

Actividades de enseñanza

Tabla 2: Moléculas antioxidantes y alimentos donde se encuentran

Traducido por Ignacio Tognaccini y Gabriel Pinto. Universidad Politécnica de Madrid

Molécula antioxidante	Fuente alimenticia
β -caroteno	Zanahoria
Ácido ascórbico (vitamina C)	Limón
α -tocoperol (vitamina E)	Aceite
Licopeno	Tomates
Melatonina	Aceite de oliva virgen- extra
Quercetina	Cebolla
<i>S- alicisteína</i>	Ajo
Antocianidina con azúcar	Granada
Ácido clorogénico	Café expreso

Estructuras

Imágenes cortesía de Gianluca Farusi

Todas las demás imagines son cortesía de www.clipart.com