



GRUPO PROSPERIDAD
Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

CONOCIENDO MEJOR AL HONGO REISHI

(GANODERMA LUCIDUM 100% orgánico y certificado)

INTRODUCCIÓN

Si uno repasa en todo lo que encontramos por la Internet en razón del Reishi o Ganoderma Lucidum vamos a encontrar miles de páginas que hablan de lo mismo. Que es una gran revolución en la medicina natural, que es un champiñón o hierba de los reyes, y que tiene muchos nutrientes.

Descubramos qué está detrás de este hongo tan especial, así podemos darnos el gusto de consumirlo y dedicarnos a su venta, conociendo no solo sus propiedades sino qué es lo que realmente es.

El Ganoderma Lucidum o Reishi Rojo es una seta, que junto con los mohos y las levaduras constituyen los hongos o Reino Fungí, no siendo ni vegetal ni animal, es un reino muy especial. Estos organismos nucleados primitivos que carecen de clorofila y no pueden fabricar su propio alimento, les obliga a ser parásitos (viven a expensas de un vegetal, como es el caso del Reishi) o saprófitos (dependen de restos orgánicos no vivos para poder sobrevivir), que prosperan en ambientes de todo tipo pero prefieren los climas cálidos y húmedos.



**DIFERENCIADAS MÁS DE 50.000 ESPECIES DE HONGOS,
CLASIFICADOS SEGÚN SU MANERA DE MULTIPLICACIÓN
O REPRODUCCIÓN EN TRES SUBCLASES**

- 1.- Ficomycetes (con micelio unicelular y reproducción sexual, principalmente mohos),
- 2.- Ascomycetes (unas 20.000 especies multicelulares y de reproducción mediante esporasinternas, entre ellas levadura de cerveza, trufa, cornezuelo de centeno) y
- 3.- Basidiomicetes (unas 15.000 especies cuyo aparato reproductor es la espora externa denominada seta, que comprende 7 familias y unos 180 géneros, entre ellas amanita muscaria, amanita faloide, oreja de judas, tizón del maíz, reishi, shiitake, etc.).

El Ganoderma Lucidum es una seta frágil y delicada, con tallo sinuoso y color rojo brillante (la variedad más apreciada), de altura superior a los 10 cm y grosor de hasta 5 cm de diámetro, con sombrerillo en forma de riñón y textura similar a la madera.

Su crecimiento natural se desarrolla anualmente en el tronco de los árboles dañados o muertos, sobre todo roble, arce, olmo, sauce, magnolia, algarrobo y ciruelo. De sabor amargo, cultivado es una industria floreciente en varios países (China, Japón, Taiwán, Corea, Tailandia, Vietnam), para comercializarlo deshidratado o combinado con otros productos para su fácil consumo.

No es una hierba y no es vegetal por lo tanto. Por si solo tiene pocos nutrientes, se vale de otros vegetales para poseer los nutrientes o elementos activos que lo hacen notablemente sorprendente.



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

Desde la antigüedad los hongos han sido usados para diferentes actividades humanas. Ahora destacaremos sus propiedades nutricionales. Se sabe que en épocas de hambre, algunas poblaciones humanas lo han usado para su alimentación básica.

Como pasa con las verduras, las setas son alimentos muy ricos en agua oscilando entre el 80-90% este contenido. Debido a su contenido en agua su valor energético es bajo. Habría que comer 40 kg de champiñones para alcanzar el valor de 1 kg de carne de res.

Es por esto que el Ganoderma absorbe los nutrientes ya procesados, no los procesa, pudiendo alcanzar inimaginables cantidades dependiendo el área de cultivo, es decir dónde se cultiva el Ganoderma Lucidum.

Cuando hablamos del carácter nutritivo de las setas aparece una clara disyuntiva; nos inclinamos a pensar que las setas silvestres son más nutritivas que las setas de semilleros. Puede ser cierto, pero los análisis confirman que las setas cultivadas son muy ricas en oligoelementos, hierro, silicio, magnesio o azufre además de en vitaminas, estando la vitamina C en cantidades apreciables.

Es un alimento rico en fibra dietética, teniendo un contenido de alrededor del 1%. La fibra que contienen estos hongos es la quitina que forma parte de la estructura de los hongos. El consumo de fibra es fundamental para la prevención del cáncer de colon, la obesidad y la cardiopatía isquémica. Otro 1% del contenido fresco del reishi corresponde a minerales de los que hay que destacar la presencia de hierro, magnesio, cinc, fósforo, potasio y cobre.

Es destacable su bajo contenido en sodio. El Ganoderma Lucidum contiene gran cantidad de minerales, aunque su composición es muy variable dependiendo del medio de cultivo. Es, en este punto, donde aparece el peligro de las setas, aparte del meramente toxicológico, se debe evitar recolectarlas cuando se encuentran próximas a lugares contaminados, hay



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

que cocerlas previamente antes de consumirlas ya que existen setas con compuestos termolábiles, y evitar comerlas cuando estén maduras, pasadas o parasitadas.

