

- Medio: Botiquín Natural
- Fecha: 26-10-2021
- Título: La tríada antioxidante: vitaminas para alargar la vida
- Autor: Botiquín Natural
- Cita: COFENAT
- Experto: Roberto San Antonio-Abad
- Foto:

## La tríada antioxidante: vitaminas para alargar la vida

26/10/2021

El consumo de tabaco, alcohol, alimentos basura; el estrés, la contaminación y la radiación solar ultravioleta, son causantes de procesos oxidativos en el organismo. Estos procesos tienen como resultado la formación de radicales libres que son los responsables de producir daños celulares. Las **vitaminas** antioxidantes son las encargadas de bloquear estos procesos e impedir los efectos nocivos que tienen sobre la salud.



123rf Limited ©/margouillat

Leer El Botiquín Natural Octubre 2021



Distribuidores Oficiales El Botiquín Natural

- Link:  
<https://elbotiquinnatural.com/2021/10/26/triada-antioxidante-vitaminas-alargar-vida/>