

## REMIELINIZACIÓN

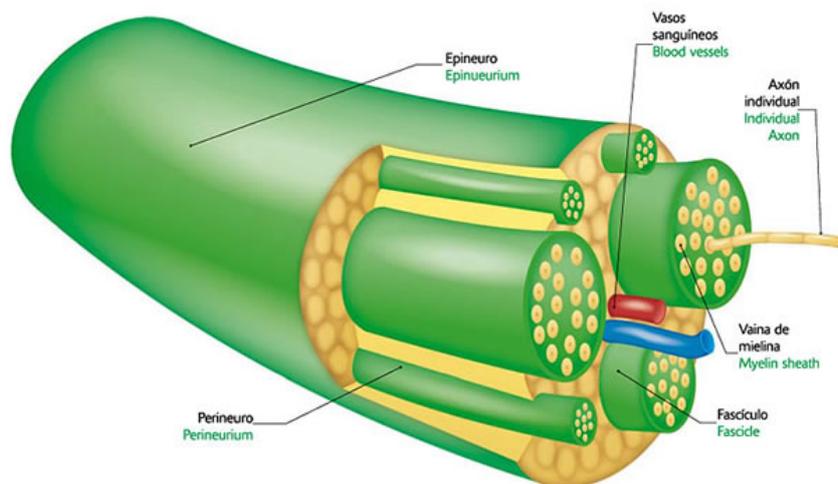
### Los Nervios

Los nervios son las prolongaciones de las neuronas, es decir que los nervios son los axones de las neuronas. Los nervios son órganos formados por varias fibras nerviosas, tejidos protectores y nutricionales y vasos sanguíneos.

Los nervios pueden ser motores, sensitivos o mixtos, según las fibras que contengan. Los axones suelen cubrirse por un material aislante o vaina de mielina: son las fibras nerviosas. La vaina de mielina permite la conducción rápida del impulso.

### La Vaina de Mielina

La mielina es una lipoproteína que se encuentra en el organismo de los vertebrados y la cual recubre el tallo de las neuronas o células nerviosas, siendo su función la transmisión y conducción de impulsos nerviosos o eléctricos que envían y reciben mensajes de todo tipo al cuerpo.



### Causas de la pérdida de Mielina

1. Las enfermedades desmielinizantes, que son aquellas en donde la mielina es el principal objetivo. Hay dos grupos principales de estas enfermedades: las enfermedades adquiridas (como la esclerosis múltiple) y los trastornos neurodegenerativos hereditarios.
2. La falta de hierro durante el embarazo (lo cual afectaría el sistema nervioso del feto sobre todo si esa carencia ocurre durante la etapa crítica de formación del sistema nervioso.), y durante los primeros años de vida pueden afectar profunda y de forma duradera el desarrollo cerebral del niño.
3. Las personas con alcoholismo crónico son quienes más se pueden ver afectados por esta enfermedad que se traduce en una serie de síntomas

### INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

como cambios en la personalidad, convulsiones, alucinaciones, cambios en la voz, o carencias notables en la inteligencia.

### **Consecuencias de la desmielinización**

Cuando la mielina se pierde o daña los impulsos nerviosos se ralentizan (se hace más lento el proceso del sistema nervioso) o dejan de transmitirse, se puede provocar un cortocircuito en la conducción de impulsos nerviosos que pueden generar una disfunción del sistema nervioso creando deficiencias sensitivas:

- Visión borrosa
- Problemas de coordinación e identificación de lateralidad
- Dificultades para caminar
- Difícil control de los esfínteres
- Parálisis, etc.

Por ejemplo, la esclerosis múltiple es una enfermedad en la que se pierde la mielina en los nervios motores o sensitivos del organismo.

### ¿Cómo regenerar la mielina y nutrir el cerebro?

Para cuidar, evitar y sanar la buena transmisión y conducción del sistema nervioso es fundamental que la mielina este siendo producida adecuadamente, y para esto, es fundamental mantener una dieta con aquellos alimentos requeridos para su buena producción y regeneración.

Evitar alimentos que deterioran las vainas de mielina y las funciones del sistema nervioso:

-Grasas nocivas o saturadas: fritos, los embutidos, disminuir al máximo la carne roja y la leche de vaca y derivados.

