

	<b>FICHA TÉCNICA</b>			
	Nombre del Product : Biotina con Colágeno 450 mg			
Codigo:	Versión:	Fecha de Emisión:	Fecha de proxima revision:	Sustituye:
FT-QA-001-00	0.0	11-dic-23	05-nov-25	Ninguno

### BIOTINA + COLÁGENO GENTE SANA®

- 1 DENOMINACIÓN GENERICA  
Suplemento Alimenticio
- 2 NOMBRE COMERCIAL DEL SUPLEMENTO ALIMENTICIO  
BIOTINA + COLÁGENO
- 3 PRESENTACIÓN  
Frasco con 60 cápsulas. Contenido Neto 36 g
- 4 INTENCIÓN DE USO  
Contribuir al mantenimiento y regeneración de la piel, el cabello, las uñas.
- 5 MODO DE USO  
Una (1) cápsula de 600 mg
- 6 FÓRMULA CUALITATIVA Y CUANTITATIVA

Ingredientes	Ctd. por porción (1.2 g)*	Cantidad por 100 g	Función
<b>ACTIVOS</b>			
Vitamina B7/Biotina	0.27 mg	0.5 g	Contribuye a la salud del cabello, la piel y las uñas
Colágeno	450 mg	74.83 g	Mantiene la integridad de los huesos, la piel y las articulaciones
<b>EXCIPIENTES C.S.P***</b>			

\*La cápsula (cápsula de gelatina natural #0) aporta aprox. 103 mg a la fórmula.

\*\*El contenido de vitaminas y minerales se encuentran dentro de los límites permitidos en Suplemento Alimenticio

\*\*\*En conformidad con lo establecido en el acuerdo por el que se determinan los aditivos y coadyuvantes en alimentos, bebidas y suplementos alimenticios, su uso y disposiciones sanitarias.

## 7 INDICACIÓN TERAPEUTICA

La **biotina**, también conocida como **vitamina B7**, es una vitamina hidrosoluble del complejo B que desempeña un papel esencial en el metabolismo energético, especialmente en la síntesis de ácidos grasos, aminoácidos y glucosa. Si bien su deficiencia es poco común, su suplementación ha ganado atención tanto en contextos clínicos como cosméticos debido a sus múltiples beneficios potenciales. Se recomienda con frecuencia durante el embarazo, ya que algunas mujeres pueden presentar deficiencias leves que podrían afectar el desarrollo fetal. Además, se ha utilizado como complemento para mejorar la salud del cabello, la piel y las uñas, siendo particularmente útil en personas con uñas frágiles o cabellos quebradizos.

En el ámbito dermatológico, la biotina se considera una opción terapéutica en el tratamiento de afecciones capilares patológicas, como la alopecia o el efluvio telógeno, aunque la evidencia clínica aún es limitada. También se ha utilizado en lactantes con costra láctea (dermatitis seborreica infantil) y en adultos con neuropatía diabética, donde podría mejorar el control glucémico y aliviar síntomas asociados. Asimismo, se exploran sus beneficios en personas que toman medicamentos anticonvulsivos a largo plazo, debido a que estos pueden interferir con la absorción de vitaminas del complejo B, y se investiga su uso como tratamiento complementario en enfermedades como la esclerosis múltiple.

Desde una perspectiva farmacológica, la biotina es bien tolerada y su perfil de seguridad es favorable, aunque no se han establecido con claridad los límites máximos de dosis en ciertas poblaciones. Las dosis varían según la indicación: mientras que para casos de neuropatía diabética se han utilizado dosis altas (entre 7,000 y 15,000 mcg diarios), para condiciones más leves como uñas quebradizas o costra láctea se recomiendan dosis significativamente menores. No obstante, la mayoría de los estudios disponibles son preliminares y presentan limitaciones metodológicas, por lo que se requieren investigaciones más rigurosas para validar su eficacia y establecer guías clínicas claras.

