



Aceite de oliva ecológico para aliviar los síntomas de la fibromialgia

LOCALIZACIÓN: Jaén

DURACIÓN VTR: 1'29"

RESUMEN: Un estudio de la Universidad de Jaén, en colaboración con la de Granada y el Complejo Hospitalario de Jaén, demuestra que el consumo de aceite de oliva virgen extra ecológico alivia los síntomas de la fibromialgia. Han participado 36 enfermas de la Asociación de Fibromialgia de Jaén (AFIXA) repartidas en dos grupos con una dieta similar pero dos tipos de aceite de oliva, uno ecológico y el otro, no. Los análisis y los test realizados a las pacientes corroboran una mejoría en síntomas de la enfermedad como la fatiga o la rigidez muscular.

VTR

El aceite de oliva virgen extra ecológico mejora los síntomas de personas con fibromialgia. Lo demuestra la investigación en la que han las universidades de Jaén y Granada, la Asociación de Fibromialgia de Jaén (AFIXA) y el Complejo Hospitalario de Jaén.

María Luisa del Moral
Investigadora Universidad de Jaén

"Previene la oxidación de proteínas, de ADN y de lípidos, y además, en cuanto a la sintomatología que ellas presentan, mejora la capacidad funcional para actividades cotidianas, así como su capacidad y salud mental."

Maribel Garrido
Presidenta Asociación de Fibromialgia de Jaén

"Un síntoma fastidioso de la enfermedad, la rigidez muscular y sobre todo la post reposo: cuando te levantas de la siesta o de la cama, estás muy rígida. Entonces, eso aminoró bastante en las enfermas y la fatiga también. "

Las analíticas y test de control a las pacientes han probado el efecto positivo de los antioxidantes de esta grasa vegetal. El estudio se ha desarrollado en dos grupos con una dieta similar, la diferencia estaba en el tipo de aceite de oliva que ingerían: uno virgen extra ecológico y el otro, no

María José Martínez
Endocrinóloga y nutricionista

El envase era similar, tenía una etiqueta similar, nadie sabíamos con qué tipo de aceite estábamos trabajando: un estudio doble ciego, tanto el investigador como el investigado desconoce el tipo de aceite que se estaba probando."

La fibromialgia, una enfermedad crónica cuyas causas se desconocen afecta casi a un 3% de la población en España y, en ese grupo, al menos el 94% son mujeres.

Para obtener más información o resolver incidencias llamar al teléfono 647 310 157 o contactar a través del correo electrónico info@historiasdeluz.es