresa tra 20 e 54 anni. L'età media era di soli 41 anni. Nessuno dei partecipanti presentava sospetti di problemi ossei, ma tuttavia appartenevano a gruppi a rischio. E in effetti, lo studio ha mostrato che una densità ossea insufficiente può verificarsi già in età relativamente giovane: l'81% delle persone (39 soggetti) presentava una densità ossea ridotta.

Lo studio di prodotto

Alle 39 persone con densità ossea ridotta è stata offerta la possibilità di partecipare a uno studio di prodotto. 33 persone hanno accettato. Sono state assegnate in modo casuale al gruppo verum (che ha ricevuto il prodotto in esame) o al gruppo placebo (che ha ricevuto capsule di cellulosa).

Per i successivi 6 mesi, 17 persone hanno assunto il prodotto di studio (Biogena Osteo Calbon Komplex Gold), mentre 16 hanno assunto il placebo. Successivamente è stata effettuata una nuova misurazione della densità ossea. Otto persone del gruppo verum hanno proseguito lo studio per altri 6 mesi, per un totale di 12 mesi, al termine dei quali è stata effettuata un'ulteriore misurazione. Il gruppo placebo ha concluso lo studio dopo 6 mesi.

Il prodotto

Biogena Osteo Calbon Komplex Gold è una formulazione sviluppata specificamente a base di calcio e fosforo legati a proteine (provenienti da idrossiapatite), con vitamina D3 e vitamina K2, che svolgono un ruolo nel metabolismo osseo. Inoltre, contiene boro

come oligoelemento e acido silicico da bambù, ricco in silicio. I partecipanti hanno seguito la dose giornaliera raccomandata di 3 capsule.

I risultati

La misurazione DEXA dopo 6 mesi ha mostrato che i partecipanti del gruppo verum hanno mantenuto la densità ossea a livello di anche e colonna vertebrale. I soggetti del gruppo placebo, invece, hanno mostrato una riduzione: -2% nella colonna vertebrale e -0,7% nell'anca (vedi grafico).

Dopo 12 mesi, il gruppo che ha continuato a prendere il prodotto ha mostrato un aumento della densità ossea del +1,7% nella colonna vertebrale e del +2% nell'anca. Questi dati suggeriscono che un apporto mirato e continuativo di nutrienti selezionati può contribuire significativamente al mantenimento della densità ossea.

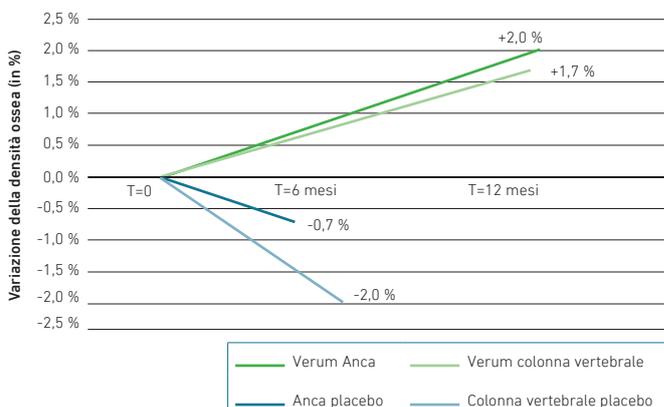


Abb.: Variazione della densità ossea nell'anca e nella colonna vertebrale (in %) delle persone che hanno utilizzato Biogena Osteo Calbon Komplex Gold (verde) per 12 mesi, rispetto al gruppo che ha ricevuto un preparato placebo (blu).

Conclusione

La salute delle ossa riguarda tutte le persone, indipendentemente dall'età. Chi appartiene a un gruppo a rischio dovrebbe considerare, in accordo con il proprio medico, di sottoporsi a una semplice misurazione della densità ossea. Oltre all'attività fisica e a uno stile di vita sano, è fondamentale un apporto sufficiente di nutrienti mirati per mantenere ossa forti e stabili. Questo studio dimostra che la densità ossea può essere preservata nel tempo con l'aiuto del preparato combinato Biogena Osteo Calbon Komplex Gold.



Autore dello studio Biogena:

Dr. med. univ. Johann Resch
Medico di base

Salisburgo, maggio 2019