

## Milk Thistle (Cardo Mariano)



Presentación: 90 perlas de 1000mg.

[COMPRAR](#)

El cardo mariano (*Silybum marianum*) es también conocido como Milk Thistle, Cardo Lechoso o de Leche, Silimarín y muchos nombres más. Sin duda, es una de las plantas que cuenta con mayor número de investigaciones científicas.

Su fruto contiene silibina, silicristina y silidianina, tres sustancias que forman un complejo hepatoprotector conocido como silimarina. Ésta actúa directamente sobre las células del hígado, regenerándolas y combatiendo las sustancias hepatotóxicas (alcohol y otros tóxicos de origen alimentario).

Las semillas del cardo mariano se han venido usando desde hace siglos con fines medicinales.

De ellas se obtienen sustancias como la silimarina, que se usa en afecciones crónicas del hígado y la vesícula biliar; o la silibinina (o derivados de la misma), que se usa en casos de intoxicación por ingestión de amanitas (por ejemplo la amanita phalloides o la amanita muscaria).

Otras sustancias de interés medicinal presentes en las semillas son la silydianina y la silychristina.

### Otros beneficios del Cardo Mariano incluyen los siguientes:

- Interviene favorablemente en casos de litiasis (piedras en riñones y vesícula biliar).
- Normaliza la glucemia (baja el azúcar en sangre).
- Es el más potente hepatoprotector conocido con acción sobre cirrosis, hepatitis, hígado graso, envenenamiento hepático.
- Protege también las células de los riñones en caso de insuficiencia renal.
- Impide el daño hepático y renal provocado por ciertos medicamentos antivirales, analgésicos, antibióticos y antiinflamatorios.
- Impide la peroxidación lipídica (acción antioxidante en tejidos grasos).
- Induce la apoptosis (muerte celular) en células cancerosas.
- Disminuye los niveles de colesterol.
- Reduce la insulinoresistencia en pacientes con diabetes de tipo 2 que también padecen cirrosis.
- Puede tener aplicaciones en la prevención del cáncer.
- Se usa para tratar complicaciones en pacientes de sida.
- Protege al hígado de las sustancias dañinas.

Esta planta resguarda al hígado de drogas como el alcohol y hongos venenosos, como también de las drogas usadas en quimioterapia u otras sustancias perjudiciales.

Una de las maneras de proteger el hígado que tiene esta planta es estimulando la producción de una sustancia llamada "glutatión", que desintoxica a las células vivas.

Diversos estudios realizados en animales mostraron que el cardo mariano promueve el incremento de esta sustancia en un 35% en el hígado, en el estómago y en los intestinos. Además esta planta altera las membranas exteriores de las células vivas, haciéndolas más fuertes para que las toxinas no ingresen en ellas.

### Mantiene el flujo biliar

La bilis ayuda a expulsar las toxinas desactivadas a través de las heces. Las obstrucciones biliares pueden inducir a una ictericia (color amarillento de la piel por la presencia biliar anormal). Lo que hace esta planta es ayudar a proteger al hígado inhibiendo la producción de las sustancias llamadas leucotrienos, que promueven la colestasis ("estancamiento" de la bilis).

Protección contra los daños causados por el exceso de alcohol.

El cardo mariano interfiere en el desarrollo de la cirrosis y elimina el tejido anómalo que acompaña al daño hepático de origen alcohólico.

### **Reduce el exceso de hierro en el cuerpo.**

El exceso de hierro en el cuerpo puede provocar daños en el hígado. Esta planta medicinal actúa como un antioxidante, ayudando y protegiendo al hígado contra los daños resultantes. Además ayuda a eliminar el hierro de la sangre, mediante la defecación.

### **Regenera los tejidos del hígado.**

El cardo mariano fomenta la producción de proteínas en las células del hígado, estimulando el crecimiento de células nuevas y permitiendo que las dañadas se regeneren. El debilitamiento del hígado, debido a la acumulación de sustancias tóxicas en él y en el resto del cuerpo, puede traer problemas al sistema inmunológico. Ayudando a mantener al hígado saludable y fuerte esta planta mantiene saludable a todo el cuerpo.

