EL **Ginkgo biloba**(árbol de los cuarenta escudos, árbol de las pagodas ) es un arbusto, cuyas hojas son utilizadas para realizar los extractos que se encuentran en el mercado. Algunos medicamentos se fabrican también a partir de las semillas, aunque sus efectos no han sido estudiados.

¿**Dónde se encuentra Ginkgo biloba?**

**Ginkgo biloba** es una *planta originaria de China* que puede llegar a vivir un milenio. Florece en diferentes climas del mundo, sin embargo, crece principalmente en China y Corea, en el sur y el este de Estados Unidos, en el sur de Francia, y en ciudades de Uruguay, Argentina y Chile. Desde hace siglos es utilizada por sus acciones terapéuticas

[**Ver tratamiento**](https://www.codeconutrilife.com/productos-naturales-stavigor/)

 

Es un árbol que puede alcanzar hasta 30 m de altura y presenta separados los sexos, el árbol masculino tiene una copa más piramidal y el femenino presenta copa más ancha; su tronco erecto presenta corteza gris claro con surcos y sus hojas verde amarillentas y con dos lóbulos (de ahí la denominación *biloba*).

En su **composición** presenta ácidos grasos, azúcares, aminoácidos, vitaminas (C y B1) y fibra.

**PROPIEDADES MEDICINALES DEL Ginkgo**

En la medicina tradicional china, las semillas del ginkgo se han tomado para combatir las flemas en ataques asmáticos y bronquitis, como antialérgico, para tratar la incontinencia urinaria, la eneuresis infantil, inflamación de vejiga, la candidiasis vaginal, y como tónico renal –yang– y revulsivo sexual. Y las hojas se han destinado a aliviar trastornos de circulación, inflamaciones reumáticas y problemas de la piel.

El Ginkgo se revela como uno de los remedios de *fitoterapia* y *homeopatía* de mayor uso para tratar **trastornos asociados a los déficits de circulación sanguínea a nivel cerebral**, pero no en todos los casos existe unanimidad científica sobre sus **beneficios**.

A continuación detallamos las **indicaciones del Ginkgo** sobre las que existe **mayor consenso científico**:

-El **dolor y** pesadez de piernas provocado por una *deficiencia en el flujo circulatorio de las extremidades inferiore*s que padecen muchas personas, sobre todo en la madurez y la vejez, pero que también se da en personas obesas, sedentarias o con trastornos de la circulación sanguínea. El Ginkgo se ha demostrado eficaz para aliviar sus síntomas y reducir las molestias cuando se toma en tratamientos prolongados y sistemáticos.

* **Trastornos venosos** asociados a una circulación sanguínea deficiente, como las *varices* y *hemorroides*  encuentran en estas hojas una solución fácil de preparar,(vía oral o en baños y friegas), pero los expertos aconsejan asociarlo a otras plantas que le superan en eficacia como el castaño de Indias, el meliloto o el rusco.
* Indicado para la **prevención de** ***tromboembolias***, *arteriosclerosis* y [*derrames*](http://www.webconsultas.com/ictus/ictus-582) *cerebrales*, por tener efectos vasodilatadores y *antioxidantes*, que actúan sobre el mecanismo vascular. Ayuda a la recuperación de personas que los han padecido.
* Puede ayudar a *potenciar la memoria y la capacidad de concentración*, un punto sobre el que ya no existe tanto consenso y que en algunos foros se considera falto de veracidad científica. Los extractos de esta planta pueden llegar a mejorar hasta en un 9% el riego sanguíneo a nivel cerebral, comparándose en eficacia con muchos medicamentos que tienen la misma finalidad. A juicio de los expertos se precisan tratamientos a largo plazo para que puedan llegar a apreciarse resultados significativos.

Se ha prescrito también para el *tratamiento* de ***procesos depresivos****no profundos* en personas mayores, por ello se considera que el Ginkgo puede ayudar a combatir la *depresión* cuando existen alteraciones vinculadas al envejecimiento.

*Otras indicaciones como la pérdida de audición, las retinopatías en pacientes diabéticos, la esclerosis múltiple, la fibrosis pulmonar intersticial, la reducción de los efectos de la quimioterapia.., etc, no cuentan con estudios concluyentes y algunos de los que se han llevado a cabo han mostrado resultados contradictorios.*

**Ensayos con nuevas aplicaciones del Gingko**

Nuevas investigaciones están ensayando la efectividad de los extractos de yingko en el tratamiento de:

- el *mal de altura* de muchos alpinistas a altitudes superiores a 2.500 metros.

- la *pérdida de memoria* en pacientes con síndrome de Down.

- tratamiento de apoyo en *el cáncer gástrico*; se ha ensayado el extracto de la cobertura externa de la semilla para detener tumores malignos del tracto superior del tubo digestivo. Se precisan más estudios y más profundos para presentarlo como una alternativa válida.

- tratamientos de apoyo del *glaucoma* ya que puede favorecer el flujo sanguíneo en los ojos, pero aún se tratan de investigaciones preliminares.

**TOXICIDAD: ¿es seguro el ginkgo?**

Si se toma en cantidades superiores a las recomendadas puede producir problemas de sueño, nerviosismo, diarrea o vómitos. A veces produce dolor de cabeza en los dos primeros días de tratamiento. Su capacidad para producir adormecimento debe tenerse en cuenta al conducir vehículos o manejar maquinaria. No bebe administrarse en niños de menos de dos años ([www.botanical-online.com](http://www.botanical-online.com)).

Si se administra con medicamentos que fluidifican la sangre, como aspirina, warfarina, sintrom o heparina puede producir problemas de hemorragias.

Solo debe consumirse como preparado control bajo sanitario y se puede encontrar en pastilla, líquido, tintura o polvo; las preparaciones caseras de sus hojas pueden resultar tóxicas o producir alergias. En la preparación de su extracto se eliminan los componentes que producen procesos alérgicos.

Aunque se utiliza parte externa de la semilla, esta contiene una especie de nueces comestibles que son tóxicas por producir dermatitis por contacto o lesiones del aparato digestivo si se ingieren, pero ya su olor nauseabundo es un freno para evitar probar su sabor.

**CURIOSIDADES: el gingko, un fósil viviente**

Es el árbol más viejo de todos los que existen en el mundo **pues es el único representante de una familia que vivió hace 200 millones de años**; existen referencias escritas del siglo XI, los restos fósiles encontrados demuestran que vivió en la época de los dinosaurios.

El primer ejemplar encontrado fue descubierto por un explorador americano en 1916 en un recóndito valle de China; ha sobrevivido por su resistencia natural a los parásitos, por la pestilencia de sus frutos y por haber sido considerado **un árbol** **sagrado** motivo por el que se plantaba alrededor de los templos y se le veneraba.

**Su forma de reproducción es la propia de plantas muy antiguas**; cuando las plantas femeninas alcanzan unos 30 años de madurez y producen una especie de “ huevo” amarillo pero muchos de ellos quedan estériles y se pudren antes de llegar a ser fecundados.La fecundación puede producirse en el árbol o en el suelo debido a la llegada de un grano de polen que arrastra el viento y entonces germina y origina una nueva planta, pero el “huevo” no dura mucho si no es fecundado y puede pudrirse. Esta forma de reproducción es **muy primitiva** y es similar a la de los pinos, son plantas **gimnospermas** (propiamente no tienen fruto, solo **semilla desnuda**) y es muy diferente de la de las plantas más familiares para nosotros como manzano o guisante, que son **angiospermas** **y en estas la reproducción es más sencilla porque la semilla va protegida dentro de un fruto** ydura más.