

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

Complemento Nutricional
Descárgate gratis el recetario de Nutridiver y empieza a cuidarte
www.regalate-salud.com

Dr. Silvestre Martínez
Consulta de Dermatología
c/Lanzarote s/n 1ºA. Benalmádena
www.silvestremartinez.es

www.cursospostgrados.com
★ Cursos ★ Másteres
★ Oposiciones ★ Idiomas



23€ Reproductor MP3 Radio FM / 4 GB / USB
IVA y envío incluidos Caben más de 800 MP3. Muy cómodo para hacer deporte

Lunes, 22 de junio de 2009 • Actualizado a las 12:35 (CET) • El tercer diario digital más leído según OJD • Fundado en noviembre de 2003



VÍDEOS ! | IMÁGENES | ÚLTIMA HORA | ENCUESTAS | EL TIEMPO | PÁGINAS BLANCAS | PÁGINAS AMARILLAS | CALLEJERO | CLASIFICADOS !

- OPINIÓN**
Firmas
Viñetas
- ENTREVISTAS Y CHARLAS DIG.**
- ESPECIALES**
- PUBLICIDAD**

• Cursos
• Másteres
- ESPAÑA**
- INTERNACIONAL**
- DEPORTES**
Fútbol
Baloncesto
Motor
Tenis
Balonmano
Ciclismo
Golf
Vela y Copa Am.
Atletismo
Más noticias
- ECONOMÍA**
Vivienda
Automóviles
- CULTURA Y OCIO**
Cine
Televisión
Música
Libros
- SOCIEDAD**
Sucesos y tribu.
Ciencia y salud
Religión
Prensa y medios
Educación
Gente
- Gastronomía, vinos y lugares**
J. Ruiz de Infante
- Toros**
Ignacio de Cossío

PUBLICIDAD

Marbella - 952770078

in your zone

Medicina

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

MADRID, 19 (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".

Publicado el viernes 19 de junio de 2009 a las 17:14 horas.

» Enviar una carta al director

» Imprimir esta página

» Guardar y compartir

	Menéame		Wikio
	Google		Blinklist
	Yahoo!		Fresqui
	Windows Live		Facebook
	Digg		Newsvine
	Delicious		Reddit
	Technorati		

Otros textos de Medicina

» Experto apuesta por los fármacos biológicos para enfermedades reumáticas, ya que han reducido "drásticamente" las cirugías

» Capturan la primera imagen de la génesis cerebral de la memoria

» El 90% de los cánceres se asocian a factores ambientales y el 35% a la dieta, según expertos

» Autoridades españolas y africanas participan en Madrid en el Foro Internacional sobre salud sexual y reproductiva

» Atención a la Deficiencia Auditiva denuncia el "alarmante" aumento de las lesiones de oído entre los jóvenes en España

Comentarios

Escriba su opinión

Nombre y apellidos *

E-mail (no se muestra) *

Web

Comentario (máx. 1.000 caracteres) *

(*) Obligatorio.

NORMAS DE USO

- » El botón 'Publicar' se activa tras rellenar los campos obligatorios.
- » Puede opinar con libertad utilizando un lenguaje respetuoso.
- » Escriba con corrección ortográfica y gramatical.
- » El editor se reserva el derecho a borrar comentarios inadecuados.

Móvil Dual Libre 68€
Dos SIMS en un móvil funcionando a la vez
IVA y envío incluidos

Electrónica e informática

Cirujanos Plásticos
Especialistas en Cirugía Estética. Queremos que te sientas bien
www.DoctorDiegoTomas.com

Test Anti-envejecimiento
Mida sus radicales libres en orina Entrega en 12-24 horas
www.doctortest.com

La Dieta de la Zona
Dieta de la Zona, el estilo de vida para perder peso y ganar salud
www.enerzona.net

Rejuvenezca su Piel
Colágeno en cápsulas Usado por las Celebridades!
www.sentir-joven.com

Conoces tu Peso Ideal?
Haz el Test y Descubre los Mejores Consejos para Adelgazar!
0,3e/sms
www.blinkogold.es/Test-Pesoideal

[Información corporativa](#) | [Estadísticas](#) | [Publicidad](#) | [Contacte con nosotros](#)