

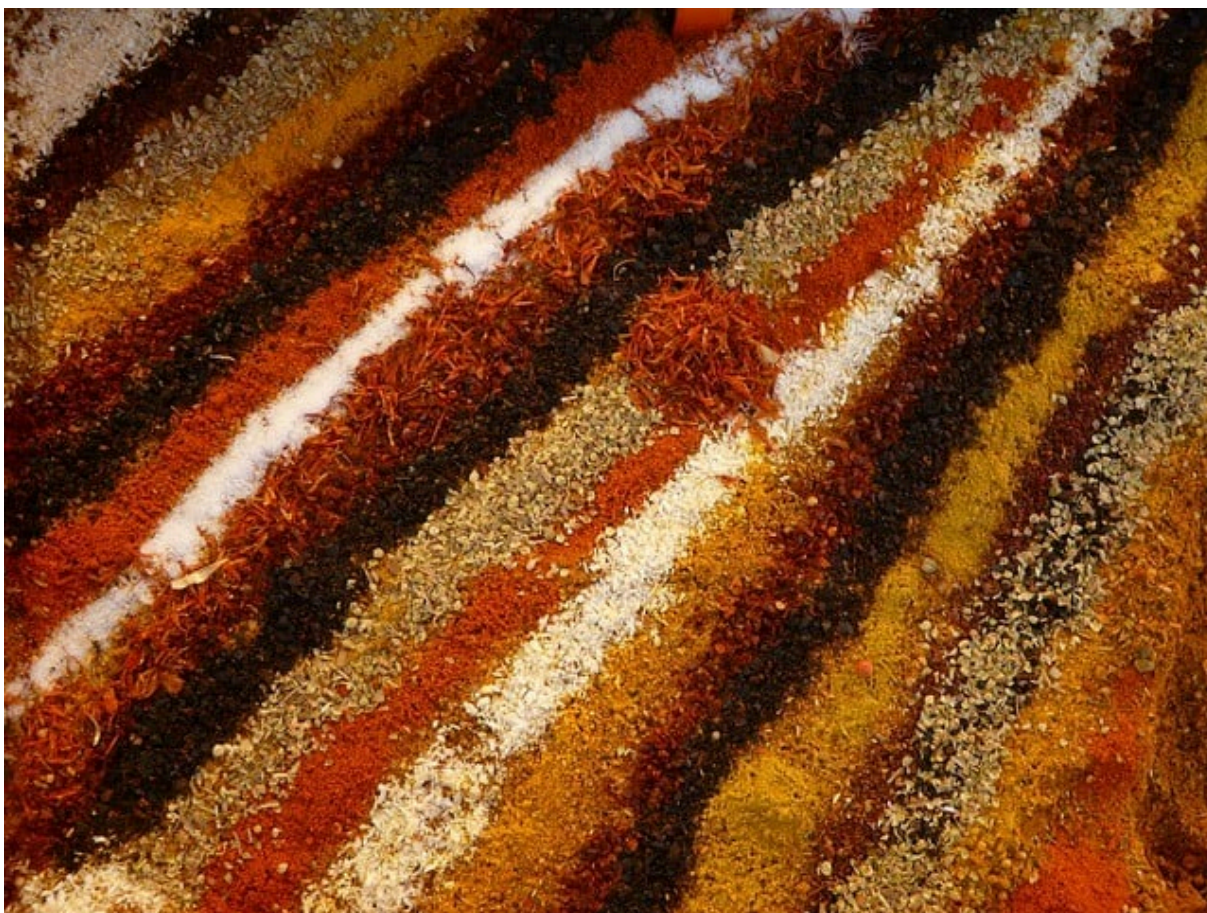
SALUD

Estas son las 5 mejores especias para combatir el cáncer

El Ciudadano · 15 de julio de 2015

En los últimos años se ha encontrado que nuestros saborizantes por excelencia son también unos aliados importantes en el tratamiento contra el cáncer.





Las especias son más que los sofisticados condimentos que nos da la naturaleza para dar sabor a los alimentos. No son solo placer; sus propiedades son muchas, casi todas asociadas a sus cualidades antioxidantes.

Por sus olores notables y exquisitos las especias han sido también asociadas a la magia y a rituales antiguos; al parecer el humano siempre ha tenido un cierto respeto por ellas. Ahora que los estudios científicos son más accesibles, también la cultura las ha ido reconociendo por sus propiedades múltiples que incluyen su capacidad para combatir la enfermedad del milenio: el cáncer.

Hoy te presentamos un infográfico de las 5 especias que son consideradas como importantes anticancerígenos; en la parte inferior de este te explicamos el por qué.

Ajo: según un estudio publicado por [US National Library of Medicine](#), entre los efectos de esta especia están la activación de las enzimas que pelean a los cancerígenos. Es especialmente bueno para combatir y prevenir el cáncer de seno.

Jengibre: ha probado ser un antiinflamatorio y anticancerígeno en ratas, según [estudios](#) de la facultad de medicina de la Universidad de Universiti Kebangsaan en Malasia. Su estudio en humanos apunta a los mismos resultados.

Canela: está [comprobado](#) que esta picosa y deleitante especia induce a las células cancerosas a la muerte y evita su proliferación, de acuerdo a un estudio de el Instituto de Ciencia y Tecnología Gwangju de la República de Corea.

Cúrcuma: según diversos [estudios](#) esta es capaz de llevar a las células cancerígenas a la muerte; también previene el cáncer en las células.

Pimienta roja (también conocida como de cayena): su componente llamado capsaicin es muy conocido en la comunidad médica contra el tratamiento del cáncer. Un [estudio](#) del Dr. Sanjay K. Srivastava y colegas de la Escuela de Medicina de la Universidad de Pittsburgh encontró que es capaz de matar células cancerígenas.

[Fuente](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)