

# Cúrcuma



La **cúrcuma** es un pigmento que proviene de *Curcuma longa*, y se utiliza comúnmente como condimento y colorante alimentario. También se utiliza como ingrediente cosmético o en preparaciones farmacológicas debido a sus propiedades terapéuticas, asociadas a su **actividad antioxidante y antiinflamatoria**(1).

Debido a que la oxidación de lípidos de membrana mediada por radicales libres y el daño oxidativo del ADN y las proteínas endógenas están asociados a un gran número de patologías, como cáncer, aterosclerosis y enfermedades neurodegenerativas, se cree que la curcumina puede ser de ayuda contra estas condiciones patológicas (1,2,3).

El **efecto antiinflamatorio** de la curcumina probablemente esté mediado por su capacidad para **inhibir la ciclooxigenasa-2 (COX-2), la lipoxigenasa (LOX) y el óxido nítrico inducible sintasa (iNOS)**. COX-2, LOX e iNOS son enzimas importantes que median procesos inflamatorios, y que se encuentran en un desequilibrio en condiciones patológicas(1,2)

## Efecto antiinflamatorio

El factor de necrosis tumoral alfa (TNF-alfa) es un mediador importante de la inflamación en la mayoría de las enfermedades. En numerosos estudios, se ha demostrado que la curcumina es capaz de inhibir o reducir los niveles de TNF-alfa, y con ello ejerciendo un potente efecto antiinflamatorio(1,2).

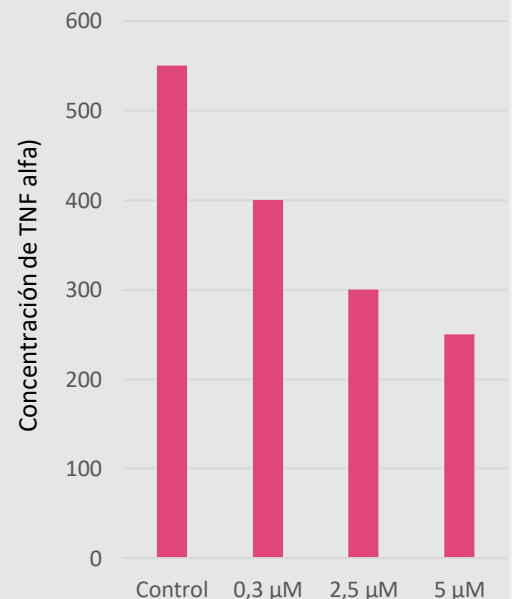


Figura 1. Concentración de TNF alfa en células tumorales in vitro tras el tratamiento con cúrcuma (2).

## Efecto antioxidante

Se ha demostrado que la **curcumina** mejora los marcadores sistémicos de **estrés oxidativo**. Hay evidencia de que puede aumentar las actividades de antioxidantes como la **superóxido dismutasa (SOD)** (1,3).

La suplementación con curcuminoides también ha demostrado una mejora de las actividades plasmáticas de SOD y **catalasa**, así como de concentraciones de **glutación peroxidasa (GSH)** y **peróxidos de lípidos** (3).

## Otros beneficios

Ligado a estos efectos antiinflamatorios y antioxidantes, también se ha estudiado su efecto como **suplemento para perder peso**. Se ha demostrado que puede ayudar a obtener mejores resultados en términos de medidas corporales y composición corporal en pacientes con **sobrepeso**, especialmente si esta condición se caracteriza por parámetros típicos del **síndrome metabólico** (4).

También se ha estudiado su efecto contra la **alopecia**, demostrando mejorar los resultados del tratamiento con minoxidil (5).

## Efecto antioxidante

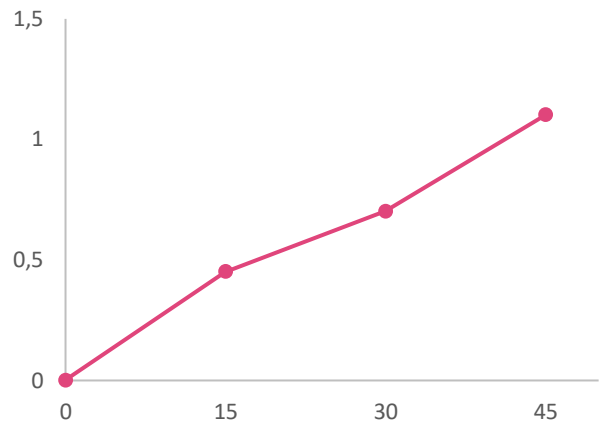


Figura 2. Efecto antioxidante de la cúrcuma a diferentes concentraciones (15, 30 y 45 µM) medida in vitro mediante el método del tiocianato férrico (3).

## Usos

- Artritis
- Aterosclerosis
- Síndrome metabólico
- Psoriasis
- Enfermedades que cursan con inflamación
- Alopecia

### Bibliografía

1. Hewlings, S. J., & Kalman, D. S. (2017). Curcumin: a review of its effects on human health. *Foods*, 6(10), 92.
- 2.-Chan, M. M.-Y. (1995). Inhibition of tumor necrosis factor by curcumin, a phytochemical. *Biochemical Pharmacology*, 49(11), 1551–1556. doi:10.1016/0006-2952(95)00171-u
- 3.- Ak, T., & Gülçin, İ. (2008). Antioxidant and radical scavenging properties of curcumin. *Chemico-biological interactions*, 174(1), 27-37.
- 4.- Di Piero, F., Bressan, A., Ranaldi, D., Rapacioli, G., Giacomelli, L., & Bertuccioli, A. (2015). Potential role of bioavailable curcumin in weight loss and omental adipose tissue decrease: preliminary data of a randomized, controlled trial in overweight people with metabolic syndrome. *Preliminary study. Eur Rev Med Pharmacol Sci*, 19(21), 4195-4202
- 5.- G., Asawanonda, P., Varothai, S., Jariyasethavong, V., Triwongwanat, D., Suthipinittharm, P., ... Waranuch, N. (2011). Curcuma aeruginosa, a novel botanically derived 5α-reductase inhibitor in the treatment of male-pattern baldness: a multicenter, randomized, double-blind, placebo-controlled study. *Journal of Dermatological Treatment*, 23(5), 385–392. doi:10.3109/09546634.2011.568470

## Farma- Química Sur SL

C/ Carlo Goldoni, 32 Polígono Industrial Guadalhorce –  
 Málaga 29004 España · Teléfono: 952 240 988 · Fax:  
 952 242 585 · e-Mail:  
 farmaquimicasur@farmaquimicasur.com