



VidayEstilo

Tomar glicina previene enfermedades degenerativas

Enviar Nota Imprimir Agregar a mi Libreta Mi Libreta

BRUSELAS, Bélgica(EFE)

Científicos españoles han comprobado que tomar diariamente un suplemento de glicina, un aminoácido presente en carnes, pescados y productos lácteos, previene la aparición de enfermedades degenerativas como la artrosis o la osteoporosis.

Así lo asegura un estudio desarrollado en la Universidad de Granada y en el Instituto del Metabolismo Celular de Tenerife dado a conocer en un comunicado por la Comisión Europea (CE).

La investigación, en la que participaron 600 voluntarios afectados por diversas enfermedades, mostró que una dosis diaria de 10 gramos de glicina, adicional a la dieta habitual, produce una mejoría general en las dolencias relacionadas con la estructura mecánica del cuerpo.

Los efectos positivos en los pacientes afectados por osteoporosis, artrosis o simples lesiones físicas, se hicieron evidentes en un plazo de tiempo que varió entre dos semanas y cuatro meses.

La doctora Patricia de Paz, responsable del estudio, aseguró en un comunicado difundido por la CE que en todos los casos se obtuvo una notable mejoría de la sintomatología.

"Por lo tanto -señala- hemos concluido que muchas enfermedades degenerativas, como la artrosis, pueden tratarse como enfermedades carenciales por deficiencia de glicina, ya que el suplemento de la dieta con este aminoácido produce una sensible mejoría de la sintomatología sin necesidad de tomar analgésicos".

La glicina es un aminoácido no esencial utilizado por el organismo para sintetizar proteínas, que está presente en alimentos como el pescado, la carne o los productos lácteos, y que es difícil de sintetizar para el metabolismo humano.

Nota Publicada: 07/08/2007 12:20

Califica esta nota: Muy interesante Interesante Poco interesante Nada interesante

Envía un comentario

Se el primero en cometar esta nota.

Nombre:

Comentario: (Límite 5,000 caracteres)

Dieta De Proteinas

Consiga su peso ideal. Análisis nutricional gratis. www.tunuevafigura.com

Clínica de Hipnosis

Ansiedad, Depresión, Fibromialgia, Anorexia, Insomio, Adelgazar, etc www.corpobello.es

Centre Bonanova Barcelona

Abordaje integral de la ansiedad Atención inmediata 8 a 22h www.centrobonanova.com

Las Más Vistas

- El abstencionismo volvió a derrotar a todos: Hank Rhon
- Asume Hank derrota electoral
- Detienen al narcotraficante más buscado del mundo
- Pierde PRD registraría en Tijuana
- Muere actor y productor, Ernesto Alonso
- Llama Osuna a la conciliación
- Gasté 100 mdp en campaña: Hank Rhon
- Rechaza Rangel chantaje electoral
- Renuncia Flavio Galván a presidencia del TEPJF
- Servía a dos años ministerial detenido

Notas Relacionadas