

Los oxidantes son un factor de riesgo para el desarrollo de numerosas enfermedades graves, entre ellas enfermedades cardiovasculares, metabólicas y tumorales.

Que es un antioxidante y como funciona?

Los agentes oxidantes más comunes que encontramos en la naturaleza son los siguientes: hidrógeno, oxígeno, nitrato de potasio, ozono, peróxidos, perborato de sodio o compuestos de permanganato, entre otros. Dentro de ellos, el oxígeno es el más conocido.

Qué es y cuál es la causa de la oxidación del cuerpo

Escrito por: DR. XAVIER XERCAVINS COMAS

Publicado: 29/08/2017

Editado por: ALICIA ARÉVALO BERNAL

La oxidación del cuerpo es fundamental para la vida ya que participa en el proceso de obtención de la energía celular. Es un proceso combinado de pérdida (oxidación) y captación (reducción) de electrones con el que se transforma el oxígeno respirado y los nutrientes ingeridos convenientemente transformados en la energía necesaria para el funcionamiento orgánico. Este proceso produce, además de dióxido de carbono y agua, una serie de moléculas residuales que se conocen como **radicales libres**. Éstas tienen capacidad oxidante.



Para poder valorar el equilibrio oxidativo es necesario realizar un test de oxidación.

Causas de la oxidación

La producción de radicales libres, que como se ha destacado tienen capacidad oxidante, puede ser de causa interna o de causa externa.

La principal causa interna es la aceleración o disfunción del metabolismo celular. Otra causa pueden ser diversas enfermedades, especialmente las de carácter crónico como la **obesidad** o la **diabetes**. Situaciones especiales como el **estrés continuado** o los **embarazos** también generar la producción de radicales libres.

Entre las causas externas destacan algunos agentes físicos como la **radiación ultravioleta**. Muchos productos químicos, como los **hidrocarburos**, los **herbicidas** o las **drogas**; y determinados agentes infecciosos, como los **virus**, las **bacterias** o los **hongos**, también pueden ser causa de ello.

En condiciones de buena salud, el propio cuerpo es capaz de neutralizar el daño que causan los radicales libres gracias a sistemas de defensa naturales, conocidos como antioxidantes.

En condiciones de buena salud, nuestro cuerpo es capaz de neutralizar el daño de los radicales libres gracias a los sistemas de defensa naturales (antioxidantes). Algunos de estos antioxidantes son endógenos, producidos por el cuerpo. Otros, sin embargo, son exógenos. Estos últimos deben ser introducidos desde el exterior, como por ejemplo, a través de una nutrición adecuada.

Test de oxidación

En el cuerpo humano hay un equilibrio entre la producción, ya sea interna o externa, de los radicales libres y su “eliminación” mediante los sistemas antioxidantes.

Cuando este equilibrio se altera aparece lo que se conoce como estrés oxidativo. Este desequilibrio entre prooxidantes y antioxidantes es el responsable del envejecimiento

prematureo. Además, está involucrado en numerosas enfermedades como cardiovasculares, neurológicas, degenerativas y ciertos tipos de cáncer.

Para poder valorar este equilibrio oxidativo, es necesario que un **especialista en Medicina Interna** realice un test de oxidación. Se cuantifican las reacciones que generan radicales libres y la capacidad antioxidante de nuestro organismo. Gracias a un dispositivo analizador de alta calidad, se permite valorar la capacidad antioxidante de la sangre de una forma rápida, sencilla y muy fiable. Únicamente basta una gota de sangre que se deposita sobre una tira-electrodo desechable y se mide la capacidad oxido-reductora. De esta manera, se puede tener una cuantificación de nuestro metabolismo global. Esto, único a otras pruebas que se realizan durante chequeos preventivos, permite abordar la prevención precoz y la mejora de salud de los pacientes, consiguiendo retrasar y evitar numerosas graves enfermedades cardiovasculares, metabólicas y tumorales, entre otras.