### Principales Indicaciones Terapéuticas

**Salud de las uñas:** Aunque la biotina suele promocionarse como un suplemento para fortalecer y alargar las uñas, la evidencia científica que respalde estos beneficios en personas sanas es limitada. Sin embargo, en casos donde existe una deficiencia de biotina o condiciones específicas que afectan la integridad de las uñas (como el síndrome de uñas frágiles), su suplementación ha mostrado resultados prometedores, incluyendo un aumento en el grosor y resistencia de las uñas con el tiempo. Aún así, se requieren más estudios clínicos controlados para confirmar su eficacia generalizada en este ámbito.

**Salud de la piel:** juega un papel importante en el mantenimiento de una piel saludable, gracias a su función en la producción de ácidos grasos que mantienen la integridad cutánea. La deficiencia de esta vitamina se ha asociado con problemas dermatológicos como dermatitis descamativa, enrojecimiento alrededor de ojos, nariz y boca, y en algunos casos, exacerbación del acné o cicatrización deficiente. Aunque estos efectos son más notorios en casos de deficiencia severa, los investigadores continúan estudiando cómo los niveles subóptimos de biotina podrían influir en afecciones cutáneas más comunes.

**Cuidado prenatal :** Durante el embarazo, la demanda de biotina aumenta debido a los cambios metabólicos y al desarrollo fetal, y se ha observado que alrededor de un tercio de las mujeres embarazadas pueden presentar niveles bajos de esta vitamina. Aunque estas deficiencias suelen ser leves, podrían tener implicaciones en la salud materno-fetal, incluyendo un posible aumento del riesgo de defectos del tubo neural en ausencia de otros nutrientes esenciales como el ácido fólico. Por esta razón, se recomienda que las mujeres embarazadas aseguren una ingesta adecuada de biotina, ya sea a través de la dieta (hígado, huevo, frutos secos, legumbres) o, si es necesario, mediante suplementos, siempre bajo supervisión médica. Aún se necesita más investigación para comprender completamente el impacto de estas deficiencias leves y la necesidad de suplementación rutinaria.

**Salud del sistema nervioso :** participa en procesos metabólicos fundamentales para el sistema nervioso, incluyendo la producción de energía en las células nerviosas. Se ha propuesto su uso en enfermedades neurológicas progresivas como la esclerosis múltiple (EM), especialmente en formas avanzadas, con la hipótesis de que podría favorecer la reparación de la mielina y mejorar la función neurológica. No obstante, aunque algunos estudios preliminares ofrecieron resultados alentadores, investigaciones más recientes y de mayor calidad metodológica no han demostrado beneficios significativos a largo plazo con dosis altas de biotina en personas con EM. A pesar de esto, sigue siendo un área de interés para la investigación, particularmente en el contexto de otras neuropatías o estados carenciales.

El **colágeno** es una proteína fundamental en el proceso de envejecimiento, ya que influye en las propiedades estructurales, mecánicas y organizativas de los tejidos del cuerpo. Esta proteína interactúa con las células a través de distintas familias de receptores, regulando procesos clave como la proliferación, migración y diferenciación celular. Además, ciertos tipos de colágeno tienen una distribución específica en los tejidos, lo que les confiere funciones biológicas particulares.

Más allá de su valor como fuente de aminoácidos, los productos derivados del colágeno, especialmente los que contienen péptidos bioactivos, pueden ejercer efectos biológicos directos sobre las células de la matriz extracelular. Esta característica justifica su inclusión en suplementos alimenticios y formulaciones farmacéuticas orientadas a la salud de la piel, los huesos y las articulaciones.

Una de las principales ventajas del colágeno hidrolizado frente al colágeno nativo es su elevada tasa de digestibilidad, lo que favorece su absorción, distribución y aprovechamiento en el organismo. Los efectos más notorios del consumo de colágeno se observan en personas con procesos de degradación del colágeno endógeno o en riesgo de padecerlos, como ocurre con el envejecimiento, la pérdida de masa ósea y cartilaginosa, la actividad física intensa, el sobrepeso, los desequilibrios hormonales, traumatismos, quemaduras, terapias oncológicas agresivas, e incluso tras procedimientos como implantes dentales o cutáneos.

