Cordyceps Sinensis



Descrizione botanica

Oltre 50.000 anni fa, l'umanità cercava ingredienti attivi per preparare la "panacea di tutti i mali", una cura universale. Fra gli ingredienti più ricercati vi era il Cordyceps Sinensins, che cresce in Tibet a circa 4.877 metri di altitudine, noto anche come "verme d'inverno e pianta d'estate". Questa curiosa denominazione deriva dal suo ciclo biologico particolarissimo: il Cordyceps, infatti, è parassita e germina nel sottosuolo all'interno della larva di un tipo di falena, che poi uccide e mummifica, fino a fuoriuscire attraverso la sua testa. Infatti, negli stati Uniti è denominato "fungo del bruco", ma la sua etimologia latina è da ricondurre al latino "cord", "bastone", ceps "testa" e sinensis" proveniente dalla Cina. E' un fungo talmente venerato che nell'antico Oriente il suo uso era riservato esclusivamente alle famiglie reali. Introdotto in Occidente da Jean Baptiste, un sacerdote gesuita francese nel 18 ° secolo, è stato citato nel 1757 in un testo di medicina, chiamato *"Raccolta di Materia Medica dell' Academy of Sciences"*. **Le analisi chimiche hanno dimostrato che le sue straordinarie proprietà sono molto più che frutto di superstizione o semplice folklore.** Il Cordyceps Sinensis è una nuova generazione di fungo attualmente utilizzato anche come integratore dietetico, oltre che come alternativa a trattamenti più invasivi per problemi di salute connessi al sistema immunitario. Gran parte di quanto si sa in Occidente a proposito del Cordyceps Sinensis è merito dell'opera del Dr. Georges Halpern, medico e professore presso l'Università di Hong Kong, nonché autore di svariati libri concernenti questo tipo di fungo.

Componenti

I funghi officinali, tra cui appunto spicca il Cordyceps, sono estremamente ricchi sia di **beta-glucani**, di ausilio nelle terapie contro il cancro, sia di **polisaccaridi;** questi ultimi sono lunghe catene di zuccheri, contenenti numerose molecole di ossigeno che l'organismo assorbe a livello cellulare quando vengono scomposte e rilasciate. Sappiamo che il cancro, in tutte le sue forme, non è in grado di sussistere in un ambiente ben ossigenato e l'organismo umano, per contro, se privato di adeguati livelli di ossigeno, precipita in stati degenerativi, che favoriscono **tumori, cardiopatie, disordini immunitari, diabete** e l'insorgenza di numerose **malattie virali**, come **epatite C, morbo di Lyme** ed altre. Quello che rende il Cordyceps importante nel trattamento dei tumori è il fatto che scompone gli zuccheri nell'organismo, grazie appunto ai betaglucani e polisaccaridi, e provoca la distruzione dei materiali cancerosi presenti . La cordicepina, uno dei composti-bersaglio, è probabilmente responsabile dei suoi effetti antivirali: è assai efficace contro tutti i tipi di batteri che hanno sviluppato, o stanno sviluppando, resistenza ai più comuni antibiotici. Quindi, risulta particolarmente efficace contro **tubercolosi e leucemia,** così come rilevato in numerosi test s condotti in Cina, Giappone ed altrove.

Apparato respiratorio ed energia

Il Cordyceps sinensis incrementa di quasi il ventotto per cento i livelli di ATP (adenosina trifosfato) nell'organismo. L'ATP costituisce la fonte di **energia del corpo** ed è necessaria per tutti i processi enzimatici. Le proprietà officinali del Cordyceps sono ragguardevoli. La medicina tradizionale cinese lo ha impiegato principalmente nel trattamento dell'asma **ed altre affezioni bronchiali**. Ora la moderna ricerca avvalora l'efficacia di questi antichi utilizzi. Ma i benefici del Cordyceps per la salute non finiscono qui:

Incrementa la resistenza fisica: la ricerca clinica ha dimostrato che il suo impiego aumenta la bioenergia cellulare anche del 55%, perché migliora il meccanismo di equilibrio interno, rendendo più razionale ed efficace l'utilizzazione dell'ossigeno, esercitando una benefica azione di **antiaffaticamento**, come si è riscontrato negli sportivi che lo assumono. Conseguentemente, migliora la **funzione respiratoria** nonché mitiga patologie polmonari ostruttive croniche.

