



Cuidar bien el páncreas

El páncreas ayuda a metabolizar la comida a través de los jugos que genera. Su otra gran función es la producción de insulina, la hormona que regula la cantidad de glucosa (azúcar) en la sangre y que actúa como un generador de energía. Para que funcione correctamente es importante evitar el exceso de alcohol y las comidas grasas, factores que pueden provocar una inflamación de este órgano o pancreatitis. Los síntomas del trastorno varían de una persona a otra, pero los más comunes son náuseas y vómitos, malestar general (pulso rápido, palpitaciones, fiebre...), disminución de la presión sanguínea y tono amarillento de la piel y del interior de los ojos.

