



**SELENIO.** El selenio es un oligoelemento importante necesario para la actuación de los sistemas corporales antioxidantes. Algunos estudios señalaban que los niveles altos de selenio estaban asociados a una reducción en el riesgo de contraer algunos cánceres. Una gran investigación epidemiológica realizada en Holanda sobre 50.000 varones confirmó que los fumadores y, sobre todo, los exfumadores con los niveles más altos de selenio poseen hasta un 30% de disminución del riesgo de contraer cánceres prostáticos.