

03/03/2004

Lector

Almería

Cádiz

Córdoba

Granada

Huelva

Jaén

Málaga

LOCALIDADES

Granada

Albolote

Albondón

Albuñol

Alfacar

Algarinejo

Alhama

Alhendín

Almuñécar

Armilla

Atarfe

Baza

Benalúa

Benamaurel

Bérchules

Cacín

Cádiar

Caniles

Cáñar

Castell de Ferro

Castril

Cenes de la Vega

Chauchina

Churriana

Cogollos de la Vega

Colomera

Cortes y Graena

Cuevas del Campo

Cúllar

Darro

Deifontes

Dúrcal

Fonelas

Fuente Vaqueros

Galera

Gójar

Guadahortuna

Guadix

Huéneja

Huéscar

Huétor de Santillán

Huétor-Tájar

Huétor-Vega

Illora

Itrabo

Iznalloz

Jun

La Calahorra

Anuncie su comercio en "Nuestras Calles" 902 24 10 24



Toda la información

www.andalucia24horas.com

La dieta rica en curry ayuda a prevenir las enfermedades cardiovasculares, según un estudio de la UGR

El primer consejo que da un médico a alguien que empieza un proceso de enfermedad cardiovascular es el control de los hábitos de vida (tabaco, alcohol, sedentarismo...) y la dieta. La Cúrcuma Longa L. es una planta de origen asiático con un alto contenido en antioxidantes. Por esta razón, el curry, la especia que se extrae del rizoma de este vegetal y que tanto se utiliza en la cocina india, es muy positivo para la prevención de las enfermedades cardiovasculares, según la tesis realizada en el Instituto de la Nutrición y la Tecnología de los Alimentos por Cruz Rico Prados, bajo la dirección de Carmen Ramírez Tortosa, Emilio Martínez de Victoria y María Dolores Yago Torregrosa.



Es todo el extracto de cúrcuma, más que su componente mayoritario (la curcumina) el propiedades antioxidantes presenta, como se ha visto en los trabajos desarrollados por científicos de la Universidad de Granada (UGR) con conejos a los que previamente se les provocado un importante incremento del colesterol y las grasas saturadas en ocasionándoles arteriosclerosis.

Estas sustancias y otros compuestos fenólicos basan sus efectos terapéuticos en que evitan que se ralentice o simplemente no se produzca la formación de la placa de ateroma, al reducir el estrés oxidativo. Es decir, que no se acumulen los lípidos y las lipoproteínas (LDL) que transportan el colesterol en la sangre, evitando así el primer paso de la enfermedad vascular. En este modo se podrían prevenir problemas cerebrales, infartos, arteriosclerosis y la enfermedad vascular periférica (evitándose la paralización de las piernas del enfermo).

A los conejos se suministraban tres tipos de dietas: un extracto de cúrcuma con la que se observaron los anteriores efectos, curcumina pura y vitamina E. Esta última es la que se utilizado normalmente en los trabajos científicos como antioxidante de excelencia para la prevención de enfermedades cardiovasculares hasta el desarrollo de los trabajos llevados a cabo por estos científicos bajo la dirección del doctor Ángel Gil Hernández, con el apoyo de la farmacéutica alicantina ASAC Pharmaceutical International A.I.E. Hasta la fecha, de la que se conocían sus efectos antiinflamatorios y anticancerígenos, pero nunca se había profundizado en sus propiedades para la bajada del colesterol y prevención de la enfermedad vascular.

"Los resultados apuntan que, a diferencia de la vitamina E, el extracto de cúrcuma, más que la curcumina pura, tiene efectos directos sobre la formación de la placa de ateroma por los factores que están implicados", explica la profesora Carmen Ramírez Tortosa. Entre los factores destaca la menor oxidación de la LDL, lipoproteína que transporta el colesterol, dificultando la formación de la placa. También se ha observado que disminuyen los daños genéticos en los conejos alimentados con dicho extracto.

En cuanto a los proyectos de futuro, destaca la profundización en estos estudios en el nivel molecular. Se trataría de ver qué moléculas se ponen en marcha en la reducción de la placa de ateroma y en qué forma. Más adelante, la comprobación en humanos, para lo que no habría ningún problema técnico o ético, más allá de la financiación. Al fin y al cabo, el curry se come todos los días en muchos hogares del mundo.

