

Revisión de Pruebas Clínicas y Evaluaciones de Prime One

Lo siguiente es un análisis retrospectivo de Prime One y sus ingredientes activos. Esta sinópsis colectiva evalúa el papel clínico que los adaptógenos de Prime One juegan en los humanos.

Volumen 1

Febrero 19 del 2002

Número 1

I. Introducción1-2	E) Seguridad y Uso Prolongado de Adaptógenos14
A) Perspectivas Históricas.....1	F) Seguridad y Uso Prolongado de Prime One14-15
B) Definición de Adaptógenos1	G) Estudios de Toxicidad en Productos de Prime One 15
C) Dr. Israel I. Brekhman, Descubridor de Fórmulas Especiales de Adaptógenos1-2	V. Prime One Concentrado y Prime Plus17-20
D) Mecanismo de Acción Adaptogénica2	A) Prime One Concentrado17
II. La Historia de "Prime One"3-6	B) Preguntas Frecuentes Acerca de Prime One Concentrado17-18
A) Prime One - Acciones Biológicas e Ingredientes...3-4	C) Prime Plus18
B) Hierbas Adaptógenas en Prime One4-6	D) Recomendaciones de Uso Para Prime Plus19-20
C) Los Estándares de Garantía de Calidad Brekhman ..6	E) Preguntas Frecuentes Acerca de Prime Plus20
III. Propiedades Especiales Biológicas de las Hierbas Adaptogénicas7-9	VI. Investigaciones que Respaldan los Beneficios de Prime One y de los Adaptógenos.....21-28
A) Eleutherococcus Senticosus (Raíz Acantho).....7	A) El Sistema Inmunológico21
B) Schizandra Chinensis (Magnolia China).....7	B) Capacidad Física de Trabajo21-22
C) Rhaponticum Carthamoides (Raíz Maral)7	C) Capacidad Mental de Trabajo.....22
D) Rhaponticum Carthamoides (Raíz Maral) - Estudios de Rendimiento Físico y Mental en Atletas.....7-8	D) Rendimiento, Resistencia y Rehabilitación.....23
E) Rhodiola Rosea (Raíz Dorada).....8	E) Acciones Protectoras Contra el Estrés.....24-25
F) Aralia Mandshurica (Arbol de Espina Manchuriano)..8	F) Efecto Normalizante.....25
G) Glycyrrhiza Uralensis (Raíz de Liquorice Ural)8	G) Resistencia a las Toxinas Ambientales, Químicos, Radiación e Infecciones25-26
H) Rosa Majalis (Rosa de Canela)8	H) Acción Antioxidante, Antienvjecimiento26
I) MA Complex9	I) Sistema Cardiovascular26-27
J) Aditivos Alimenticios.....9	J) La Vista, la Percepción de Color, el Oído y las Funciones Vestibulares.....27-28
IV. Estudios de Prime One, Uso y Seguridad11-15	VII. Resumen de Documentos de Investigación Sobre Adaptógenos y sus Aplicaciones28
A) Estudios Realizados Sobre Prime One11	Referencias28-34
B) Instrucciones y Principios de Uso de Prime One.....12	
C) Beneficios de Prime One13	
D) Preguntas Frecuentes Acerca de Prime One.....13	



I. INTRODUCCION

A) PERSPECTIVAS HISTORICAS

El científico ruso Dr. Nicolai Lazarev, que inventó el nombre "adaptógeno", descubrió a los Adaptógenos en 1947. El Dr. Lazarev fue también el mentor del Dr. Israel I. Brekhman. El Dr. Brekhman era un célebre científico, investigador y médico. El se propuso embarcarse en una búsqueda para descubrir suplementos nutricionales que:

- 1) Ayudan a resistir las tensiones de la vida y del tiempo.
- 2) Ayudan a liberar los orígenes de la resistencia, la energía y la vitalidad.
- 3) Ayudan a eliminar la fatiga y aumentan la capacidad de trabajo y resistencia.
- 4) Ayudan a restaurar el equilibrio corporal, y el bienestar mental y físico.

El Dr. N. Lazarev ofreció una pista y una dirección para la búsqueda. "Busca la respuesta en la naturaleza".

El Dr. Brekhman realizó una extensa investigación por más de 45 años en hierbas adaptogénicas y se le considera el "Padre de los Adaptógenos". El Profesor Israel I. Brekhman, era un farmacólogo fisiológico, y tenía 40 patentes en el descubrimiento de la hierbas adaptogénicas y sus aplicaciones. Su larga investigación culminó con el desarrollo de Prime One, Prime Plus y el Programa de Alto Rendimiento.

B) DEFINICIONES DE ADAPTOGENOS

Los Adaptógenos son sustancias naturales que se encuentran solamente en unas cuantas plantas y hierbas raras. Las plantas y hierbas proporcionan nutrientes especiales que ayudan al cuerpo a alcanzar un rendimiento óptimo mental, físico y de trabajo.

