

Publicidad



✓ MÁS DE 750 CRUCEROS  
 ✓ PRECIOS SIN COMPETENCIA  
 ✓ OFERTAS DE ÚLTIMA HORA...



Tu seguro mucho más fácil de pagar mes a mes

[Clic aquí](#)



lineadirecta.com

## / Sociedad

Lunes, 22 de junio de 2009. Actualizado a las 12:10h | Madrid: 34°/16°

[Portada](#) [Local](#) [Actualidad](#) [La Vida](#) [Deportes](#) [Cultura & Ocio](#) [Opinión](#) [Fotos](#) [Vídeos](#)  
[Sociedad](#) [Tecnología](#)

ADN.es

[Buscar](#)[Motor](#)[Servicios](#)adn » [sociedad](#)

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

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.

Europa Press, MADRID | hace 6 minutos | [comentarios](#) | Votar +0 -0 | [Imprimir](#)

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".

+ 0 - 0

[comentarios](#) | [Imprimir](#) | [Suscribir](#) | [Compartir](#):

0 votos

### Otras noticias de [Sociedad](#)

#### Camión vuelca en CV-32 y vierte 30 metros cúbicos gasoil en calzada y acequia

Dos fallecidos y cuatro heridos al volcar una furgoneta portuguesa

Audiencia condena mujer por daños producidos en suelo por tacones zapatos

El PSOE-A pedirá en el Parlamento que el Gobierno elabore una estrategia para desarrollar la Telemedicina

### Sociedad: Noticias destacadas

Camión vuelca en CV-32 y vierte 30 metros cúbicos gasoil en calzada y acequia

Dos fallecidos y cuatro heridos al volcar una furgoneta portuguesa

Audiencia condena mujer por daños producidos en suelo por tacones zapatos

[Ir a la portada de Sociedad](#)

Publicidad

Consigue con **ADN** un **manos libres bluetooth** por sólo **39,95 €**

**¡Sólo 1 cupón!**



**SUPERTOOTH**

### Última hora

Actualizado 12:38 h.

- 10:50** El turismo se desploma
- 10:40** El 86,5% de los alumnos madrileños aprueban la Selectividad
- 10:20** Musavi espolea las protestas
- 09:10** Operada a una mujer para extraerle un cepillo de dientes del estómago
- 04:55** Identificados once cuerpos de las víctimas del vuelo 447 de Air France

[Ver más noticias de Última hora](#)

Publicidad

#### [Eczema o Psoriasis?](#)

Después de 40 años, Marc por fin se ha librado de la psoriasis.

[www.Equilac.net](http://www.Equilac.net)

#### [Dr. Silvestre Martínez](#)

Consulta de Dermatología c/Lanzarote s/n 1ºA. Benalmádena

[www.silvestremartinez.es](http://www.silvestremartinez.es)

#### [Complemento Nutricional](#)

Descárgate gratis el recetario de Nutridiver y empieza a cuidarte

[www.regalate-salud.com](http://www.regalate-salud.com)

Anuncios Google

**LO+ LEÍDO**

LO+ VALORADO

LO+ COMENTADO

Las rebajas de la crisis comienzan ...  
EE UU da el golpe