## 8 FARMACOCINÉTICA

### **Biotina**

La absorción de la biotina libre se efectúa en el intestino delgado superior. La molécula pasa la pared intestinal de forma inalterada. La absorción se efectúa principalmente por difusión. La biotina queda ligada hasta en un 80%, en las proteínas plasmáticas. La excreción se realiza a través de la orina principalmente. Aproximadamente la mitad de la biotina se segrega en forma inalterada, y la otra mitad en forma de productos de degradación biológicamente inactivos.

### **Colágeno**

El colágeno no se absorbe en su forma original debido a su gran tamaño; por eso, se consume habitualmente como colágeno hidrolizado, que ha sido descompuesto en péptidos y aminoácidos. Estos fragmentos son absorbidos en el intestino y transportados por el torrente sanguíneo hacia tejidos como la piel, huesos, cartílago, cabello y uñas. Allí, estimulan a las células (como los fibroblastos) para que sintetizen nuevo colágeno, utilizando aminoácidos esenciales como glicina y prolina, junto con vitamina C. Los componentes no utilizados o degradados se eliminan a través de las vías de excreción normales del cuerpo

## 9 RESTRICCIONES DE USO DURANTE EL EMBARAZ Y LA LACTANCIA

Se recomienda evitar los suplementos de colágeno por falta de estudios sobre su seguridad, aunque se considera que la biotina es segura e incluso necesaria para el desarrollo fetal. Durante la lactancia, la biotina es segura y se recomienda para la madre.

Consulte a su médico.

## 10 CONTRAINDICACIONES

Alergia a sus componentes, la biotina puede ser riesgosa en dosis elevadas, evitar tomar si se administra medicamentos como anticoagulantes o anticonvulsivos, ya que puede haber interacciones

## 11 PRECAUCIONES GENERALES

No exceder de la producción recomendada.□

## 12 PERIODO DE VALIDEZ

2 años

14 TABLA NUTRICIONAL

INFORMACIÓN NUTRIMENTAL		
Por porción: Una (1) Cápsula de 600 mg		
Porciones por envase: 60		
Producto: Biotina + Colágeno		
<b>Contenido energético</b>	<b>Por porción</b> 7.2 kJ (1.73 kcal)	<b>Por 100 g</b> 1606.7 kJ (384 kcal)
<b>Proteínas</b>	<b>0.43 g</b>	<b>96 g</b>
<b>Grasas (Lípidos)</b>	<b>0 g</b>	<b>0 g</b>
<b>Carbohidratos (Hidratos de carbono)</b>	<b>0 g</b>	<b>0 g</b>
<b>Sodio</b>	<b>1.17 mg</b>	<b>0.26 g</b>
Vitamina B7 (Biotina)	<b>0.27 mg</b>	<b>0.5 g</b>
Colágeno	<b>450 mg</b>	<b>74.83 g</b>

15 BIBLIOGRAFÍA

Bistas, K. G., & Tadi, P. (2023, 3 julio). Biotin. StatPearls - NCBI Bookshelf.  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK554493/#article-18328.s4>  
 Biotin's therapeutic uses | Research Starters | EBSCO Research. (s. f.). EBSCO.  
<https://www.ebsco.com/research-starters/nutrition-and-dietetics/biotins-therapeutic-uses>  
 WebMD Editorial Contributor. (2024, 31 marzo). Biotin: Benefits and Side Effects. WebMD.  
<https://www.webmd.com/diet/health-benefits-biotin>  
 Campos, L. D., De Almeida Santos, V., Junior, Pimentel, J. D., Carregã, G. L. F., & Cazarin, C. B. B. (2023). Collagen supplementation in skin and orthopedic diseases: A review of the literature. Heliyon, 9(4), e14961. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14961>  
 Professional, C. C. M. (2025, 28 julio). Collagen. Cleveland Clinic.  
<https://my.clevelandclinic.org/health/articles/23089-collagen>  
 Wang, H. (2021). A Review of the Effects of Collagen Treatment in Clinical Studies. Polymers, 13(22), 3868. <https://doi.org/10.3390/polym13223868>