01/0

[La Herradura](#)
[La Malahá](#)
[La Zubia](#)
[Láchar](#)
[Lanjarón](#)
[Las Gabias](#)
[Lentegí](#)
[Lobres](#)
[Loja](#)
[Lugros](#)
[Maracena](#)
[Moclín](#)
[Molvízar](#)
[Monachil](#)
[Montefrío](#)
[Motril](#)
[Nevada](#)
[Ogijares](#)
[Orce](#)
[Orgiva](#)
[Otura](#)
[Padul](#)
[Peligros](#)
[Pinar](#)
[Pinos del Valle](#)
[Pinos Genil](#)
[Pinos Puente](#)
[Piñar](#)
[Puebla D.Fardique](#)
[Pulianas](#)
[Quéntar](#)
[Salar](#)
[Salobreña](#)
[Santa Fe](#)
[Torre-Cardela](#)
[Trevélez](#)
[Valderrubio](#)
[Vélez de Benaudalla](#)
[Villanueva Mesía](#)
[Víznar](#)
[Zafarraya](#)
[Zagra](#)
[Zújar](#)

SECCIONES

[Política](#)
[Ayuntamientos](#)
[Internet](#)
[Tecnología](#)
[Agricultura y Pesca](#)
[Economía y Empresa](#)
[Laboral](#)
[Medio Ambiente](#)
[Cultura](#)
[Sociedad](#)

Más noticias

- ⌘ Suspendida la huelga de los hospitales tras un acuerdo con la patronal
- ⌘ El paro disminuyó en febrero en 409 personas en la provincia
- ⌘ CCOO denuncia la "deplorable" situación laboral en los centros de acogida y tutela de menores
- ⌘ Un decreto regula la constitución y funcionamiento de las Cofradías y Federaciones de Pesca
- ⌘ Fallece un joven de asfixia tras un incendio en una vivienda cueva del Albaicín

Enlaces recomendados

- ⌘ **El club del Gourmet A24h.** Hemos seleccionado una variada gama de aceite de oliva para dar un toque personal en la cocina. Y para los más exquisitos paladares una serie de apetitosos patés o un whisky de reserva de Malta. Todo en click.
- ⌘ **¿Está libre su dominio?.** En este enlace podrán comprobar si el dominio que les gustaría registrar se encuentra libre. El registro de un nombre de dominio genérico (.com, .net, .org, .info, .biz y .name) tiene tan solo un coste de 25 €. Un precio razonable para registrar y tener su dirección en Internet.
- ⌘ **SONY.** es una empresa líder y de nombre mundialmente reconocido. Sony Buys Europe suministra productos, soluciones y servicios audiovisuales e informáticos al mercado B2B. Todos los visitantes que se registren participarán automáticamente en un concurso para ganar uno de los nuevos proyectores VPL-CS5 valorados en 2662 €.
- ⌘ **SITConsulting.** Desde la página que te proponemos podrás enviar mensajes gratuitos a móviles de cualquier compañía.
- ⌘ **CLUB CONCURSOS.** ¡Nunca fue tan fácil y cómodo participar en tantos concursos! El enlace que le proponemos le da la oportunidad de participar en múltiples concursos que le brindan la posibilidad de llevarse una gran cantidad de dinero en efectivo durante las vacaciones, coches, ordenadores y muchos más premios.
- ⌘ **Bufete Maroto & Molina.** En el Bufete Maroto & Molina, han desarrollado una amplia gama de servicios relacionados con la nueva Ley de Servicios de la Sociedad de la Información y del Comercio electrónico (LSSICE), adaptar páginas web a lo dispuesto en dicha norma es una de sus especialidades.
- ⌘ **Archivo Manuel de Falla.** El Archivo Manuel de Falla abre un sitio web en el que volcará, de forma progresiva, sus bases de datos y las imágenes digitalizadas de sus fondos, poniéndolas a disposición de los investigadores y del público en general.
- ⌘ **Estación de Esquí y Montaña Sierra Nevada.** Alojamiento, pistas de esquí e informes sobre el estado de la nieve.



[Ir a Portada](#)

11

Sucesos y Tribunales

Educación

Sanidad

Deportes

Comunicación

Opinión

Tal día como hoy...

Cartas de los lectores

SUPLEMENTOS

Carnaval 2004

Nuestras Calles

Fotos de Feria

Pie de Foto

Hemeroteca

Frasas célebres

Salud al día

Revista AVA

ANDALUNOVA

Zona Verde

Por Palabras



Sala de Prensa

Email:

Clave:

reportajes gráficos en la sección pie de foto

Andalucía24Horas

| [el tiempo](#) | [poner como página de inicio](#) | [añadir a favoritos](#) |

Andalucía24Horas S.L. C/Virgen del Monte, 17 - 41011 Sevilla Teléfono - 902 24 10 24 - @webmaster - @redacción