OSTEOPOROSIS (ACEITE DE OLIVA Y SALUD)

06, mayo

El aceite de Oliva, un fiel aliado para prevenir la osteoporosis. Un estudio demuestra sus propiedades para estimular la salud ósea.

Un estudio publicado en 'Osteoporosis International' ha puesto de manifiesto los beneficios del **aceite de oliva** para nuestra salud ósea. Así, según se informa, el aceite, mediante uno de los principales componentes (la oleuropeina), potencia la formación de osteoblastos a partir de las células madre de la médula ósea. De esta manera, se recomienda la ingesta de oleuropeina ya que puede impedir la pérdida ósea asociada al envejecimiento y osteoporosis. Fuente: informativos Telecinco, 18/07/2010.