

## De l'huile d'olive écologique pour soulager les symptômes de la fibromyalgie

LIEU: Jaén

DURÉE VTR: 1'29"

**RÉSUMÉ:** Une étude de l'Université de Jaén, en collaboration avec celle de Grenade et du Centre Hospitalier de Jaén, a démontré que la consommation d'huile d'olive extra vierge écologique soulage les symptômes de la fibromyalgie. Ont participé à l'étude 36 malades de l'Association de Fibromyalgie de Jaén (AFIXA) divisés en deux groupes avec un régime alimentaire similaire mais avec deux types d'huile d'olive, une écologique et l'autre non. Les analyses et les tests réalisés sur les patients corroborent une amélioration des symptômes de la maladie comme la fatigue ou la rigidité musculaire.

### VTR

L'huile d'olive extra vierge améliore les symptômes des personnes souffrant de fibromyalgie. Ainsi le démontre la recherche à laquelle ont participé les universités de Jaén et de Grenade, l'Association de Fibromyalgie de Jaén (AFIXA) et le Centre Hospitalier de Jaén.

**María Luisa del Moral**  
**Chercheuse Univ. de Jaén**

"Elle prévient de l'oxydation des protéines, de l'ADN et des lipides, et de plus, pour ce qui est de la symptomatologie qu'elles présentent, elle améliore la capacité fonctionnelle pour des activités quotidiennes ainsi que sa capacité et santé mentale."

**Maribel Garrido**  
**Présidente Assoc. de**  
**Fibromyalgie de Jaén**

"Un symptôme ennuyeux, la rigidité musculaire et surtout le post repos: lorsque tu te lèves de la sieste ou du lit, tu es très rigide. Alors, cela minimise assez la fatigue chez les malades. "

Les examens et les tests de contrôle sur les patients ont démontré l'effet positif des antioxydants de cette graisse végétale. L'étude a été menée sur deux groupes ayant un régime similaire, la différence se trouvait dans le type d'huile d'olive qu'ils consommaient: une extra vierge et l'autre non.

**María José Martínez**  
**Endocrinologue et**  
**nutritionniste**

"La bouteille est la même, la même étiquette, personne ne savait quel type d'huile nous utilisons: une étude à l'aveuglette doublement, aussi bien les chercheurs que les patients ne connaissent pas le type d'huile que l'on utilise."

La fibromyalgie, une maladie chronique dont les causes sont méconnues et qui affectent presque 3% de la population en Espagne et, dans ce groupe, 94% sont des femmes.

Pour obtenir plus d'informations ou traiter un litige appelez au +34 647 310 157  
ou contactez-nous par mail à [info@historiasdeluz.es](mailto:info@historiasdeluz.es)