Hay que destacar el interés alimenticio de los hongos Reishi silvestres, que aportan a la dieta, nutrientes inorgánicos que no existen en otros alimentos, así como la capacidad antioxidante de algunas de ellas.

Los expertos han analizado la composición de elementos minerales y metales pesados. La ingesta diaria de este tipo de setas se considera beneficiosa ya que incorpora a nuestra dieta algunos elementos inorgánicos como hierro, cobre, cinc y potasio.

Así, los hongos Reishi se pueden definir como una fuente excelente de algunos elementos inorgánicos. En cuanto al contenido vitamínico hay que decir que el consumo de este hongo supone un buen aporte de vitamina C, D, niacina, ácido pantoténico, riboflavina, B6 y ácido fólico.

Los nutrientes o elementos nutracéuticos que puede llegar a poseer 200, dependerá del lugar de cultivo y del hábitat apropiado circundante al Ganoderma Lucidum.

PRINCIPIOS ACTIVOS: Abundantes polisacáridos (beta-D-glucana, arabinogalactanas, ganoderanas A, B y C), triterpenos (ácidos ganodéricos A, B, C, D, F, H, K, M, R, S e Y, ganodermadiol, derivados del ácidolanostaoico), esteroides (ganodosterona), ácidos grasosinsaturados (oleico), trazas de alcaloides, próticos (ling zhi-8), glicoproteínas (lectinas), minerales (germanio, calcio, hierro y fósforo) y vitaminas (B, C y D).

LENTINAN: Es un extracto de azúcar y ha sido usado experimentalmente en el hombre y en animales con resultados anti-cancerígenos. Cáncer intestinal, cáncer de estómago, cáncer de ovarios etc. Entre los efectos contra el cáncer de la Lentinan hay que destacar la estimulación en la producción de linfocitos y el control de células muertas en las infecciones cancerosas.



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

ERITADENINA: Extraída en 1971, reduce la tasa de colesterol en las personas, también se ha experimentado en animales, con resultados positivos. Los experimentos realizados muestran un decremento entre el 5% y un 10% de la tasa de colesterol después comer setas Reishi.

INTERFERÓN: Esta es una sustancia química que hace a las células inmunes a infecciones víricas. Tsunoda & Ishida, en 1970, mostraron que estos hongos contienen el inductor de interferón. Interferón Gamma es usado para tratamientos contra el cáncer y como anti-vírico, anti-inflamatorio para el tratamiento de la hepatitis B y C.

ERGOSTEROL: Convertido en vitamina D cuando se expone a los rayos ultravioletas sólo se encuentran en los hongos secos. La vitamina D es necesaria para la absorción de calcio y fósforo y con efectos positivos en el tratamiento del cáncer de colon.

FORMACIÓN DE PROSTAGLANDINA: El ácido Linoleico que está presente de los hongos es transformado en el cuerpo en diferentes tipos de prostaglandina. Estas fueron extraídas del semen y se pensó que eran excretadas por la próstata, pero ahora se sabe que son producidas por muchos tejidos del cuerpo. La prostaglandina E1 es empleada para provocar erecciones en los hombres por inyección intramuscular. Lentinan estimula la producción de linfocitos T de los que se ha demostrado que estimula la producción de prostaglandina E1.

ANTI-OXIDANTES: Investigaciones húngaras han demostrado que una de las enzimas que contienen los hongos Reishi, Súper oxido Dismutase, decrementa la peroxidación de lípidos. Este es un factor importante en la prevención de la enfermedades y cáncer de arteria coronaria y es una de las teorías de la causas de la longevidad.

AMINOÁCIDOS: La glutamina es el aminoácido de más alta concentración. Las concentraciones de glutamina muscular decrecen en un 50% después de una operación, de forma que su reemplazo se puede



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

prevenir. La Arginina es otro aminoácido presente en los Reishi, ésta estimula los linfocitos T y además previene la pérdida de nitrógeno tras una operación. La inflamación provoca un aumento de las necesidades corporales de glicina, serina, Metionina y cisterina. Todos estos son aminoácidos que se encuentran en estos hongos.

ZINC: Prasad et al. (1963) describieron un síndrome caracterizado por niveles bajos de zinc en plasma y la incapacidad de los órganos genitales para madurar en la pubertad. Investigaciones en Finlandia han demostrado que la adición de zinc aumenta los niveles de testosterona en plasma y la cantidad de esperma. También se ha demostrado que los pacientes de sexo masculino en diálisis con problemas de uretra, mejoran su vida sexual cuando se añade zinc al fluido de la diálisis. El zinc está presente en estos hongos.

