

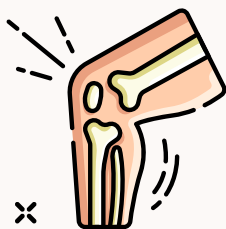
GUÍA DE CONSUMO

J&B SUPPORT

Formulado para personas que buscan apoyo natural para la salud articular y ósea.



¿Para quiénes se recomienda?



Osteoartritis y dolor articular: Glucosamina y MSM, ayudan a mantener la movilidad y aliviar las molestias asociadas con la osteoartritis.

Prevención de osteoporosis: Vitamina D3 y calcio, apoyan la salud, mineralización y fortaleza de los huesos.

Adultos mayores de 50 años: J&B SUPPORT brinda apoyo simultáneo a huesos, articulaciones y cartilago.

Deportistas y personas activas: favorece la recuperación y ayuda a proteger las articulaciones del desgaste.

Déficit de vitamina D documentado: aporta 20 mcg (800 UI) de vitamina D3, equivalentes al 100% del valor diario.

Dolor de rodilla, cadera o columna: el sulfato de glucosamina ayuda a mantener la comodidad y movilidad de rodillas y caderas.

Menopausia y pérdida ósea acelerada: el calcio y la vitamina D3 apoyan la densidad y mineralización ósea.

Personas sedentarias o con trabajo de escritorio: complementa una rutina de movilidad para favorecer la nutrición del cartilago.



**ALERTA DE
ALÉRGENO**

CONTIENE MARISCOS (PESCADO Y CANGREJO). La Glucosamina Sulfato presente en este producto es derivada de fuentes marinas. **NO CONSUMIR** si tiene alergia o hipersensibilidad a mariscos, crustáceos o moluscos. En caso de duda, consulte a su médico antes de usar.

Cómo tomarla



01 - Toma 1 cápsula después del desayuno, la Vitamina D3 requiere grasa alimentaria para absorberse.



02 - Segunda cápsula después del almuerzo mantiene niveles estables de Glucosamina en sangre durante el día.



03 - Hidratación adecuada. Beber al menos 1.5-2 L de agua al día. El cartilago articular es 65-80% agua.



04 - Constancia, la regeneración del cartilago es lenta. Una dieta baja en sodio, actividad física regular y control del estrés.

Interacciones a considerar

Anticoagulantes (warfarina)

Consultar al médico — la Glucosamina puede potenciar el efecto anticoagulante.

Antibióticos (tetraciclinas)

Separar la toma por al menos 2 horas — el Calcio puede reducir la absorción del antibiótico.

Medicamentos para tiroides (levotiroxina)

Separar por al menos 4 horas — el Calcio interfiere con la absorción de la levotiroxina.

Suplementos de Vitamina D (dosis altas)

Consultar al médico para no superar los 4,000 UI/día de Vitamina D3 entre todas las fuentes.

Embarazo / Lactancia

No recomendado sin supervisión médica



CONSERVACIÓN: No exceder la dosis diaria de 2 cápsulas. Mantener fuera del alcance de los niños. No se recomienda su consumo en menores de 18 años. Consultar a un médico durante el embarazo o la lactancia, si se están tomando medicamentos o si se padece alguna condición médica. Mantener una hidratación adecuada.

No transferir a otros envases, el frasco original protege el contenido de la luz y la humedad. En caso de que las cápsulas presenten humedad o apelmazamiento inusual, no consumir y contactar al distribuidor.

La Vitamina D3 puede causar hipercalcemia si se combina con altas dosis de calcio o con otros suplementos de Vitamina D. El calcio puede reducir la absorción de ciertos antibióticos (tetraciclinas, fluoroquinolonas) y medicamentos para la tiroides.