



## PROTECCIÓN ARTICULAR Y OSEA – SUPLEMENTACION Y PREVENCIÓN DE LESIONES

Día 13 de junio del 2014 a las 19.30 h en WALKTROPO C/ Mónaco 25 C.C Europolis – Soho  
Las Rozas de Madrid (Duración aproximada 1.30 h)

1. LAS ARTICULACIONES
  - 1.1. Diferencia entre artrosis y artritis
  
2. LA INFLAMACIÓN
  - 2.1. Concepto
  - 2.2. El proceso bioquímico de la inflamación
  - 2.3. Enfoque de la medicina tradicional en el tratamiento de la inflamación
  - 2.4. Alternativas naturales en el tratamiento de la inflamación
    - a) Cúrcuma
    - b) Jengibre
    - c) Harpagofito
    - d) Boswellia
  
3. LÍNEA REGENERADORA DEL CARTÍLAGO ARTICULAR
  - 3.1. Introducción: elementos que componen el cartílago.
  - 3.2. Colágeno
  - 3.3. Glucosamina
  - 3.4. Condroitina
  - 3.5. Ácido Hialurónico
  - 3.6. MSM
  - 3.7. Silicio
  
4. PROTECCIÓN ÓSEA
  - 4.1. Calcio-Magnesio
  - 4.2. Vitamina D3
  
5. PRESENTACION DE LA CONSULTA DE NATUROPATIA DE TRAINING DAY&Walktopro
  
6. RUEGOS Y PREGUNTAS