ENZIMAS: El Profesor Mori en 1972, dio una lista de 37 enzimas que se encuentran en estos hongos y dice que hay hasta cerca de 50 enzimas localizados en los hongos Ganoderma Lucidum. Estas incluyen celulosa, enzimas digestivos y asparaginasa. Esta última es utilizada en el tratamiento de algunas leucemias infantiles. El rápido crecimiento del hongo, el cual dobla el tamaño durante la noche, es evidencia de la gran cantidad de actividad enzimática que da lugar.

CHITIN: El 80% de la fibra en Reishi consiste en Chitin .Se ha demostrado en Japón que reduce el nivel de colesterol en sangre en seres humanos.

PROPIEDADES

Los polisacáridos de alto peso molecular tienen acción inmunoestimulante, antitumoral (potencia la producción de citocinas por los macrófagos y linfocitos T y aumenta los niveles de interleucina IL-1beta, IL-2 e IL-6, factor de necrosis tumoral alfa y la liberación de interferón gamma), antiviral (sobre todopreventivamente), antinociceptiva (reducción de la sensación de dolor) e hipoglucemiante.



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

Los triterpenos tienen acción antiinflamatoria, hipolipemiante (reduce los niveles de colesterol y triglicéridos), antihipertensiva y hepatoprotectora (reforzada por laganodosterona).

Comprobado su efecto antifibrótico sobre el hígado, rebaja el contenido de colágeno hepático, normaliza la estructura hepática alterada y reduce los niveles de aspartatotransaminasa (AST), alanina transaminasa (ALT), GOT, lactodeshidrogenasa (LDH), fosfatasas alcalinas y bilirrubina total.

Los ácidos ganodéricos y oleico le proporcionan acción antihistamínica. Acción de antiagregante plaquetario y relajante muscular.

Indicado en hepatitis aguda y crónica y cirrosis hepática, hipertensión arterial, hiperlipidemia, arteriosclerosis, procesos alérgicos, inflamaciones osteoarticulares, mialgias, contracturas musculares y prevención de tromboembolismos.

Coadyuvante en el tratamiento de la diabetes y en la prevención y tratamiento de procesos oncológicos. Efectividad comprobada experimentalmente como coadyuvante en el tratamiento de las inmunodeficiencias inducidas por abuso de opiáceos.

Como cardiotónico: contiene ácido ganodérico, el cual baja la presión sanguínea, baja el colesterol, reduciendo los niveles de lipoproteína de baja densidad e inhibe la agregación plaquetaria, la cual puede conducir a ataque cardíaco y otros problemas circulatorios. Especialmente indicado en el tratamiento sintomático de la angina de pecho.

En un gran número de afecciones psiquiátricas y neurológicas, incluyendo los músculos, anorexia, y la debilidad que sigue a enfermedades largas. Por su condición de excelente calmante, es usado como analgésico y relajante muscular, sin presentar efectos narcóticos ni hipnóticos. Es altamente efectivo en el tratamiento de neurosis causadas por "estrés".



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

En la enfermedad de Alzheimer, los pacientes que tomaron Reishi mostraron una mejora significativa.

Puede descompensar el nivel de glucosa, que suele normalizarse en unas semanas, por lo que en personas diabéticas debe controlarse la glucemia para ajustar si es necesario la dosis de insulina o de antidiabéticos orales. Es por eso que en el tratamiento inicial se recomienda la mitad de la dosis en pacientes con Diabetes mellitus.

Ahora que ya conoce mejor al Ganoderma lucidum podrá poner los "puntos sobre las íes" de aquí en adelante y recomendar de la mejor manera su consumo.

REFERENCIAS:

- Diccionario de Botánica, Dr. P. Font Quer, Labor, Barcelona, 1993.
- Fitoterapia. Vademécum de Prescripción, Masson, Barcelona, 1998.
- El Ganoderma lucidum, una alternativa de salud, Reishi International, Medicina Holística /Medicinas Complementarias nº 52, Madrid, 1998.



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

¿PORQUE CONSUMIR GANODERMA?

Por miles de años, el Ganoderma Lucidum, una especie de HONGO MEDICINAL, ha sido considerado por los chinos como "El milagroso rey de las hierbas". Ganoderma es capaz de mejorar la habilidad curativa del organismo, mantener un cuerpo saludable y promover la longevidad.

En libros de medicina tradicional china, tales como "El libro de medicina herbal Sheng-Nung" y "Resumen de medicina herbal", pueden encontrarse abundantes detalles. El Ganoderma había estado envuelto bajo el misterio por más de 10,000 años; ha sido conocido por su efectividad en mantener la juventud y contribuir a una larga vida si se toma continuamente, pero nadie había investigado científicamente sobre su verdadera función.