Migliora la funzione cardiaca, nel trattamento dei **disturbi del ritmo cardiaco**.

Modula il ciclo sonno-veglia in presenza di difficoltà all'addormentamento, grazie ad un possibile effetto sedativo a livello del **sistema nervoso centrale.**

Contribuisce a mantenere livelli di colesterolo nella norma. Quattro studi hanno dimostrato che il Cordyceps Sinensis ha contribuito ad abbassare del 10-21% il colesterolo totale e del 9-26% i trigliceridi (grassi neutri), contribuendo al contempo ad elevare del 27-30% il colesterolo ("buono") HDL. Conseguentemente , aiuta il dimagrimento, supportando la normale **mobilizzazione di grasso.**

Migliora la funzionalità del fegato e si dimostra importante in caso di **cirrosi, epatite cronica e sub-cronica, nonché le patologie correlate più diffuse**. Il fegato è il filtro vivente dell'organismo, ripulisce dalle impurità il sangue ed altri fluidi. Senza un fegato funzionante non si sopravvive e non si gode di un buono stato di salute.

Allevia le patologie renali. Uno studio clinico ha dimostrato un miglioramento pari 51% **dell'insufficienza renale cronica**, dopo un solo mese di integrazione dietetica con Cordyceps. Questo effetto è dovuto alla sua capacità di aumentare la produzione di 17-idrossicorticosteroidi e chetosteroidi, ormoni steroidei, il cui dosaggio ha grande importanza nella valutazione della funzionalità delle ghiandole endocrine.

Riduce le dimensioni dei tumori. Uno studio implicante malati di cancro ha rilevato che l'assunzione per oltre due mesi di sei grammi al giorno dell'estratto di Cordyceps Sinensis ha migliorato i sintomi soggettivi nella maggior parte dei pazienti; nella metà dei casi, i conteggi dei globuli bianchi si sono mantenuti stabili e le dimensioni dei tumori si sono ridotte in modo rilevante. In Germania alcuni ricercatori hanno riportato che nei soggetti affetti da cancro il Cordyceps **aumenta la reattività generale del sistema immunitario e ha potenziato la risposta degli anticorpi .**

Utile in atletica: si è riscontrato che il Cordyceps sinensis accresce l'attività della cellula "killer naturale" (NK), incrementando in tal modo la produzione delle cellule-T, che a loro volta potenziano massa e vigore muscolare. La capacità dell'organismo di contrastare le infezioni dipende dalla disponibilità di cellule NK, essenziali in quanto responsabili del meccanismo di protezione dell'organismo. Questo fungo è ampiamente usato oggi da atleti in tutte le discipline, come ciclismo, nuoto, trekking, corsa, ecc

Rallenta l'invecchiamento: ricerche cliniche in studi controllati hanno rivelato che pazienti anziani soggetti ad affaticamento e sintomi connessi alla **senilità,** dopo aver utilizzato Cordyceps per trenta giorni hanno reagito positivamente, **ricuperando vigore**. I sintomi di affaticamento si sono ridotti del 92%, quelli di percezione di freddo dell'89% e quelli di vertigine dell'83%. Pazienti affetti da problemi respiratori si sono sentiti fisicamente sollevati.

Protegge dai danni provocati dai radicali liberi. Vari studi hanno dimostrato che il Cordyceps svolge una funzione protettiva contro i radicali liberi e presenta importanti proprietà antiossidanti.

