

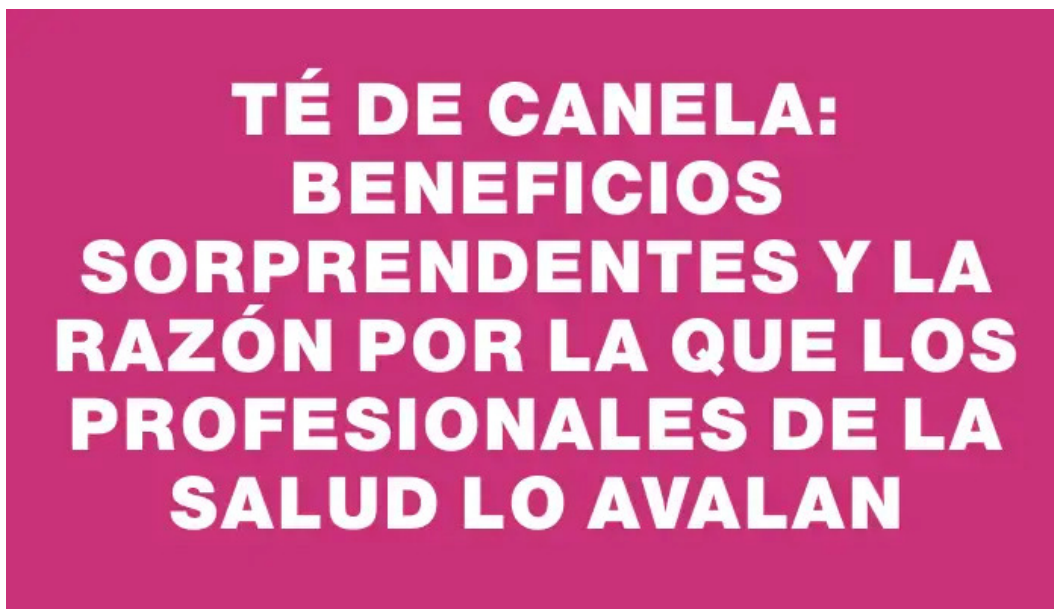
# Té de canela: beneficios sorprendentes y la razón por la que los profesionales de la salud lo avalan

Sociedad



Publicada el: 09/11/24	Visitas: 84
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 50	Puntaje: 4.8

[https://www.ultimasnoticias.com.uy/sociedad/te-de-canela-beneficios-sorprendentes-y-la-razon-por-la-que-los-profesionales-de-la-salud-lo-avalan\\_7530.php](https://www.ultimasnoticias.com.uy/sociedad/te-de-canela-beneficios-sorprendentes-y-la-razon-por-la-que-los-profesionales-de-la-salud-lo-avalan_7530.php)



*Sociedad*

*Té de canela: beneficios sorprendentes y la razón por la que los profesionales de la salud lo avalan*

**Té de canela: sorprendentes propiedades y el respaldo de los expertos en salud**

Beneficios de la Canela para la Salud

**La Canela: Un Aliado para la Salud**

La canela, conocida por su distintivo aroma y sabor, proviene del árbol canelo, originario del Oriente. Este condimento, disponible tanto en astillas como en polvo, es ampliamente recomendado por expertos en salud natural debido a sus múltiples beneficios.

### **Versatilidad en la Cocina**

Uno de los aspectos más destacados de la canela es su versatilidad en la gastronomía. Se puede incorporar en una variedad de platos, tanto dulces como salados, e incluso se puede disfrutar en una infusión caliente para maximizar sus propiedades saludables.

### **Beneficios para la Salud**

Más allá de su uso culinario, la canela ofrece diversas ventajas para el organismo, respaldadas por estudios científicos:

- Salud Cardiovascular:** Contribuye a disminuir los niveles de colesterol, triglicéridos y la presión arterial.
- Regulación del Azúcar en Sangre:** Es particularmente beneficiosa para personas con diabetes tipo 2, ya que ayuda a mantener equilibrados los niveles de glucosa en sangre.
- Aumento de la Sensibilidad a la Insulina:** La canela mejora la eficacia de la insulina y facilita la entrada de glucosa en las células, gracias a su componente metilhidroxicalcona Polímero (MHCP).

### **Té de Canela: Un Remedio Natural**

El té de canela se ha vuelto una opción popular recomendada por médicos por sus propiedades benéficas. Este preparado no solo proporciona un reconfortante sabor, sino que también potencia los efectos positivos de la canela en el organismo. Conocer y aprovechar los beneficios de la canela puede ser una excelente forma de cuidar nuestra salud de manera natural.

Fuente: Grupo R Multimedia

## **Imágenes**

# TÉ DE CANELA: BENEFICIOS SORPRENDENTES Y LA RAZÓN POR LA QUE LOS PROFESIONALES DE LA SALUD LO AVALAN

*Te de canela beneficios sorprendentes y la razon por la que los profesionales de la salud lo avalan*

## Tags

*sorprendentes, saludbeneficios, respaldo, natural, propiedades, beneficios, insulina, glucosa, organismo, niveles, expertos, versatilidad*

## Noticias relacionadas

**4.7 \*** *Los sorprendentes beneficios de la soja: Hallazgos impactantes de una investigación de Harvard*

**4.9 \*** *Las velas de miel: todo lo que necesitas saber sobre sus beneficios y usos*

**4.3 \*** *Bhu y la Cámara Inmobiliaria de Punta del Este – Maldonado presentan una destacada feria de propiedades*

**4.5 \*** *Colágeno líquido: Cómo un batido de banana y nueces puede transformar tu piel en un lienzo radiante*

**4.0 \*** *Colegio Médico del Uruguay: La medicina moderna aboga por el humanismo, volviendo a lo fundamental en el cuidado de la salud*

**3.7 \*** *Un estudio de una universidad alemana revela que la semana laboral de cuatro días contribuye a disminuir el estrés laboral*

**4.5 \*** *Genera controversia la decisión del Mec: se avalan evaluaciones para docentes perjudicados por error informático*

**4.8 \*** *Ventajas del té verde que no podés dejar pasar*

**4.9 \*** *Incremento de casos de rotavirus en Uruguay: síntomas incluyen*

*diarrea, vómitos, malestar abdominal y fiebre alta*

**4.0 \*** *Crisis en el sistema de salud uruguayo: enfrentando esperas interminables y una preocupante ausencia de empatía*

## Categorías

Interior
aldea
Breves
básquet
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos
díálogos
Economía
Empresariales
Empresas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo
Fúnebres
fútbol
General
género y feminismos
internacional
Internacionales
latidos
Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos
noticias de local

México
noticias de tecnologia
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
Sociedad
Tecnología & internet
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024