Los adaptógenos tienen tres características particulares:

- 1) No son tóxicos para el cuerpo humano y no van a tener efectos dañinos o negativos no importando la cantidad que se use o su duración.
- 2) Catalizan las respuestas en el cuerpo para aumentar el rendimiento físico y mental del cuerpo así como proporcionan la resistencia a situaciones estresantes al nivel celular.
- 3) Su efecto es el de equilibrar y normalizar los sistemas del cuerpo llevándolo a una homeostasis general y salud.

C) ISRAEL I. BREKHMEN, DESCUBRIDOR DE FORMULACIONES ESPECIALES DE ADAPTOGENOS (1921-1994).

El Dr. Brekhman trabajó en el Centro de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS en Vladivostok como Jefe del Departamento de Fisiología y Farmacología de Adaptación. Desde 1956, él realizó investigaciones en adaptógenos potencialmente útiles para ayudar a mejorar la salud y el bienestar del ser humano.

El Dr. Brekhman y sus asociados estudiaron la efectividad de las plantas adaptogénicas en base a cambios diarios y de temporada en individuos y bajo distintas condiciones ambientales. El grupo científico estudió 233 plantas, sus componentes y sus acciones biológicas. El Dr. Brekhman diseñó cuatro elaborados programas por computadora para (a) clasificar las plantas y hierbas de acuerdo a sus acciones biológicas y tóxicas, y (b) estudiar los efectos benéficos de las hierbas.

El Dr. Brekhman identificó un núcleo de diez grupos de formulaciones que tenían propiedades terapéuticas y benéficas.

El Dr. Brekhman y su grupo son los inventores y propietarios de 21 patentes internacionales relacionadas a su trabajo en el desarrollo de sustancias de plantas naturales. Él ha publicado 22 tratados, cientos de artículos científicos y muchos libros. La Unión Soviética presentó al Dr. Brekhman con su premio de mayor prestigio (La Orden de Lenin) en reconocimiento a su trabajo y logros científicos.

El trabajo y las formulaciones del Dr. Brekhman eran importantes y de inmensa ayuda para el programa espacial ruso y para los atletas rusos de clase mundial.

Las formulaciones adaptogénicas ayudan a:

- 1) Aumentar la capacidad física y el rendimiento atlético.
- 2) Restaurar el equilibrio natural de la fisiología de los cosmonautas para afrontar los problemas de movimiento, vértigo, ingravidez, inactividad forzada y problemas de vuelo espacial.

"Siempre ha sido mi sueño crear una fórmula especial para preparar a las personas para la vida, para hacerlos más saludables, más estables, más felices y para protegerlos del estrés. Toda mi vida, he trabajado para lograr esta meta, y ahora, finalmente, lo he logrado. Se trata de una complicada preparación de materiales naturales de plantas, que son los mejores, y los más efectivos, ingredientes que he estudiado en todos los años de mis investigaciones. Estos ingredientes trabajan juntos en una combinación que deriva de potencia adicional de la misma mezcla - una orquesta entera de ingredientes creando la compleja sinfonía multisonido de esta fórmula que mejora la vida."
- *Dr. Israel I. Brekhman*

D) MECANISMO DE ACCION ADAPTOGENICA

El mecanismo de cómo los adaptógenos vitalizan al cuerpo para alcanzar un alto rendimiento físico y mental ha sido estudiado extensamente en la antigua Unión Soviética, Japón, Alemania, Suecia y los Estados Unidos.

Cuando los adaptógenos están presentes, la producción de la hormona de la glándula adrenal es eficiente y conservada en respuesta al estrés físico y ambiental. La respuesta corporal es eficiente, y la producción de energía y hormona es eficiente y conservada. Los adaptógenos le permiten a uno obtener resistencia y energía extra. Durante la actividad física, más glucosa se libera en la sangre de los almacenamientos del cuerpo. Los adaptógenos le ayudan a la glucosa a cruzar las barreras y entrar a los tejidos con mayor facilidad. También, se ha observado que los niveles elevados de glucosa regresan a la normalidad más rápidamente en la presencia de adaptógenos. Después de tomar adaptógenos, hay más energía disponible para realizar tareas difíciles, para rendir mejor sin fatiga. Así, el cuerpo puede lograr un alto rendimiento físico y mental. En la antigua URSS, los pilotos, astronautas, atletas y trabajadores de muchas otras profesiones han puesto a los adaptógenos a trabajar de manera efectiva.

Los atletas soviéticos olímpicos y de élite han rutinariamente incluido a los adaptógenos en sus programas deportivos de entrenamiento para alcanzar un máximo rendimiento sin efectos secundarios no deseados.

II. LA HISTORIA DE "PRIME ONE"

A) PRIME ONE - ACCIONES BIOLÓGICAS E INGREDIENTES

Prime One, creado por el Dr. Brekhman, está formado por siete hierbas siberianas "adaptogénicas" hierbas extraídas de bosques orientales siberianos vírgenes, y está formulado como elixir líquido para tomarse diariamente. La hierba primaria es *Eleutherococcus Senticosus* (Ginseng Siberiano).

