

# ANTIOXIDANTES

"TU SALUD ES LO  
MÁS IMPORTANTE"

## TEMAS A ABORDAR:

DEFINICIÓN

TIPOS

BENEFICIOS

PRODUCTOS

ACERCA LOS  
ANTIOXIDANTES





# ANTIOXIDANTES

## ¿Qué son los antioxidantes?

Los antioxidantes son sustancias que pueden prevenir o retrasar el daño a las células causado por los radicales libres, moléculas inestables que el cuerpo produce como reacción a las presiones del ambiente y de otro tipo, mejor conocido como estrés oxidativo.

Se pueden presentar como componentes de alimentos (en frutas y verduras), o como suplemento.

## Beneficios

Los antioxidantes actúan como eliminadores de radicales o reductores de los mismos.

- Disminuye el estrés oxidativo
- Fortalece el sistema inmunológico
- Mejora la salud cardiovascular
- Previene enfermedades oculares

## LOS ANTIOXIDANTES SE DIVIDEN EN 3 GRUPOS

- Polifenoles
- Carotenoides
- Vitaminas C y E

## Tipos



### Polifenoles

Son los antioxidantes de máxima potencia y se les atribuyen propiedades antiinflamatorias, se pueden encontrar en frutas y verduras, incluso también en algunas infusiones y bebidas naturales.

### Carotenoides

Son pigmentos que se encuentran en las plantas y ayudan a controlar el estrés oxidativo celular.

### Vitaminas C y E

La vitamina C es un nutriente esencial para el crecimiento y desarrollo, mientras la vitamina E ayuda a compensar los radicales libres del estrés oxidativo.

## Nuestros productos

Los suplementos con antioxidantes se utilizan para complementar una dieta equilibrada y pueden ayudar a aumentar la ingesta de antioxidantes en el cuerpo.

Los productos que manejamos y que sirven como antioxidantes son:

- **COMPLEX**
- **NAD SHIELD**

