

# Hoja informativa de glutatión

## El glutatión...

- **El principal antioxidante de su cuerpo**

El glutatión se considera el principal antioxidante gracias a sus extraordinarias características multifuncionales, así como su capacidad para neutralizar muchos tipos de radicales libres que atacan las células. Es uno de los únicos antioxidantes que puede reciclarse una y otra vez para luchar continuamente contra los radicales libres.

- **Es el principal desintoxicante de la célula**

En la actualidad, afrontamos miles de sustancias químicas en el aire que respiramos, la comida y agua que ingerimos y los materiales que tocamos y manipulamos. Muchas de estas sustancias químicas tóxicas penetran en nuestras células y deben ser eliminadas para proteger la célula y mantener su funcionamiento óptimo. El glutatión es una de las primeras líneas de defensa de la célula contra las sustancias químicas y toxinas y es el principal desintoxicante que puede eliminar muchas de estas toxinas cuando está presente en las cantidades idóneas.

- **Es un potente quelante de los metales pesados**

Los metales pesados ingresan en las células de la misma manera que las toxinas químicas. Afortunadamente, pueden eliminarse mediante un proceso de quelación. El glutatión es uno de los más potentes agentes quelantes de la célula.

- **Es el protector de la célula inmune**

Nuestras células inmunes están diseñadas para protegernos, pero, ¿que protege a las células inmunes? El glutatión es el protector de las células inmunes y es una de las formas en las que nuestros cuerpos fomentan y protegen el sistema inmunológico.

- **Es el protector del ADN mitocondrial**

La descomposición del ADN mitocondrial acelera el envejecimiento e incrementa la muerte celular. El glutatión es el protector del ADN mitocondrial. Cuanto menor sea la cantidad de glutatión, más vulnerable al daño se volverá este ADN.

- **Es el protector del núcleo de la célula**

El núcleo de la célula regula toda la actividad celular, por lo que protegerlo es crucial para la salud de la célula y su funcionamiento óptimo. Cuando está presente en una cantidad suficiente, el glutatión brinda al núcleo la protección que necesita.

- **Es vital para reducir el estrés oxidativo**

El estrés oxidativo es la fuerza destructiva más agresiva que ataca a la célula. Las células producen varios antioxidantes para contrarrestar el estrés oxidativo. El glutatión desempeña un papel fundamental para neutralizar diversos tipos de radicales libres y favorecer nuestro sistema antioxidante de defensa.

- **Es el agente encargado de reutilizar los antioxidantes ingeridos**

Los antioxidantes como las vitaminas C y E, que se ingieren en vez de ser generados por el cuerpo, no pueden ser reutilizados por la célula después de gastarse, a menos que primero se conviertan en un estado utilizable. El glutatión es el agente que convierte estos antioxidantes en un estado que puede ser utilizado por la célula.

- **Es el agente reductor de hemoglobina que le permite transportar oxígeno a cada célula**

El propósito de la hemoglobina es transportar oxígeno a todas las células vivas. Sin embargo, cuando esta se oxida no puede transportar una molécula de oxígeno y primero debe reducirse a un estado aceptable. El glutatión protege la hemoglobina contra los agentes oxidantes y también puede reducir la forma oxidada de esta para lograrlo.

- **Ha sido ampliamente estudiado para comprender sus numerosos beneficios**

Existen más de 100.000 estudios científicos y artículos catalogados en Pub Med, la biblioteca oficial de investigación médica del gobierno estadounidense, que investigan la importante función y tarea que desempeña el glutatión en el cuerpo.