



La vitamine C protège le fumeur

Rubrique : actualités - Date : vendredi 24 mars 2006

« La vitamine C protège le fumeur » selon un encart de Sciences et Vie. Le mensuel relaie les conclusions d'une étude américaine, menée par Maret Traber nutritionniste de l'Université d'Etat de l'Oregon. « La vitamine C est, elle, capable de recycler la vitamine E oxydée, de telle sorte qu'une fois supplémentés en vitamine C, les fumeurs présentent les mêmes concentrations en vitamine E que les non-fumeurs ». Or la vitamine E protègerait « activement les poumons des fumeurs » et neutraliserait « les radicaux libres contenus dans la fumée de cigarette ».