

# La astaxantina en la lucha contra el Cáncer

*“La ciencia revela cómo La astaxantina puede atacar y destruir las células cancerosas sin dañar el resto del cuerpo”*

Con base en los datos actuales, los Centros para el Control de Enfermedades (CDC) de los EE. UU. Estiman que aproximadamente el 38% de los adultos estadounidenses padecerán algún tipo de cáncer en algún momento de sus vidas. Es una estadística inquietante, y una que da un sentido apremiante de urgencia a la búsqueda continua de mejores métodos de prevención. Pero, la pregunta sigue siendo: ¿puede la astaxantina realmente ayudar?

Un grupo de estudios emocionantes (relativamente nuevos) revelan cómo un compuesto vegetal natural, la astaxantina, puede atacar implacablemente las células cancerosas al interferir con ellas, interrumpirlas e incluso destruirlas en su primera etapa del desarrollo, al tiempo que deja intactas las células normales.

Primer paso: ¿Qué es exactamente la astaxantina?

La astaxantina es un pigmento natural soluble en grasa, o carotenoide, responsable del tono rosado anaranjado del salmón, el krill y el camarón ártico. Técnicamente hablando, sólo las plantas producen astaxantina, pero los animales pueden adquirirla a través de los alimentos que comen, como en el caso de los flamings, que obtienen su llamativa coloración de su menú de camarones (que se alimentan de algas ricas en astaxantina).

La astaxantina, sin embargo, hace mucho más que proporcionar acentos de color y belleza en el mundo natural. Al igual que otros carotenoides (como el betacaroteno), la astaxantina posee potentes poderes para combatir enfermedades.

Los científicos dicen que los beneficios de la astaxantina incluyen propiedades antidiabéticas, antiobesidad, antiinflamatorias, antienvjecimiento y que mejoran el sistema inmune, y los curanderos naturales suelen aconsejarlo para que mejore la visión, alivie el dolor articular, mejore la salud cardíaca e incluso minimice las arrugas faciales .

Astaxantina es el enemigo jurado de la inflamación crónica

No olvidemos que la inflamación, que los científicos dicen que está en la raíz de enfermedades crónicas como la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, la artritis y el cáncer, está implicada en la promoción del crecimiento y la supervivencia de las células cancerosas.

Los estudios en animales han demostrado que la astaxantina ayuda a reducir la inflamación en las úlceras de la mucosa, lo que ayuda a prevenir la adenocarcinoma. En un estudio que involucró células de linfoma humano, la astaxantina interfirió en la producción de citocinas proinflamatorias como el factor de necrosis tumoral alfa, un beneficio sustancial.

Los extraordinarios poderes antioxidantes de la astaxantina ayudan a combatir el estrés oxidativo

Los investigadores descubrieron que el estrés oxidativo, causado por radicales libres potencialmente tóxicos, promueve el crecimiento y la diseminación de algunos cánceres. Un estudio celular de las células cancerosas del linfoma humano reveló que la astaxantina detuvo la producción de especies de oxígeno reactivas nocivas y protegidas contra el estrés oxidativo.

Los científicos estiman que la extraordinaria capacidad antioxidante de la astaxantina es 6.000 veces más poderosa que la vitamina C, 800 veces más poderosa que la enzima CoQ10, y 150 veces más poderosa que las antocianinas, los beneficiosos pigmentos de color azulados que se encuentran en los arándanos.



Otros beneficios de la astaxantina incluyen una mejor comunicación entre las células sanas

Las células individuales en los órganos y tejidos se comunican entre sí a través de canales de unión entre las células, una función importante para mantener la salud. De hecho, la interrupción en esta comunicación puede preparar el escenario para la inflamación, el daño celular y el cáncer.

La astaxantina mejora los canales de unión gap y mejora la capacidad vital de las células sanas para comunicarse entre sí, una función esencial para inhibir el desarrollo del cáncer.

Los investigadores dicen: la astaxantina induce la muerte de las células cancerosas malignas a través de la apoptosis, que es la destrucción programada de células dañadas o disfuncionales. Sin embargo, el cáncer puede eludir este proceso beneficioso, lo que significa que sus células pueden sobrevivir y multiplicarse sin ser afectadas por la apoptosis.

