



12:17 - Martes, 18 Agosto 2009

Tienes 1 Mensaje
[Abre tu Mensaje Ahora](#)

Buscar

- [Nutricion](#)
- [Envía tu consulta](#)

Cúrcuma, antioxidante y antiinflamatoria

Anuncios Google

Terapia para Diabetes

Tratamiento con Células Madre Provenientes de su propio organismo
www.xcell-center.es/Diab

Plataformas Vibratorias

Adelgaza sin dietas con solo 10 minutos al día, Fitness, Ofertas.
www.quirumed.com



Calcula Tu Peso Ideal

Descubre cuanto deberías Pesar y como Cuidarte!
0,3e/sms
www.blinkogold.es/Test-F

21 kg. menos en 4 semanas

Conozca la experiencia conjunta de dos amigas con problemas de peso.
www.ventaytendencias.co

Las **especias y hierbas aromáticas** son ricas en **sustancias fitoquímicas** las que poseen un importante accionar **antioxidante**. Este factor ayuda a mermar y anular los efectos nocivos a los que estamos expuestos durante nuestra vida (*radiación solar, polución, tabaco, alcohol, envejecimiento, etc*)

En este sentido, científicos de la Universidad de [Granada](#) han evaluado los efectos positivos de la cúrcuma (*especialmente por los curcuminoides y la curcumina*). Esta especia y sus compuestos -los **curcuminoides**- tienen además **propiedades antiinflamatorias y moduladoras de las defensas** del organismo.

Analizaron la respuesta del organismo a su ingesta en los casos de enfermedades crónicas con base inflamatoria (*cáncer, [diabetes](#), aterosclerosis, enfermedades gástricas, hepáticas e intestinales y alteraciones neurodegenerativas, oculares y respiratorias*).

Gracias a su capacidad **antioxidante, antiinflamatoria e inmunomoduladora**, los beneficios en la [salud](#) de los enfermos fueron notables. Si bien los resultados son realmente esperanzadores, todavía queda mucho trecho por andar para establecer los beneficios dietéticos y sanitarios de las especias y hierbas aromáticas.

Referido: [Consumer](#)

[Envía a Facebook](#) / [Envía a Twitter](#)