

03.1.- SALUD RELACIONADA CON EL COLESTEROL

Cómo conseguir controlar el colesterol y más

Los lípidos son compuestos orgánicos que son esenciales para la vida. En los organismos vivos, los lípidos se utilizan para el almacenamiento de energía, sirven como componentes estructurales de las membranas celulares, y constituyen importantes moléculas de señalización. Como tales, desempeñan una serie de funciones importantes en la nutrición y salud humanas. A veces, los lípidos se denominan "grasas". En realidad, las grasas (también conocidas como triglicéridos) son sólo una categoría de lípidos.

Aunque los lípidos son esenciales para la vida, los niveles anormales de lípidos en los cuerpos humanos representan riesgos para la salud, entre los cuales los principales son el colesterol y las grasas trans.

El colesterol es un lípido tipo esterol que se encuentra en las membranas celulares de todos los tejidos del cuerpo y se transporta a través de la sangre. Se ha demostrado que los altos niveles de colesterol son un factor de riesgo para:

1. las afecciones del corazón
2. y otras enfermedades cardiovasculares y cardiocerebrales.

En concreto, las concentraciones elevadas de partículas de LBD (lipoproteína de baja densidad) oxidadas se han relacionado con la formación de ateromas en las paredes de las arterias, lo que se denomina como **aterosclerosis**. La aterosclerosis es la causa principal de enfermedades coronarias, así como otras formas de enfermedades cardiovasculares. Sin embargo, otro tipo de lípidos en la sangre llamado colesterol LAD (lipoproteína de alta densidad) ha demostrado tener propiedades beneficiosas para la salud.

Cómo llegar a una mejor salud de lípidos en la sangre

En este caso, decimos que hay una mejor salud de lípidos en la sangre cuando:

- el colesterol LBD es más bajo
- y el colesterol LAD es más alto.

En general, un nivel bajo de colesterol total se considera saludable. Los médicos enfatizan la dieta, el ejercicio y la pérdida de peso para reducir el colesterol. Los medicamentos conocidos como [estatinas](#) son otra opción importante para reducir el riesgo de enfermedades cardíacas.

03.2.- SALUD CARDIOVASCULAR

Las enfermedades cardiovasculares, causa de muerte nº 1 en el Mundo, son aquellas que afectan el corazón, las arterias y las venas. La forma principal de enfermedad cardiovascular se llama **aterosclerosis**. Las causas evitables de las enfermedades cardiovasculares son:

- Fumar
- **La hipercolesterolemia (colesterol alto)**

- La obesidad
- La Presión arterial alta
- La Inactividad física
- El Estrés y la Depresión



Los suplementos nutricionales, según hemos visto anteriormente, centran la atención en controlar el colesterol como una forma de contribuir a la salud cardiovascular. En concreto, las concentraciones elevadas de partículas de LBD (lipoproteína de baja densidad) oxidadas se han relacionado con la formación de ateroma en las paredes de las arterias, una condición llamada **aterosclerosis**. Sin embargo, otro tipo de lípido en la sangre llamado colesterol LAD (lipoproteína de alta densidad) ha demostrado tener propiedades beneficiosas para la salud.

Por último, hay suficientes pruebas que señalan que pueden mejorar la salud relacionada con los lípidos en la sangre los **Ingredientes**

Nutracéuticos que contengan todos o alguno de los siguientes componentes:

1. Fibra Dietética

Las Semillas de Chía contienen Fibra insoluble y Fibra soluble

Ingredientes Ricos en Fibra, que el Grupo Nutraceutico ChíaSa produce, a partir de las Semillas de Chía, para la Salud Relacionada con el colesterol, incluyendo la Salud Cardiovascular

A.- Para Toma Directa- Comercializados en Herboristerías, Parafarmacias y Similares

- Semillas de Chía (*Salvia Hispánica*)
- Harina de Chía
- NutraChía Fiber Complet en envases de 1 Kg.
- NutriChía Fiber I en envases de 1 Kg.
- NutraChía Fiber S en envase de 1 Litro

B.- Para Elaborar Alimentos Mejorados Integrales con Fibra-Comercializados

en las Industrias de Alimentos Funcionales

Fibras de Chía en Envases grandes

- NutraChía Fiber Complet
- NutraChía Fiber I
- NutraChía Fiber S Liquido en Garrafas de 5 Litros
- NutraChía Fiber S en Polvo

2. Ácidos grasos Omega 3

Las Fuentes Importantes de Omega 3 existentes en el Mundo son: el Aceite de Pescado de aguas frías, el Lino o Linaza y las Semillas de Chía (Salvia Hispánica) recientemente descubiertas.

Los ácidos grasos Omega 3 tienen un efecto **anti-inflamatorio** en el cuerpo, **disminuyen el crecimiento de las placas (ateromas)** en las arterias, y **contribuyen a hacer la sangre menos espesa**.

Tanto el Aceite de Pescado, como el Lino o Linaza, tienen serios Problemas. Por ello, el Grupo Nutracéutico ChíaSa, ha seleccionado las Semillas de Chía como Base de su Especialidad Nutracéutica y Cosmética.

Las Semillas de Chía contienen Fibras Soluble e Insoluble y omega 3 ALA

Ingredientes Ricos en Omega 3 ALA, que el Grupo Nutracéutico ChíaSa produce para la Salud Relacionada con el colesterol, incluyendo la Salud Cardiovascular

A.- Para Toma Directa- Comercializados en Herboristerías, Parafarmacias y Similares

1. Semillas enteras de Chía
2. Harina de Chía, obtenida criogénicamente
3. Aceite de Chía en frasco
4. Aceite de Chía en perlas
5. Nutrazell Oro Omega 18-20-22 en perlas

B.- Para Elaborar Alimentos Mejorados en Omega 3- Comercializados en las Industrias de Alimentos Funcionales

A.- Ingredientes Nutracéuticos Básicos

- A1 Nutrage Oro Omega 3
 - A2 Nutrage Oil 3-6-9
 - A3 Nutrage Oil 18-20-22
 - A4 Nutrage SuperChia 100
 - A5 Nutrage SuperChia Low 7
- C.- Emulsiones Nutracéuticas Especiales
- C1.- Nutranol Omega 3

B.- Ingredientes Nutracéuticos Específicos

- B1.- Nutrazell Oro Omega 3 en Polvo
 - B1.1 Nutrage Oro IPC
 - B1.2 Nutrage Oro IPH
 - B1.3 Nutrage Oro IPS
- B2.- EmulOro Líquidos:
 - B2.1 Emul Oro IBN
 - B2.2 Emul Oro IBR
 - B2.3 Emul Oro IBD

Fitosteroles

Los fitoesteroles (esteroles y estanoles vegetales) son compuestos que se encuentran en pequeñas cantidades en alimentos como los cereales integrales, así como en muchas verduras, frutas y aceites vegetales. Estos disminuyen el colesterol LBD, mayormente interfiriendo con la absorción intestinal del colesterol.

Policosanoles

Los policosanoles son una mezcla de compuestos que se aíslan a partir de ceras vegetales naturales, con fuentes como la caña de azúcar, la cera de abejas, el arroz y otras. Los policosanoles contienen varios alcoholes grasos de cadena larga, incluidos el octocosanol, el hexacosanol y el triacontanol. Las investigaciones en animales e in vitro han demostrado que estos compuestos inhiben la peroxidación lipídica y apoyan la actividad de los macrófagos.

El Grupo Nutracéutico ChíaSa está desarrollando estos policosanoles, a partir de la cachaza (subproducto de la caña de azúcar)