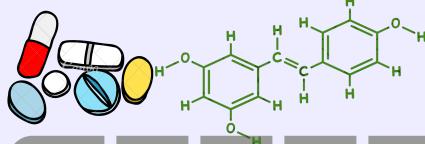


Alimentos funcionales y nutracéuticos



¿Qué son?



Nutraceuticalo

- Sustancias bioactivas presentes en los alimentos.
- Pueden utilizarse para prevenir o tratar complementariamente una enfermedad.
- Pueden ser extraído el principio activo y consumido en dosis mayores a las que tendría en el alimento de origen.

Alimento Funcional

- Alimento común con valor nutritivo agregado, y con su correspondiente efecto benéfico en la salud.
- Pueden prevenir y reducir el riesgo de desarrollar enfermedades si se consume en cantidad normal dentro de una dieta equilibrada.

Alimentos



Avena



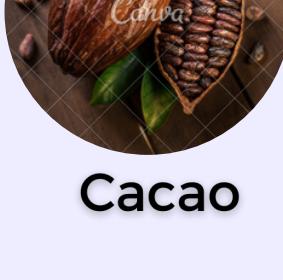
Amaranto



Semilla de calabaza



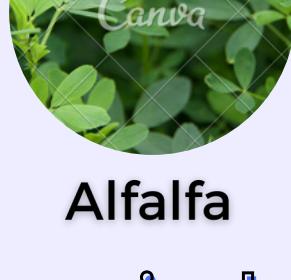
Linaza



Cacao



Jengibre



Alfalfa



Cúrcuma

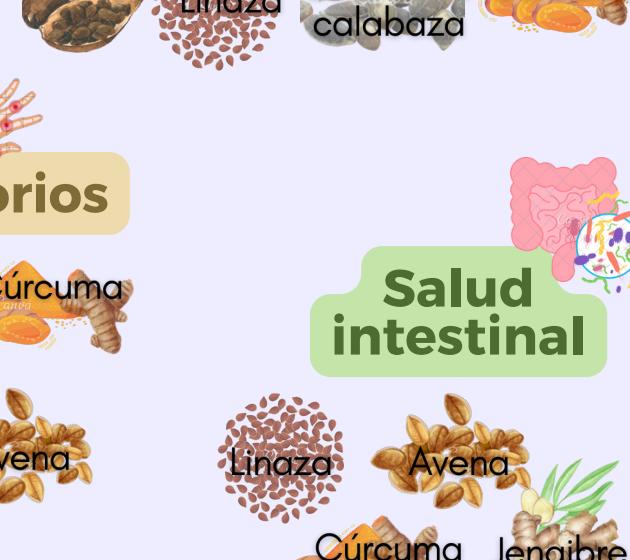
Efectos / propiedades



Antioxidantes



Cardioprotectores



Antiinflamatorios



Salud intestinal