Reestablecer el mecanismo para la apoptosis es una técnica valiosa para combatir el cáncer, y la astaxantina puede ayudarlo. Los estudios han demostrado que la astaxantina promueve la apoptosis en las células cancerosas tanto orales como hepáticas.

En un estudio que involucró células de carcinoma hepatocelular humano (células tumorales de cáncer de hígado), los investigadores descubrieron que la astaxantina inducía un alto nivel de muerte celular, lo que los hacía identificar como una terapia potencial para el cáncer de hígado.

Esta investigación es especialmente alentadora a la luz del hecho de que el cáncer de hígado es notoriamente difícil de tratar y presenta una alta tasa de recurrencia.

La astaxantina detiene la proliferación de células cancerosas y reduce el tamaño del tumor

Los estudios respaldan la capacidad de la astaxantina para detener selectivamente la proliferación (o multiplicación) de las células cancerosas. En estudios en animales, los científicos observaron que el pigmento de la planta parecía disminuir la proliferación de las células del cáncer de hígado, mama y pulmón, al tiempo que dejaba intactas las células normales y sanas.

De varios carotenoides que combaten el cáncer evaluados, incluidos el betacaroteno y la capsantina, se descubrió que la astaxantina es la más efectiva para prevenir la reproducción de las células de la leucemia humana.

En un estudio de 2017 publicado recientemente en Marine Drugs, los investigadores estudiaron los efectos de la astaxantina en el inicio y la progresión del tumor.

A los ratones con cáncer de próstata inducido por laboratorio se les administró astaxantina en dosis altas, astaxantina en dosis bajas o placebo. Después de 31 días, los investigadores encontraron que el volumen y el peso del tumor en el grupo de astaxantina en dosis altas disminuyó en

aproximadamente un 40 por ciento, un resultado impresionante. Significativamente, el grupo que no recibió astaxantina no experimentó reducción en los tumores. No se observaron beneficios en el grupo de dosis bajas de astaxantina, un hecho que resalta la importancia de dosis suficientes. La astaxantina limita la formación, progresión e invasión del cáncer

La metástasis, la invasión de las células cancerosas en los órganos, tejidos y huesos, es un paso importante (no deseado) en la progresión del cáncer, y este proceso potencialmente mortal es ayudado por las enzimas conocidas como metaloproteinasas de la matriz o MMP.

Pero, casi como diciendo "¡no bajo mi control!", El astaxantín combate la producción de MMP, inhibiéndolo en todo momento. Y, no se detiene allí. Los investigadores descubrieron que la astaxantina también reduce la angiogénesis, la capacidad de los tumores para crear nuevos vasos sanguíneos con el fin de obtener oxígeno y nutrientes esenciales.

Además, un estudio mostró que las vías de señalización implicadas en el crecimiento y la propagación del cáncer oral se inhibieron significativamente por la astaxantina.

También hay evidencia de que la astaxantina puede hacer que los medicamentos convencionales contra el cáncer funcionen de manera más efectiva. En un estudio de células de cáncer de pulmón, una combinación de astaxantina y pemetrexed, un fármaco de quimioterapia, fue más efectiva en la inhibición del crecimiento de células cancerosas que el pemetrexed solo.

¿Cómo elevo los niveles de astaxantina?

Puede aumentar las cantidades de astaxantina en la dieta comiendo salmón rojo salvaje capturado en el medio silvestre, que suministra 3,2 mg de astaxantina por porción de 3 onzas.

La trucha roja y el salmón Coho también son ricos en astaxantina, mientras que otras buenas fuentes incluyen langosta, camarones, cangrejos de río, cangrejos y huevas de salmón.

Sin embargo, los expertos aconsejan limitar el consumo de pescados y mariscos, debido a la posible contaminación por mercurio.

La astaxantina, derivada de microalgas está disponible en forma suplementaria y puede ser una mejor opción. Para evitar la posibilidad de contaminación por metales pesados, opte por marcas acreditadas y de alta calidad.

Antes de suplementar con astaxantina, consulte a un proveedor de servicios de salud integral confiable, especialmente si tiene una condición de salud grave.

Resulta que la astaxantina puede tener más que ofrecer que sólo su color agradable a la vista. Como parecen indicar los estudios celulares y en animales, la astaxantina rosa-naranja podría muy bien tomar su lugar en el panteón de las terapias naturales contra el cáncer y convertirse en sinónimo del color de la curación.