



**LaMañana**

LLEIDA

29/09/00

## Canyella per als diabètics

Les persones diabètiques del tipus 2 (relacionada amb l'estil de vida i l'alimentació) podrien millorar la seva capacitat per regular els nivells de sucre a la sang només afegint una mica de canyella als seus plats. En estudis preliminars, s'ha comprovat que la canyella ajuda a les cèl.lules a reconèixer i respondre a la insulina, l'hormona que elimina l'excés de glucosa a la sang i la diposita a les cèl.lules. Segons experts del centre per a la nutrició humana dels EEUU, estudis de laboratori amb animals han fet palès que la canyella pot augmentar el metabolisme de la glucosa més de 20 vegades. La majoria dels diabètics pateixen el tipus 2, que produeix cansament, visió borrosa i, amb el temps, augment del risc d'atacs cardíacs, problemes renals i ceguesa.