Bajo la investigación minuciosa realizada en años recientes tanto por estudiosos chinos como de fuera de la China, y el análisis cooperativo y los experimentos clínicos llevados a cabo en hospitales, universidades y fabricantes farmacéuticos, finalmente ha podido descubrirse su amplia eficacia. Es así como se ha descubierto y comprobado su habilidad como:

- Hemocatártico.
- Oxigenante.
- Desintoxicante.
- Inmunomodulador no tóxico, por su alto poder antioxidante.
- Adaptógeno.
- Mejora sistema nervioso central.
- Inhibe de degeneración de tejidos.
- Rejuvenecedor.
- Protector hepático.
- Regulador intestinal.
- Glucoregulador.
- Diurético.
- Cardiotónico.
- Tónico pulmonar.
- Antitusivo y expectorante.
- Anti inflamatorio y antialérgico.
- Analgésico natural.



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

- Relajante muscular.
- Anti-tumoral.
- Inhibe el lupus eritematoso.
- Tranquilizante.

Estas afirmaciones no han sido evaluadas por la Food and Drug Administration. Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna.



COMPONENTES Y FUNCIONES MÁS IMPORTANTES DEL GANODERMA

Ganoderma contiene más de 200 elementos activos que pueden ser divididos en tres categorías que incluyen 30% de elementos solubles en agua, 65% de elementos orgánicos solubles en el organismo y 5% de elementos volátiles.

1 - ELEMENTOS SOLUBLES EN EL AGUA

Polisacáridos:

- Ayuda a estabilizar y fortalecer la resistencia corporal.
- Protege los órganos contra el deterioro producido por el envenenamiento.
- Descarga toxinas solubles en agua.
- Fortalece la habilidad auto curativa natural del organismo.
- Previene el crecimiento de células anormales y controla metástasis.
- Reduce los niveles de azúcar en la sangre y restaura las funciones pancreáticas de células agotadas.
- Previene la degeneración de tejidos celulares y de órganos internos
- Es un tónico del corazón
- Mejoran la habilidad natural autocurativa del organismo.
- Tiene propiedades anti-tumorales

Germanio Orgánico:

Purifica la sangre y aumenta su capacidad de carga de oxígeno. Está probado que es la capacidad para obtener y distribuir el oxígeno a todas las células la que determina la expectativa de vida en los humanos, pues sin oxígeno no podemos sobrevivir más de unos minutos. Es también el oxígeno el que estimula la depuración celular de las toxinas y la regeneración de las funciones celulares.

Este alto efecto depurador del Germanio Orgánico, junto con su acción protectora antimutágena, también nos protege del monóxido de carbono, del envenenamiento por metales pesados (especialmente del mercurio, cadmio, arsénico, plomo y aluminio) y de los daños de la radiación. Al



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

mismo tiempo es un gran neutralizador de radicales libres, al mejorar la eficacia de transferencia de electrones, lo que retrasa el envejecimiento celular.

2 - ELEMENTOS SOLUBLES EN EL ORGANISMO

Adenosina:

- Ayuda a destapar las arterias bloqueadas por el colesterol y depósitos grasas.
- Mejora la circulación de la sangre en vasos obstruidos por grasas y lípidos.
- Protege la membrana de los glóbulos rojos.
- Promueve el balance hormonal.
- Regula el metabolismo y proporciona una apariencia juvenil y energética.
- Balancea el ritmo metabólico y aumenta la energía.
- Baja los niveles de colesterol y reduce las grasas,
- Regula el metabolismo y hace que uno se sienta juvenil y energético
- Mantiene el balance del pH de la sangre.

Triterpenoides amargos:

- Fortalecen y mejoran el sistema digestivo.
- Reducen los niveles de colesterol y grasas.
- Inhiben las alergias y ayudan en los problemas respiratorios.
- Acción anti-inflamatoria.
- Acción antihipertensiva.
- Activan el núcleo de las células del organismo.
- Es también efectiva para uso externo tales como heridas, úlceras de la boca y detiene el sangrado.

3 - ELEMENTOS VOLÁTILES

- Rejuvenece los tejidos y las células del organismo.
- Trata enfermedades de la piel.
- Embellece y refina la complejión de la piel.
- Efectiva para aplicaciones externas sobre la piel, para eliminar problemas como arañosos, heridas de la piel, soriasis, picaduras de insectos, quemaduras, úlceras bucales y sangrado externo.



GRUPO PROSPERIDAD

Creando la Red MLM Más Grande de Latinoamérica

- Ayuda a mantener la juventud y contribuye a mejorar la vitalidad.

Estas afirmaciones no han sido evaluadas por la Food and Drug Administration. Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna.

Ganoderma No Cura enfermedades pero puede mantener el equilibrio de nuestro sistema corporal y mejorar el Sistema de Immune contra enfermedades.