-Azúcar refinada: es uno de los irritantes más fuertes del sistema nervioso, lo deteriora y a la larga, produce un sinfín de afecciones.

### **Complementos alimenticios**

#### **Neuroforte® (HealthAid), que contiene, entre otros:**

- Las vitaminas del grupo B mantienen la estructura y la función nerviosa y estimulan el sistema inmunológico.
- El ginkgo biloba actúa como antioxidante y favorece la circulación sanguínea, aumentando la irrigación de las células. Previene/mejora el efecto negativo que los radicales libres ejercen sobre las neuronas.
- Los fosfolípidos de lecitina pueden ayudar a mejorar los síntomas de la enfermedad, facilitando la transmisión de datos del sistema nervioso.
- Aminoácidos como L-Tirosina o L-Glutamina son esenciales para la transmisión de mensajes cerebrales, son los ladrillos con los que se

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

construyen las proteínas mejorando la capacidad de comunicación interna del cerebro.

**Omega 3-6-7-9 (Nutrinat Evolution):** Los ácidos grasos esenciales son indispensables para la producción y mantenimiento de las vainas de mielina, mejorando así la transmisión de impulsos nerviosos, además de que ayudan a reducir la inflamación en el organismo.

**Nutrientes Antioxidantes Complex (Terranova),** que contiene selenio, vitaminas C y E y ácido alfa lipoico, protege de los daños de los radicales libres sobre el sistema nervioso y ejerce efectos antioxidantes.

### **Hongos medicinales**

**Melena de León, extracto puro (Hawlik):** Una de las razones de los excepcionales poderes neuroprotectores de este hongo es su capacidad de estimular la síntesis del factor de crecimiento nervioso (FCN). El FCN es una proteína que desempeña un papel importante en el mantenimiento, la supervivencia y la regeneración de las neuronas tanto en el sistema nervioso central como en el periférico. La melena de león contiene dos tipos únicos de compuestos, *hericenones* y erinacinas. Las erinacinas que se encuentran en el micelio del hongo, *Heridium erinaceus*, se encuentran entre los más potentes inductores naturales de FCN en el mundo, capaces de cruzar la barrera hematoencefálica y estimular la producción de nuevas neuronas (neurogénesis) dentro del mismo cerebro.

En muchos trastornos neurológicos, el cerebro es incapaz de fabricar FCN, de hecho, se cree que es uno de los mecanismos subyacentes principales en la enfermedad de Alzheimer. Para empeorar las cosas, las vainas de mielina y la barrera hematoencefálica impiden que el cuerpo tenga acceso a fuentes externas de FCN, y esto contribuye al deterioro progresivo de las neuronas cerebrales con el tiempo.

La melena de león es uno de los pocos hongos que demuestra un potencial significativo para la regeneración del nervio. En un estudio innovador del 2014, un extracto oral demostró ser eficaz en la promoción de la regeneración nerviosa periférica en ratas.

El FCN también desempeña un papel importante en la mielinización, incluyendo la protección de oligodendrocitos (células productoras de mielina) y la producción del FNDC (Factor Neurotrófico Derivado del Cerebro). En el 2003, se descubrió que el extracto de melena de león estimulaba la mielinización de los nervios, lo que fue confirmado posteriormente por otro estudio en el 2013. Este hallazgo tiene enormes implicaciones para ayudar a las personas con esclerosis múltiple, una enfermedad caracterizada por la desmielinización progresiva.

El **extracto puro de Córdiceps (Hawlik)** puede actuar frenando los efectos secundarios asociados a esta patología; ha resultado interesante en distintos pacientes, obteniendo buenos resultados, disminuyendo la debilidad muscular que afecta a gran parte de los pacientes aquejados de esta dolencia. También resulta

### **INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD**

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.



un producto eficiente para evitar síntomas como: trastornos renales, rigidez muscular, trastornos urinarios, así como trastornos de la función sexual.

El **extracto puro de Reishi (Hawlik)**, actúa tanto a nivel emocional como a nivel antiinflamatorio. La elevada acción antiinflamatoria contribuirá a disminuir los focos agudos de inflamación.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.