Las plantas medicinales, aliadas para prevenir los contagios

Las farmacias informarán sobre su uso para aumentar las defensas en el organismo

AGENCIAS / GRANADA | ACTUALIZADO 17.09.2009 - 01:00

0 comentarios 1 voto

Además de las medidas de higiene para evitar el contagio, los expertos recomiendan recurrir a plantas medicinales como la Echinácea y consumir alimentos ricos en vitamina C, como los cítricos y verduras o como los pimientos o las coles, para prevenir el contagio de la gripe A. El Centro de Investigación sobre Fitoterapia (Infito) ha comenzado una campaña de información en las farmacias sobre cómo potenciar las defensas de manera natural.

"La eficacia de la Echinácea se debe a la combinación de la actividad de varios de sus componentes", explica Concha Navarro, catedrática de Farmacología de la Universidad de Granada y presidenta de Infito. Entre ellos, los compuestos fenólicos, polisacáridos y alquilamidas "ya que potencian varios grupos de células del sistema defensivo humano y convierten a la Echinácea en una de las plantas más eficaces frente a gripes y resfriados".

Otros productos naturales indicados para potenciar las defensas son el própolis y la jalea real.

0 comentarios 1 voto

0 COMENTARIOS

Ver todos los comentarios

Su comentario

Nombre * Email (no se muestra) *

Blog o web

Publicar información

25F6DK Introduce el código de la imagen

Acepto las cláusulas de privacidad

ENVIAR COMENTARIOS

Normas de uso

Este periódico no se responsabiliza de las opiniones vertidas en esta sección y se reserva el derecho de no publicar los mensajes de contenido ofensivo o discriminatorio.

GALERÍA GRÁFICA

Exposición de taxidermia

En la exposición del Parque de las Ciencias de Granada se muestran 112 grandes mamíferos conservados mediante el arte de la taxidermia.

GALERÍA GRÁFICA

Calor en Granada

La ola de calor mantiene a Granada en alerta naranja.

GALERÍA GRÁFICA

Incendio en el Pub Ganivet 13

Los techos de la discoteca sedesploman cuando los bomberos entran al lugar.