

### **TRIBULUS TERRESTRIS (Abrojos , cuernos de chivo)**

Planta perenne de la familia de las zigofiláceas. Tallos rastreros con pilosidad blanquecina de hasta 100 cm . Hojas opuestas, compuestas, paripinnadas con hasta 8 pares de foliolos oblongos o elípticos. Flores axilares muy pequeñas, amarillas, con 5 pétalos que sobresalen de los sépalos. Frutos con dos salientes punzantes. En bordes de caminos, campos secos y escombrerías.

Composición:

Flobafeno,  
Alcaloides  
Acido linoleico y oleico.  
Saponinas  
Nitratos  
Sulfatos  
Carbonato Cálcico  
Clorofila

Usos:

#### **Raíces ( Cocimiento)**

- 4 Diurético, ( Incrementa la producción de orina, sobre todo en aquellos casos en que existe retención por problemas renales) carminativo ( Expulsar los gases del estómago)
- 4 Cólicos intestinales
- 4 Colesterol, circulación sanguínea
- 4 Afrodisiaca y contra la impotencia ( Parece ser que incrementa la producción de la testosterona, aumentando la producción de esperma y la movilidad espermática, lo que ha llevado a la aparición de “ medicamentos maravillosos” para incrementar la potencia sexual y consecuentemente la masa muscular: tribestran, tribistrol etc.) sobre este tema le mando unos artículos traducidos por Altavista al final de este para que saque sus propias conclusiones ( Podrá disculpar los errores de traducción) Si quiere consultar la lengua original:

[http://www.newhope.com/nutritionsciencenews/NSN\\_backs/Mar\\_99/tribulus.cfm](http://www.newhope.com/nutritionsciencenews/NSN_backs/Mar_99/tribulus.cfm)

[http://neptune.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list\\_uids=10849504&dopt=Abstract](http://neptune.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=10849504&dopt=Abstract)

[http://neptune.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list\\_uids=11601567&dopt=Abstract](http://neptune.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=11601567&dopt=Abstract)

Flores:

- 4 Lepra

Tallos y hojas: ( Cataplasmas con las hojas machacadas)

- 4 Enfermedades de la piel y psoriasis.

Semillas: ( Decocción y gargarismos)

4 Gengivitis ( inflamación de las encías)

**Toxicidad: Su riqueza en saponinas la hacen tóxica en uso interno, al producir la destrucción de los glóbulos rojos, causante de anemia y otras manifestaciones como vómitos, dolores de vientre, problemas renales, hepáticos, etc.**

## 1º ARTICULO SOBRE SU VALOR DE POTENCIADOR SEXUAL:

Ciencia De los Deportes

¿Capricho o hecho? ¿Una mirada en los terrestres de Tribulus?  
Por Edmund R. Burke, Ph.D.

Antes de septiembre 1996 la aplicación el músculo y la aptitud salió, pocos americanos sabía de vid de la puntura, sabido más comunmente por su nombre latino, terrestres de Tribulus . Utilizado por el mundo-campeo'n Eastern european y los atletas olímpicos de la fuerza y de la energía desde el mid-'90s, la hierba es pretendida para construir el músculo aumentando la producción de la testosterona. Hoy uniforme, solamente un grupo pequeño de científicos, los herbalists y los doctores entrenados en la medicina de Oriental y de Ayurvedic están bien informados sobre la planta, y poca investigación se ha hecho sobre ella. La investigación se ha conducido que es incompleta. No obstante, el tribulus está llegando a ser cada vez más popular entre atletas.

Las discusiones para la eficacia de la hierba se basan en gran parte en algunos estudios inadecuados y uso tradicional. Los Griegos antiguos la utilizaron como un diurético, un laxante suave y tónico general. Los médicos de Ayurvedic han valorado la planta para sus características diuréticas así como sus calidades afrodisiacas y la incluyen de largo en las formulaciones rejuvenative para los problemas sexuales que trataban. En China, la hierba se utiliza con frecuencia para tratar una variedad de enfermedades que afectan el hígado, los riñones, la zona urinaria (urolithiasis incluyendo, o las piedras urinarias) y el sistema cardiovascular.

