**[Beneficios Del Micelio de Cordyceps Tiens](http://miceliodecordycepstiens.blogspot.com/2011/12/beneficios-del-micelio-de-cordyceps.html)**

Entre los beneficios terapéuticos contrastados de la ingesta de *Cordyceps sinensis*se hallan los siguientes:

-**Reducción de tumores.**Varios estudios clínicos realizados en China y Japón con enfermos de cáncer y utilizando una dosis de 6 gramos al día de *Cordyceps*natural manifestaron reducción de sus tumores. En uno de esos estudios -sobre 50 pacientes con cáncer de pulmón- se observó reducción tumoral en el 46% de ellos si se administraba *Cordyceps*junto con la habitual quimioterapia. En otro estudio con distintos tipos de cáncer se encontró que suministrando 6 gramos/día de extracto de *Cordyceps* durante dos meses se conseguían mejoras subjetivas en la mayoría de los pacientes junto con mejoras en los recuentos de leucocitos y disminución del tamaño del tumor.

En Japón se hicieron ensayos con ratones a los que se les inyectaban células cancerosas de linfoma y luego se les administraba *Cordyceps*. Se observó que con respecto al grupo de control se les prolongaba la vida, les mejoraba la respuesta inmune y los tumores eran de menor tamaño.

El año pasado el equipo del Dr. **Sang E. Park** de la *Universidad de Daejeon* (Corea) publicó un artículo en la revista *Food and Medical Toxicology* comunicando la observación de la inducción de apoptosis e inhibición de la telomerasa en células de carcinoma pulmonar por el efecto de un extracto acuoso de *Cordyceps militaris*(especie que muchos consideran idéntica a *Cordyceps sinensis*)

En suma, puede decirse que:

1. Inhibe la producción de ADN y la síntesis de ARN en las células cancerosas.

2. Estimula la diferenciación celular (las tumorales son indiferenciadas).

3. Favorece la reestructuración del citoesqueleto.

4. Inhibe la actividad de las proteino-kinasas.

5. Inhibe la metilación de los ácidos nucleicos.

5. Posee acción anticancerosa específica sobre los tumores de vesícula, renal, colon, pulmones y fibroblastomas.

-**Estimulación del sistema inmunitario.**Potencia la acción de las *células asesinas naturales*y estimula la actividad de las *placas de Peyer* y la liberación de macrófagos según varios estudios. Uno de ellos demostró que esa estimulación tiene lugar tanto en individuos sanos como en enfermos de leucemia.Y otro -publicado en el *Chinese Journal of Integrated Traditional and Western Medicine-*que su administración en personas sanas aumenta la actividad de las *células asesinas naturales* en un 74% y en el caso de pacientes leucémicos un 400%. Resultados similares se obtuvieron con pacientes que sufrían melanomas.

**-Acción antibiótica.**  La cordicepina contenida en la seta y sus extractos actúa contra los peligrosos *Clostridium perfringens* y *Clostridium paraputricum* sin afectar a la flora intestinal. También se ha demostrado su acción bactericida frente a otros bacilos como *Bacillus, Pasteurella, Streptococcus y Microsporum*.

-**Acción antiviral con acción específica contra el virus del SIDA (VIH).**Además de su capacidad antiviral derivada de su efecto potenciador del sistema inmune un ensayo realizado en Ghana en el año 2004 indicaría un posible efecto contra el VIH por inhibición de la actividad de la transcriptasa. Se administró una fórmula que contenía predominantemente*Cordyceps* a 3.000 pacientes en estadios tempranos de SIDA y al cabo de seis meses de administración **ninguno** de los pacientes mostró signos de presencia del virus VIH en sangre. En el recuadro sobre inmunidad se explica también otro posible mecanismo de la seta para actuar contra el virus del SIDA.

-**Efectos inmunodepresores.**Se ha comparado el efecto inmunodepresor de esta seta con la de la ciclosporina, una droga de síntesis (que imita a una molécula producida por el hongo *Tolypocladium inflatum,*que de hecho es un anamorfo del género *Cordyceps*) muy utilizada para evitar el rechazo en los trasplantes de órganos.*Cordyceps* se ha utilizado de hecho en el tratamiento de enfermedades autoinmunes -en especial en la *Tiroiditis de Hashimoto-* logrando contrarrestar los síntomas más típicos: fatiga, hipotermia, disfunción respiratoria, disfunción cardíaca, depresión y falta de libido.

