

Hasta el 31 de julio Toyota te ofrece en exclusiva el plan
TRIPLE TRANQUILIDAD TOYOTA


Canal Nutrición

ep europa press
www.europapress.es

Lunes, 22 de junio 2009

En esta sección ☒ "Universidad de Granada"

NACIONAL	INTERNACIONAL	economía y finanzas	DEPORTES	epsocial	TECNOLOGÍA	CULTURA	GENTE	INNOVA ▼	LENGUAS ▼				
OTR PRESS	TV	SALUD	CIENCIA	MOTOR	COMUNICADOS	Fotos	Videos	Cotizaciones	Sorteos	Tiempo	Tráfico	Cartelera	...
□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□	□

Salud

Dermatólogos recomiendan consumir alimentos y bebidas con antioxidantes para evitar el envejecimiento de la piel

MADRID, 19 Jun. (EUROPA PRESS) - El consumo de alimentos y bebidas ricas en antioxidantes, como verduras, frutas o zumos, resulta eficaz para combatir el fenómeno oxidativo de la piel que favorece su envejecimiento, según destacaron diversos dermatólogos en el marco del 37 Congreso Nacional de la Academia Española de Dermatología y Venereología (AEDV) que se está celebrando estos días en Madrid.

A pesar de que el ser humano dispone de numerosos mecanismos antioxidantes para combatir los radicales libres, explicó el miembro del Servicio de Dermatología del Complejo Hospitalario Universitario de La Coruña, Eduardo Fonseca, éstos tienden a disminuir con la edad por lo que resulta fundamental que "los sistemas defensivos antioxidantes deben ser reforzados o sustituidos".

Esto demuestra como la nutrición juega un papel importante en el tratamiento y prevención de numerosas enfermedades de la piel, además de existir una "relación directa" entre fotoenvejecimiento, cáncer cutáneo y exposición a diferentes carcinógenos, según explicó el catedrático de Dermatología de la Universidad de Granada, Salvio Serrano Ortega.

Por ello, ambos expertos insistieron en que para mantener la salud de la piel es necesario abandonar hábitos perjudiciales para la salud y fomentar aquellos más saludables, como una dieta variada y equilibrada que incluya 5 raciones de frutas y verduras al día.

Para aquellos a los que les resulte complicado cubrir esta necesidad, los expertos consideran los zumos de frutas y vegetales como una alternativa idónea para contribuir a combatir el estrés oxidativo, debido a que son "ricos en antioxidantes y fácil y cómodos de consumir a cualquier hora y en cualquier parte".

Eczema o Psoriasis?
Después de 40 años, Marc por fin se ha librado de la psoriasis.

Complemento Nutricional
Descárgate gratis el recetario de Nutridiver y empieza a cuidarte

Anuncios Google

Imprimir

Enviar

Comparte esta noticia:

MÁS NOTICIAS

CVALENCIANA

11:56 La Fe utiliza por primera vez en la comunidad braquiterapia con rutenio para tratar tumores intraoculares en niños
VALENCIA, 22 Jun. (EUROPA PRESS) - El Hospital Universitari La Fe de Valencia ha comenzado a utilizar de forma pionera en la Comunitat Valenciana braquiterapia con rutenio en niños afectados de retinoblastoma o cáncer de retina, el tumor intraocular maligno más frecuente en menores de seis años, informaron hoy fuentes del centro sanitario, que destacaron que se trata de una técnica que es resolutive en más del 80% de los casos. ➤

ANDALUCÍA

11:55 El PSOE-A pedirá en el Parlamento que el Gobierno elabore una estrategia para desarrollar la Telemedicina
SEVILLA, 22 Jun. (EUROPA PRESS) - El PSOE-A defenderá en el próximo Pleno del Parlamento andaluz una proposición no de Ley en la que solicita a la Cámara que inste al Consejo de Gobierno de la Junta a elaborar una estrategia de desarrollo de la telemedicina en Andalucía. ➤

EXTREMADURA

11:31 El 112 activa la alerta naranja en las Vegas del Guadiana por temperaturas de en torno a 40 grados
MÉRIDA, 22 Jun. (EUROPA PRESS) - El Centro de Atención de Urgencias y Emergencias 112 Extremadura activa la alerta naranja en las Vegas del Guadiana donde, según las previsiones del Instituto Nacional de Meteorología, para hoy lunes, día 22, desde las 12,00 hasta las 19,00 horas se alcanzarán temperaturas en torno a los 40° C. ➤

EMPRESAS

11:29 Clínica Baviera realizará esta semana una campaña gratuita de salud visual en



- Más Noticias

Más Leídas
- **Expertos del CSIC logran la composición proteica del veneno de una serpiente de cascabel para mejorar antídotos**
 - **La Unidad del Niño Viajero del Hospital Carlos III registra un incremento en sus consultas del 324% en los últim**
 - **Los médicos piden la creación de "consultas rápidas" en España ante la llegada de la gripe A**
 - **La Fe utiliza por primera vez en la Comunitat braquiterapia con rutenio para tratar tumores intraoculares en niños**
 - **El 112 atendió en 2008 más de 6 millones de llamadas, el 55% relacionadas con seguridad y el 27% sanitarias**
 - **El Servicio Murciano de Salud contrata a 200 enfermeros recién diplomados para completar las sustituciones de verano**
 - **Directivos de la Sanidad holandesa se interesan por los sistemas de tecnologías de la información de la Junta**
 - **Una investigadora de la CUN, nombrada presidenta electa de la Sociedad Europea para el Estudio de la Obesidad**
 - **Descubren una proteína que vincula el ayuno con el estrés**
 - **Un medicamento aumenta la eficacia de las vacunas**
 - **Los médicos piden la creación de "consultas rápidas" en España ante la llegada de la gripe A**
 - **Los médicos piden la creación de "consultas rápidas" en España ante la llegada de la gripe A**

Suscríbete a las noticias de Salud en tu entorno:

Titulares en tu Web - Boletín Personalizado