La Cruz-cultural, tribulus se utiliza lo más a menudo posible para tratar problemas de la infertilidad, de la impotencia y de la libido. La hierba contiene el terrestrosin de los saponins, el dioscin, el gracillin, el saponin del kikuba, el protodioscin, el glucósido del neohecogenin y el tribulosi esteroidal. Según un papel, los saponins pueden ser responsables de las características afrodisiacas de la hierba. 1

Algunas compañías demandan que el tribulus puede disminuir la fatiga, basada en los resultados de un ensayo clínico indio. Los investigadores que investigaban los efectos tónicos de los tribulus dieron una preparación de la hierba a 50 hombres y mujeres que fueron fatigados y carecieron interés en actividades diarias. Los síntomas mejoraron por 45 por ciento entre temas después de tomar la hierba. 2

Pero era la búsqueda para los tratamientos seguros, no-hormonales para la infertilidad y otros desórdenes reproductivos que inspiraron a científicos en el instituto de investigación farmacéutico químico en Sofía, Bulgaria, investigar tribulus en el mid-'70s. De acuerdo con los resultados del estudio, las compañías europeas del este de la droga comenzaron a lanzar preparaciones estandarizadas del tribulus para tratar desórdenes sexuales desde 1981.

El estudio búlgaro, ahora fuera de la impresión con todo del oft cotizados por los fabricantes del suplemento, demostró que el tribulus alzó niveles de la sangre de la hormona luteinizing, una hormona pituitaria responsable de regular la testosterona nivela. La hormona de Luteinizing "gira" la

producción natural de la testosterona en seres humanos. Los investigadores no estudiaron fuerza muscular, sin embargo. Porque el estudio está fuera de impresión, es imposible verificar los detalles importantes tales como cuánto nivela la hormona luteinizante aumentada y si aumentó la testosterona.

Otro estudio, primero publicado en el diario ruso Farmatsiya y mencionado en artículos del músculo los 1996 y de la aptitud por James Wright, M.D., divulgó que 750 a 1.500 dosis orales del magnesio de diario administrado tribulus por 30 a 60 días aumentaron niveles de la testosterona de los hombres que sufrían de impotencia y de infertilidad. 3 el aumento no eran clínicamente significativos y, otra vez, los investigadores estudiaban solamente si los niveles de la testosterona aumentaron. No examinaron cambios en fuerza muscular.

#### Tribulus en ensayo

Algunos investigadores de la compañía del suplemento están concluyendo que el tribulus puede influenciar la fuerza muscular basada en los estudios búlgaros y del ruso. El problema con la fabricación de este salto es que es confuso cuánto tiempo la hormona luteinizante o la testosterona del suero fue elevada y cuánto variación ocurrió entre temas del estudio. ¿Es decir, los niveles de algunos hombres aumentaron mucho mientras que otros aumentaron solamente un poco? ¿todo el aumento al mismo grado? A menos que un individuo alcance niveles farmacológicos o arriba de lo normal de la testosterona del suero, los aumentos en testosterona después de tomar tribulus pueden ser sin sentido. Así, el tribulus puede carecer el sacador fisiológico para tener un efecto significativo, a largo plazo en la testosterona nivela.

Para ponerlo en perspectiva, los niveles de la testosterona del suero también se levantan después de un entrenamiento duro del Sprint o de una sesión del peso en la gimnasia.

Para conseguir alrededor de este obstáculo enorme, los fabricantes están combinando tribulus con otros suplementos de la hormona que presumiblemente realcen la producción de la testosterona. Los precursores esteroideos DHEA (dehydro-epiandrosterone) y el androstenedione se promueven como reforzadores de la testosterona, pero trabajan diferentemente que tribulus. DHEA y el androstenedione proporcionan la materia prima para la formación de la testosterona, mientras que, según lo mencionado previamente, el tribulus aumenta niveles luteinizante de la hormona y por lo tanto puede afectar la producción de la testosterona. 1.3

Si se asume que una combinación de los tres trabajos mejor que cualquier un ingrediente en sus el propios, varias compañías del suplemento están produciendo los productos "apilados" que combinan DHEA, androstenedione y tribulus. Los fabricantes demandan que los efectos testosterona-que inducían de cada compuesto se han estudiado por separado y todos se han demostrado para reforzar la producción de la testosterona a los grados que variaban y por los varios mecanismos. Esto es un estiramiento, sin embargo, puesto que la investigación publicada sobre suplementos apilados es no existente. Si resulta la producción apilada de estos productos mejor el resto que se considerará.