E' un fungo adattogeno: la naturopatia, come la Medicina Tradizionale Cinese, è interessata ai rimedi "adattogeni", cioè a quelli che bilanciano energie mentali, potenzialità e funzionalità del corpo, insegnandogli a difenderci, con ogni mezzo disponibile, da tutti i possibili disagi. I criteri della medicina tradizionale si fondano, invece, sulla specificità dei farmaci per ogni diversa patologia, ma ultimamente si stanno orientando sempre di più alla visione olistica dell'uomo, considerandolo "portatore" di malattie che possono anche essere psicosomatiche e, quindi, risolte non solo con medicine, ma anche con tecniche di diversa natura.

Contribuisce a diminuire l'affaticamento degli arti, migliorando il flusso ematico nell'organismo, rilassando i muscoli lisci dei vasi sanguigni e consentendo loro di espandersi, aumentando inoltre la funzionalità di **cuore e polmoni.**

Migliora la funzionalità sessuale. Il Cordyceps ha dimostrato di ottimizzare la **libido** e la qualità della vita di donne e uomini, di contrastare l'infertilità ed accrescere il conteggio e la sopravvivenza degli spermatozoi. La prova concreta più avvalorante è derivata uno studio sulla fertilità comprendente 22 maschi, il quale ha dimostrato che dopo otto settimane di assunzione del Cordyceps **il conteggio degli spermatozoi è aumentato del 33%,** il loro tasso di sopravvivenza del 79%, e l'incidenza di malformazioni è diminuita del 29%.

Precauzioni per l'uso

L'utilizzo del Cordyceps può portare a riduzione della glicemia in pazienti affetti da iperglicemia o diabete di tipo II, contribuendo a ridurre l'assorbimento enterico degli zuccheri ed alla sua azione di miglioramento della sensibilità periferica all'insulina. Non sono state osservate interazioni con altri farmaci.

Gravidanza e allattamento

La sicurezza di questo prodotto NON e stata studiata in gravidanza e allattamento, pertanto deve essere utilizzata cautela nel suo utilizzo e la sua eventuale assunzione deve essere effettuata sotto controllo medico.

Dosaggio

Il dosaggio consigliato del Cordyceps Sinensis è di 1-3 capsule al giorno. Iniziare sempre con una capsula sola al giorno perche possono verificarsi, all'inizio della somministrazione, leggeri e temporanei sintomi di nausea. Non sono da attribuirsi ad una intolleranza al prodotto, ma ad un effetto di detossificazione

esercitati da questo rimedio. Il suo assorbimento e la sua efficacia aumentano in caso di contemporanea assunzione di vitamina C o bioflavonoidi, che favoriscono l'assorbimento enterico dei polisaccaridi.

Iperdosaggio

Non sono mai stati notati effetti di sovradosaggio con l'uso di Cordyceps Sinensis se non transitoriamente in una prima fase, per scomparire una volta che il trattamento si stabilizza.

Avvertenze

Cordyceps è considerato un integratore: in caso di patologie importanti, l'utilizzazione di un rimedio immunomodulante è inteso come terapia non invasiva, per potenziare l'utilizzo di altre terapie convenzionali e non come strategia terapeutica singola. Pertanto, il Cordyceps non deve essere considerato un terapia sostitutiva di quella medica.

Bibliografia:

Sito web: www.nwbotanicals.org
Blog dott. Ardigò
Zhu, J.S., Halpern, G.M., and Jones, K. (1998): The Scientific Rediscovery of a Precious Ancient Chinese Herbal Regimen: Cordyceps sinensis.
Journal of Alternative and complementary Medicine - Halpern GM. Healing mushrooms.

Quanto riportato, è tratto da materiale bibliografico o di libera consultazione sul Web. Il Laboratorio d'Erbe Sauro non è responsabile della diffusione di informazioni che si rivelassero non rispondenti a verità o dell'uso improprio dei prodotti menzionati. Pertanto, la letteratura di cui sopra è da intendersi come approfondimento culturale: non sostituisce la diagnosi del medico, che si consiglia di consultare sempre, prima dell'assunzione di qualunque rimedio, soprattutto in presenza di patologie o disturbi contro i quali si stiano assumendo altri farmaci