

"Ele está **tvbet app** um buraco, sem luz", disse a fonte.

Na segunda-feira, Glas foi hospitalizado depois de se recusar a comer alimentos fornecidos na prisão para ele. Ele voltou à cadeia nesta terça após receber alta do Hospital Nacional da Justiça (SNAI).

Glas foi preso pela primeira vez no sábado, um dia depois que a polícia equatoriana o prendeu na embaixada do México.

## **Tomar un multivitamínico diario no ayuda a que las personas vivan más tiempo y podría aumentar el riesgo de muerte 1 prematura, según un gran estudio**

**Un análisis de los registros de salud de casi 400.000 adultos sanos encontró que el uso 1 diario de multivitamínicos no redujo el riesgo de muerte durante un seguimiento de dos décadas.**

De acuerdo con el estudio, las 1 personas que consumieron diariamente multivitamínicos tenían un levemente mayor riesgo de muerte durante el período de estudio en comparación con 1 los no usuarios, lo que llevó a los investigadores gubernamentales a comentar que "el uso de multivitamínicos para mejorar la 1 longevidad no está apoyado".

En el Reino Unido, casi la mitad de los adultos toman multivitamínicos o suplementos dietéticos al menos 1 una vez a la semana, lo que representa un mercado nacional valorado en más de medio billón de libras esterlinas 1 anualmente. El mercado global de los suplementos se estima en decenas de miles de millones de dólares al año. En 1 los EE. UU., Un tercio de los adultos usan multivitamínicos en la esperanza de prevenir enfermedades.

Sin embargo, a pesar de 1 la popularidad de los multivitamínicos, los investigadores han cuestionado los beneficios para la salud y han advertido incluso que los 1 suplementos pueden ser perjudiciales. A pesar de que las fuentes naturales de beta-caroteno protegen contra el cáncer, por ejemplo, los 1 suplementos de beta-caroteno pueden aumentar el riesgo de cáncer de pulmón y enfermedades cardiovasculares, lo que sugiere que los suplementos 1 carecen de ingredientes importantes. Por otro lado, el hierro, que se agrega a muchos multivitamínicos, puede provocar sobrecarga de hierro 1 y aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes y demencia.

### **Efectos en la salud y recomendaciones**

El Dr. Erikka Lofffield y sus 1 colegas del Instituto Nacional del Cáncer de Maryland analizaron datos de tres estudios de salud importantes de EE. UU. Todos 1 se iniciaron en la década de 1990 y recopilaron detalles sobre el uso diario de multivitamínicos. Los registros abarcaron a 1 390.124 adultos generalmente saludables que fueron seguidos durante más de 20 años.

El estudio no encontró evidencia de que los multivitamínicos 1 diarios redujeran el riesgo de muerte y reportó en cambio un riesgo de muerte un 4% más alto entre los 1 usuarios en los primeros años de seguimiento. El riesgo mayor de muerte puede deberse a los daños que los multivitamínicos 1 pueden causar o a una tendencia de las personas a comenzar a tomar multivitamínicos cuando desarrollan una enfermedad grave.

El Dr. 1 Neal Barnard, profesor adjunto de medicina en la Universidad George Washington y

coautor de un comentario publicado junto con el 1 estudio, dijo que las vitaminas son útiles en casos específicos. Históricamente, los marineros se salvaron de la escorbuto con vitamina 1 C, mientras que el beta caroteno, las vitaminas C y E, y el zinc parecen retrasar la degeneración macular relacionada 1 con la edad, una afección que puede causar una grave pérdida de la visión.

A pesar de que las vitaminas pueden 1 ser beneficiosas sin reducir el riesgo de muerte prematura, el Dr. Barnard advirtió que los multivitamínicos "sobreprometen y subentreg

---

**Informações do documento:**

Autor: symphonyinn.com

Assunto: tvbet app

Palavras-chave: **tvbet app - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-08-06