DHEA y el androstenedione son hormonas masculinas potentes, y la gente debe ser cautelosa sobre usarlos. Cualquier persona que toma DHEA o androstenedione debe tener análisis de sangre regulares y discutir la terapia con un abastecedor del cuidado médico. La asunción que DHEA, el androstenedione y el tribulus son ayudas de entrenamiento eficaces para bodybuilding y el entrenamiento de la aptitud es, a este punto, especulación escarpada.

#### ¿Es Seguro?

No se observó ningunos efectos nocivos significativos en seres humanos en los tres estudios del tribulus se han conducido que. Sin embargo, las mujeres embarazadas o de lactancias deben evitar este producto, al igual que los niños, puesto que tiene el potencial de alterar perceptiblemente química hormonal. Los hombres con las próstatas agrandadas deben consultar a sus médicos antes de tomar la hierba. Según C.A.B. Las empresas, un importador del tribulus basado en Visalia, la California, aguda y el largo plazo estudia en qué ratas fueron dadas más el magnesio de 10 del tribulus por el kilogramo de toxicidad extremadamente baja indicada del peso corporal. 4

¿El fondo? A pesar de los anécdotos, no hay evidencia concluyente que el tribulus realza crecimiento o fuerza del músculo. Para ahora, es simplemente un capricho. Más investigación se debe conducir sobre la gente sana que no tiene ninguna libido o problema hormonal para ver si el tribulus afecta verdad el músculo. Debe ser evaluada como suplemento independiente y conjuntamente con otros suplementos. Y finalmente, los resultados del estudio deben par-ser repasados.

Edmund R. Burke, Ph.D. es fisiólogo del ejercicio en la universidad de Colorado, Colorado suelta. Él es autor de la recuperación óptima del músculo (Avery que publica, 1999).

#### Referencias

1. Yan W, et al. *Phytochemistry* 1996;42(5):1417-22.
2. Jayaram S, et al. *Drogas Indias* 1993;30(10):498-500.
3. Milanov, et al. *Farmatsiya* 1987;37(6):142.
4. Tribulus Oro, C.A.B. Empresas, Visalia, Calif.

#### Sidebars:

El Comprador Se guarda  
Lectura Adicional

#### 2 ARTICULO SOBRE EL TEMA:

### **Phytochemicals y la brecha de hierbas tradicionales en la gerencia de disfunciones sexuales.**

#### **Adimoelja A.**

Escuela de ' de la universidad Tuah de la caída ' de la medicina, de la enseñanza y del hospital naval, Surabaya, Indonesia.

Las hierbas tradicionales han sido una brecha revolucionaria en la gerencia de la disfunción eréctil y se han conocido por todo el mundo como tratamiento ' inmediato '. La vista moderna de la gerencia de la disfunción eréctil suscribe a una sola etiología, es decir el mecanismo de la erección. Una gran cantidad de agentes farmacológicos se consumen oral y los agentes vasoactivos insertaron intraurethrally o inyectaron intrapenially para recuperar la buena erección. Los phytochemicals modernos se han convertido de las hierbas tradicionales. Foco de Phytochemicals su mecanismo de la acción curativa a la causa de la raíz, es decir la inhabilidad de controlar la función apropiada del sistema del cuerpo entero. Por lo tanto los phytochemicals manejan la disfunción eréctil en el marco de la entidad sexual de la disfunción en su totalidad. Protodioscin es un agente fitoquímico derivado de los terrestres L planta de Tribulus, que se ha demostrado clínico mejorar deseo sexual y realzar la erección vía la

conversión del protodioscine a DHEA (De-Hidra'ulico-Epi-Androsterone). Las observaciones preliminares sugieren que los terrestres L de Tribulus crecidos en diversos suelos no produzcan constantemente el componente activo Protodioscin. Otros estudios fotoquímicos de muchas otras plantas herbarias son necesarios explicar los resultados contrarios encontrados con otras plantas herbarias, por ejemplo en diversidades de Ginseng, longifolia de Eurycoma, Pimpinella pruacen, puama de Muara, biloba de Ginkgo, Yohimbe etc.

