

## ARÁNDANO ROJO



**Nombre científico:** Vaccinium macrocarpon L.

**Generalidades:** Popularmente conocido en Norteamérica como arándano agrio o cranberry.

**Composición química:** Contiene beta-hidroxi-butírico, ácido cítrico, ácido quínico y vitamina C, entre otros.

### **Acciones farmacológicas:**

- ❖ Promueve un tracto urinario saludable

Estudios encontraron que el Arándano rojo ayuda a prevenir las infecciones del tracto urinario (ITU). Esto se debe a su capacidad de prevenir bacterias (*Escherichia coli*) a adherirse a las células de las paredes del tracto urinario. Investigaciones apuntan a que el Arándano rojo puede ser de gran ayuda a prevenir repetidas ITU en mujeres mayores y pacientes hospitalizados. Estudios recientes indican que tendría acción antioxidante.

**Contraindicaciones:** embarazo, lactancia, niños y cálculos renales.

**Dosis recomendada:** 2 cápsulas diarias media hora antes de las comidas.

Cada cápsula contiene 300 mg de Arándano rojo.