CARDO MARIANO

Nombre científico: Silybum marianum L.

Generalidades: Es originario de la zona mediterránea. Las flores son de color violáceo-rojizo. La parte utilizada desde el punto de vista medicinal es el fruto seco.

Composición química: Contiene entre 1.5 y 3% de silimarina, también sus isómeros silibina, silidiadina y silichristina. Flavonoides como quercetina, taxifolina, apigenina, luteolina, Dehidro-kempferol B, vitaminas C, E y K, lípidos y otras sustancias.

Acciones farmacológicas:

- Protector hepático, útil en casos de cirrosis y hepatitis
- Reduce el daño hepático frente a ciertas drogas.
- Acción antioxidante.
- Estimula la regeneración de hepatocitos.
- Digestivo hepático, posee efecto reductor sobre la secreción biliar de colesterol y fosfolípidos sin afectar el flujo de bilis.
- Propiedades antiinflamatorias y antialérgicas.

Estudios han demostrado la eficacia de la silimarina, uno de los principales componentes del Cardo mariano, como protector hepático en casos de intoxicaciones inducidas por diferentes sustancias nocivas.

Esta función hepatoprotectora se extiende a casos de intoxicaciones por alcohol, paracetamol, sicofármacos, agente tóxicos relacionados a la exposición laboral (ej. Hidrocarburos), protegiendo el hígado y reduciendo el daño ocasionado por dichas sustancias (protección de la membrana celular).

A su vez, se le atribuyen propiedades antioxidantes al Cardo mariano debido a sus principales componentes, la silimarina y silibina. La silidiadina y silichristina también son consideradas antioxidantes aunque en menor medida.

El Cardo mariano puede generar el descenso de enzimas hepáticas en casos de cirrosis micronodular por abuso de alcohol (recomendándose tratamientos de 6 meses); así como el descenso del péptido procolágeno III en casos de fibromatosis hepática.

Contraindicaciones: La presencia de tiramina puede ser contraproducente en casos de hipertensión arterial. No se recomienda su empleo conjunto con inhibidores de la monoamino-oxidasa (IMAO). Precauciones: Consumo simultáneo de medicamentos modificados por el hígado (fármacos glucoronidados, tamoxifeno, etc.).

Dosis recomendada: 3 a 4 cápsulas diarias media hora antes de las comidas (máximo 6). Cada cápsula contiene 300 mg de Cardo mariano.