PMID: 10849504 [ PubMed - puesto en un índice para MEDLINE ]

### 3° ARTICULO

## **Respuestas de la endocrina y del lípido a la suplementación androstenediol-herbaria crónica en viejos hombres de 30 a 58 años.**

**GA Marrón, Vukovich MD, Martini ER, Kohut MI, Franke WD, Jackson DA, Rey DS.**

Departamento de la salud y del funcionamiento de Hunan, universidad de estado de Iowa, Ames 50011, los E.E.U.U..

**OBJETIVO:** La eficacia de un suplemento alimenticio androgénico diseñó realzar concentraciones de la testosterona del suero y prevenir la formación del dihydrotestosterone y del estrógeno fue investigado en viejos hombres sanos de 3 a 58 años. **DISEÑO:** Los temas fueron asignados aleatoriamente para consumir un suplemento alimenticio (Y-hb) que contenía palmetto del androstenediol 300-mg, de la sierra 480-mg, 450-mg indole-3-carbinol, el chrysin 300-mg, ácido gamma-gamma-linolenic del magnesio 1.500 y los terrestres de 1.350-mg Tribulus por día (n = 28), o placebo (n = 27) por 28 días. Los temas eran estratificados en categorías de edad representar las décadas del cuarto (olds de 30 años, n = 20), el quinto (los olds de 40 años, n = 20) y el sexto (los olds de 50 años, n = 16) de la vida. **MEDIDAS:** La testosterona libre del suero, la testosterona total, el androstenedione, el dihydrotestosterone, el estradiol, el antígeno específico de la próstata y las concentraciones del lípido fueron medidos antes de la suplementación y semanalmente por cuatro semanas. **RESULTADOS:** La testosterona básica del total del suero, el estradiol, y las concentraciones específicas del antígeno de la próstata (PSA) no eran diferentes entre las categorías de edad. Las concentraciones libres de la testosterona del suero básico eran más altas (p < 0,05) en el 30- (70,5 +/- 3,6 pmol/L) que en pmol/L de los olds de 50 año (50,8 +/- 4,5). Las concentraciones básicas del androstenedione y del dihydrotestosterone del suero (DHT) eran perceptiblemente más altas en el 30- (para el androstenedione y nmol/L de DHT, respectivamente, 10,4 +/- 0,6 y 2198,2 +/- 166,5 pmol/L) que en el nmol/L de los olds de 40- (6,8 +/- 0,5 nmol/L y 1736,8 +/- 152,0 pmol/L) o 50 años (6,0 +/- 0,7 y 1983,7 +/- 147,8 pmol/L). Las concentraciones básicas

de la hormona del suero no diferenciaron entre los grupos del tratamiento. Las concentraciones del suero de la testosterona total y de PSA eran sin cambios por la suplementación. Ingestión de Y-hb dado lugar ( $p < 0,05$ ) al androstenedione creciente del suero (174%), a la testosterona libre (el 37%), a DHT (el 57%) y al estradiol (el 86%) a través de las cuatro semanas. No había relación entre los aumentos en testosterona, androstenedione, DHT, o estradiol y edad libres del suero ( $r^2 = 0,08, 0,03, 0,05$  y  $0,02$ , respectivamente). Las concentraciones del Hdl-c del suero fueron reducidas ( $p < 0,05$ ) por  $0,14$  mmol/L adentro Y-hb. **CONCLUSIONES:** Estos datos indican que la ingestión del androstenediol combinada con los productos herbarios no previene la formación del estradiol y del dihidrotestosterone.

Tipos De la Publicación:

- Ensayo Clínico
- Ensayo Controlado Seleccionado al azar

PMID: 11601567 [ PubMed - puesto en un índice para MEDLINE

**Esperando que la información le haya servido de ayuda :**

**Atentamente**