-**Aumenta la resistencia a la fatiga.**Un grupo de nueve atletas femeninos de la selección china llamó la atención de los jurados cuando lograron romper nueve records mundiales en los Juegos Olímpicos Chinos de 1993. Y desde entonces hay varios casos de deportistas con resultados brillantes que previamente habían sido sometidos a una dieta de *Cordyceps.*De hecho se pensó en considerarla una sustancia de dopaje. Su administración permite aumentar la potencia y reactividad muscular hasta un 40%, mejorando el rendimiento aeróbico y la posterior eliminación de ácido láctico.

La investigación sobre el efecto revitalizador de esta seta puso en evidencia que un compuesto de la mismaaumenta (mediante un uso más eficiente del oxígeno disponible) hasta en un 55% la producción de moléculas ATP (adenosina trifosfato) lo que permite acelerar el metabolismo celular y en consecuencia la energía de las células. Esto explicaría la mayor capacidad energética a nivel orgánico y muscular y una disminución de la fatiga.

-**Mejora la ventilación.**Varios estudios han demostrado que la administración de extractos de esta seta tiene un ligero “efecto codeína” equilibrando el sistema simpático-parasimpático y menguando la “irritabilidad” del tejido bronquial y pulmonar afectado, lo que alivia los síntomas de la bronquitis crónica y el asma junto con su acción broncodilatadora y relajadora de la musculatura bronquial. No hay que olvidar que a este efecto broncodilatador se suma su acción bactericida, inmunoestimulante y antiinflamatoria, por lo que no es de extrañar que se haya estado usando desde hace centenares de años en la Medicina Tradicional China para el tratamiento de la tos persistente y el asma.También se observó una notable mejora en afectados por EPOC.

**- Aumenta la absorción de oxígeno.** Un estudio realizado en China con treinta pacientes ancianos -utilizando control doble ciego con placebo- mostró que los que tomaban*Cordyceps* aumentaban significativamente la proporción de oxígeno asimilado.Otro estudio con pacientes que cursaban distintas afecciones cardiovasculares mostraron aumentos de hasta un 40% en la absorción celular de oxígeno.

-**Mejora la función cardiaca.**Varios estudios demostraron los beneficios de *Cordyceps* en los casos de arritmia e insuficiencia cardiaca.

**-Actividad hipotensora y contra la *Claudicación intermitente (Síndrome del escaparate).***Su efecto contra la alta tensión arterial se debe tanto a sustancias que relajan el musculo liso arterial como a su estímulo para la producción de oxido nítrico de efectos vaso-relajadores.A este efecto se suma su acción antitrombóticaal tener compuestos que disminuyen la agregación plaquetaria. Estos factores coadyuvan a mejorar la circulación arterial en las extremidades inferiores mejorando los síntomas de la Enfermedad Arterial Periférica.

**-Controla los niveles de colesterol.**Cuatro estudios han demostrado que *Cordyceps* ayuda a bajar los triglicéridos y el exceso de colesterol al tiempo que aumenta la proporción del llamado “colesterol bueno” o HDL.

**-Protege y promueve la función hepática.** También mejora la funcionalidad del hígado y repara los tejidos afibrosados resultantes de la cirrosis o de la hepatitis crónica o sub-crónica.En estudios hechos con un grupo de 33 pacientes con hepatitis B y ocho con cirrosis se observó mejoras de hasta el 71,9% sobre el test del timol y mejora del 78,6% en los valores de transaminasas SGTP señalando ambos una mejora en la funcionalidad del hígado.

-**Mejora la función renal.**Un estudio en China demostró un 51% de mejora en el caso de una insuficiencia renal después de un mes de administrar un suplemento de *Cordyceps*a la dieta habitual del paciente. Otros ensayos han demostrado que protege los glomérulos renales impidiendo su necrosis con visible mejora del aclaramiento de la creatinina y disminución de la proteinuria.Se observó su eficacia frente a la nefro-toxicidad provocada por empleo de ciclosporina durante largos períodos en relación a pacientes trasplantados y a pesar de que *Cordyceps* tiene una actividad inmunosupresora comparable a la ciclosporina.

-**Ralentiza el envejecimiento.**Estudios clínicos controlados han revelado mejoras sustanciales en sujetos con síntomas de senilidad y fatiga después de haberles sido administrado *Cordiceps* durante un período de 30 días lográndose medias de reducción de un 92% en la fatiga, del 89% en la sensación de frío y del 83% en los mareos. Aquellos que sufrían complicaciones respiratorias declararon sentirse más fuertes e incluso lograron hacer algo de ejercicio físico. También se han comprobado mejoras en la ansiedad, el insomnio, la amnesia y la falta de libido.