### **Poder antioxidante.**

Esta hierba combate el estrés oxidativo y el daño provocado por los radicales libres, que pueden debilitar y destruir células en todo el cuerpo. Además estimula la actividad de otros antioxidantes.

### **Combate el daño inflamatorio.**

Varias células en el cuerpo producen sustancias inflamatorias que pueden causar severos daños al hígado y a otros tejidos. El cardo mariano lo que hace es inhibir la formación de estas sustancias tóxicas. En altas dosis puede reducirlas hasta un 70% comparada con el valor de control. A través de estas propiedades anti-inflamatorias, el cardo mariano puede ayudar a prevenir el daño en los tejidos del hígado, los riñones y de cualquier otra parte del cuerpo, como también disminuir la formación de cálculos.

### **El cardo mariano protege contra la diabetes.**

Aunque comúnmente solo relacionamos a la diabetes con el páncreas y la insulina, el hígado tiene un importante rol en la regulación de azúcar en la sangre, pues transforma la glucosa y la almacena para cuando sea requerida.

Si el hígado es significativamente dañado por el alcohol, excesiva inflamación o toxinas, no podrá regular el azúcar en la sangre, predisponiendo a la diabetes.

Hace algunos años, fueron 60 pacientes con diabetes (del tipo 2) y daños en el hígado causados por el alcohol. A la mitad se les administraron 600 gramos de cardo mariano todos los días durante 12 meses, y a la otra mitad se les dio un placebo.

Los resultados fueron sorprendentes: el cardo mariano redujo rápidamente los niveles de glucosa en la sangre. Pero no bajó tanto el nivel de glucosa en la sangre como para causar un bajo contenido de azúcar (hipoglucemia), sugiriendo que esta planta es "inteligente", ya que estabiliza los niveles de azúcar en la sangre.

### **Tres acciones contra el cáncer.**

Estudios recientes sugieren que el cardo mariano puede ser útil en la dura batalla contra el cáncer de tres maneras distintas:

- En primer lugar, puede pelearle al cáncer directamente. Un estudio de laboratorio mostró que esta planta puede detener in vitro el desarrollo de células cancerígenas. El cardo mariano no las mata sino que hace que se comporten como células normales (al menos en el cáncer de próstata, que fue el objeto del estudio).
- En segundo lugar el cardo mariano puede potenciar los efectos de las drogas que se utilizan contra el cáncer.
- Finalmente, esta hierba puede proteger a los riñones de los efectos dañinos producidos por la quimioterapia contra el cáncer.

### **El cardo mariano baja el colesterol.**

En 1977 un estudio conducido por científicos alemanes encontró que esta planta podía inhibir la producción de colesterol. Nuevos estudios produjeron similares resultados, mostrando que tomando esta medicación bajaba el nivel de colesterol total y se incrementaba el de colesterol "bueno".

Además el cardo mariano disminuye la oxidación o la transformación del colesterol "malo" en formas más perjudiciales.

¿Cómo se usa?

Las diversas investigaciones realizadas hasta el momento no identificaron todavía la óptima dosis de cardo mariano.

Se piensa que al menos 250 mg. por día de cardo mariano pueden ayudar a la gente con diabetes y otros daños que tengan que ver con la regulación de la glucosa en el cuerpo.

Dosis de 150 hasta 300 mg. por día son considerados suficientes para proteger al hígado sano, mientras que entre 400 y 800 mg. por día serían necesarios en casos claros de daños en el hígado.

Usándolo apropiadamente el cardo mariano no parece producir efectos colaterales, aunque se debe tener cuidado al usar el extracto de esta hierba mientras se consumen otros medicamentos, como por ejemplo aquellos utilizados para subir la presión.

Indicaciones:

Tomar 1 Perla al día por la noche de preferencia con alimentos. No exceder dosis recomendada.

**COMPRAR**

**VISITAR PAGINA**

Para ver este y otros instructivos de Productos Naturales, visita: <http://www.naturallya.com/descargas/>