-**Posee efectos antioxidantes.**Varios estudios demuestran la acción protectora de*Cordyceps* frente al daño causado por los radicales libres.

-**Protege la médula ósea de las radiaciones.**Diferentes estudios han demostrado que la ingesta de este hongo protege a la médula ósea de los efectos de la radioterapia atenuando la disminución de la actividad hematopoyética. De hecho *Cordyceps* es considerado un factor hematopoyético y se ha comprobado que activa y multiplica las células madre hematopoyéticas en la médula de ratones de laboratorio.

-**Es antianémica.**Por la potenciación de la actividad hematopoyética mencionada anteriormente.

**-Tiene acción antidepresiva.**Según algunos autores sus efectos contra la depresión leve, la ansiedad y el insomnio parecen estar relacionados con alguna molécula que actúa como inhibidora de la MAO.Además las investigaciones realizadas por elDr. **K. Nishizawa** en el 2007 han demostrado que el extracto de *Cordyceps* contiene moléculas que actúan sobre los receptores adrenérgicos y dopaminérgicos de las sinapsis neuronales pero sin afectar al sistema de la serotonina lo que aumentaría la acción antidepresiva de la seta.

-**Ayuda en casos de tinnitus.**En un ensayo controlado se administraron varias infusiones de*Cordyceps*a 23 pacientes que sufrían de acúfenos. Ocho de ellos dejaron de sufrir la molestia, seis señalaron sensible mejoría y otros seis una mejoría leve. Se supone que en estos casos la seta actúa sobre la acumulación de fluidos en el oído medio.

-**Potencia la actividad sexual.**En China se han realizado tres estudios distintos -controlados a doble ciego y placebo- sobre 200 personas que presentaban síntomas de libido disminuida y otros problemas sexuales. Pues bien, el 64% de los que utilizaron *Cordyceps*señaló mejorías contra un 24% de los que utilizaban el placebo.En otro estudio similar pero con 21 mujeres con síntomas equivalentes a los del grupo de hombres el 90% de las que tomaron *Cordyceps* señaló mejoras frente al 0% de las del grupo de control. Otro estudio a doble ciego dirigido por el *Instituto de Materia Médica* de Pekín encontró una mejora del 86% en el nivel de libido de las mujeres. En otro estudio con 189 participantes de ambos sexos*Cordyceps* no sólo mostró mejoras en la libido sino que además mejoró la fertilidad y el recuento de de espermatozoides prolongando la vida de los mismos en el 66% de los casos. Tanto la acción de relajación del musculo liso arterial como el estímulo en la producción de oxido nítrico de efectos vaso-relajadores hace que algunos consideren la seta un verdadero “Viagra natural”.

**-Mejora la fertilidad.**En el caso de la fertilidad masculina se observó el incremento de un 33% en el recuento de espermatozoides en 22 varones después de tomar un suplemento de*Cordyceps* durante ocho semanas junto con una disminución del 29% de espermatozoides defectuosos y un aumento del 79% de la supervivencia de los espermatozoides sanos.

-**Ayuda en los casos de adicciones.**Uno de los usos tradicionales de la seta en la Medicina Tradicional China fue la de combatir la adicción al opio. Y si bien se desconocen los principios farmacológicos que pueden actuar en este sentido es probable que ese uso tradicional se vea pronto confirmado por estudios científicos. Todo indica que alguna de sus moléculas actúa como señal antagonista en receptores opiáceos del organismo humano (con efecto comparable a la naloxona); las investigaciones del Dr.K. **Nishizawa** así parecen apuntarlo. Si ello se corroborase sería interesante pues utilizar sus extractos en el tratamiento de distintas adicciones, desde las drogas hasta el tabaco.

**CONCLUSIÓN Y RECOMENDACIÓN**

En suma, aunque la acción más conocida del *Cordyceps sinensis* sea su efecto revitalizante los estudios realizados hasta hoy han demostrado que además tiene otras propiedades terapéuticas por lo que se trata de un excelente nutriente que recién empieza a ser conocido en Occidente. Eso sí, consuma sólo extractos de *Cordyceps sinensis* elaborados en cultivos orgánicos y ecológicos, con control oficial y elaborados en laboratorios de garantía. Termino invitando a los lectores interesados en obtener mayor información la lectura de mi obra *12 setas medicinales para la salud.*

QUIERES TENER MAS ENRGIA VIGOT Y VITALIDAD

COMIENZA HOY MISMO A RENOVAR LA ENERGIA, DE TU JUVENTUD Y SORPRENDERAS A TU PAREJA