Al Ginseng Siberiano se le conoce como el "Rey de los Adaptógenos" y se sabe que aumenta la resistencia y la capacidad de trabajo, así como la capacidad para la concentración mental. El Ginseng Siberiano combate y reduce la fatiga y el cansancio e intensifica la resistencia del cuerpo contra varios estresores, tales como toxinas, radiación, luz ultravioleta, etc.

Prime One es una combinación especial de plantas adaptogénicas que producen un aumento de rendimiento mental y físico y salud. Los adaptógenos también protegen del estrés y proporcionan acciones estimulantes, normalizantes y antioxidantes. La mezcla de hierbas resultó ser significativamente más efectiva que cualquiera de las hierbas sencillas tomadas solas.

La formulación de Prime One fue estudiada con numerosos estudios clínicos y resultó publicada como trabajos de investigación. Millones de dólares de investigación con patrocinio soviético fueron utilizados en estudios para validar la efectividad de las respuestas biológicas y su utilización.

Los estudios de Brekhman y asociados en humanos y animales han demostrado que la mezcla de "adaptógenos" han provocado de manera efectiva las siguientes respuestas fisiológicas y acciones biológicas:

1. Inspira la capacidad física de trabajo junto con rendimiento y resistencia
2. Aumenta la capacidad mental de trabajo
3. Intensifica la resistencia no específica del cuerpo contra varios estresores tales como toxinas, enfriamiento excesivo, recalentamiento, presión barométrica alterada, luz ultravioleta, ionización, radiación cósmica y actividad motor excesiva
4. Ofrece efectos benéficos para los sistemas cardiovascular y respiratorio
5. Mejora la vista, la percepción del color, el oído, y las funciones vestibulares
6. Fomenta la longevidad
7. Aumenta la biosíntesis de proteína
8. Aumenta los anticuerpos en la inmunización
9. Eleva la síntesis de enzima del cuerpo por medio de estimulación general endocrina
10. Apaga a los radicales libres para prevenir patología de oxidación

Lo siguiente es un resumen de los descubrimientos de un estudio independiente realizado por Merrill Research & Associates (MRA), una compañía de investigación con sede en San Mateo, California.

En octubre de 1994, MRA realizó entrevistas por teléfono con más de 200 consumidores que habían usado Prime One durante un año o más.

Los Resultados Clave del Investigador Independiente fueron:

1. "El efecto de Prime One en usuarios a largo plazo parece ser extremadamente benéfico".
2. El 97% había notado un cambio positivo o por lo menos un beneficio comúnmente asociado con Prime One.
3. El 90% había notado mejora en por lo menos cinco áreas.
4. El 68% reportaron un cambio positivo en por lo menos diez áreas.

Resultados Específicos:

- Menor tensión o ansiedad - 88%
- Mejor capacitado para lidiar con el estrés - 87%
- Mayor energía - 87%
- Mejores relaciones con el cónyuge - 71%
- Mejores relaciones con los niños- 68%
- Pérdida de peso mientras usaba Prime One - 57%

Un número significativo de usuarios de Prime One reportaron mejoras en lugar de disminución en las siguientes áreas:

Efectos que sentirá una persona después de tomar Prime One:

- Mejor sueño
- Mayor energía
- Mejor atención y concentración
- Menor alimentación compulsiva
- Enfermo con menor frecuencia
- Menor tensión y ansiedad
- Mejor rendimiento en el trabajo
- Menor aturdimiento después de un viaje largo en avión
- Mejor disposición
- Mejor actitud en general
- Actitud más positiva
- Mayor paciencia
- Mayor productividad
- Mejor control del temperamento
- Mejor organización
- Menos dilación

Ingredientes de Prime One:

1. Eleutherococcus Senticosus (Raíz Acantho)
2. Schizandra Chinensis (Magnolia China)
3. Rhaponticum Carthamoides (Raíz Maral)
4. Rhodiola Rosea (Raíz Dorada)
5. Aralia Mandshurica (Arbol de Espina Manchuriano)
6. Glycyrrhiza Uralensis (Raíz de Liquorice Ural)
7. Rosa Majalis (Rosa de Canela)
8. MA Complex - una combinación de adaptógenos y melazas. MA contiene un jarabe que mejora la energía que es un subproducto de la azúcar de caña o remolacha.
9. Aditivos alimenticios para asegurar frescura - ácido cítrico, potasio y sorbato de sodio.

B) HIERBAS ADAPTOGENICAS EN PRIME ONE

1. ELEUTHEROCOCCUS SENTICOSUS (Raíz Acantho)

Las primeras investigaciones del extracto de Eleutherococcus del Dr. Brekhman lo convencieron de que había descubierto un tipo de oro portátil, y lo llamo el "Rey de los Adaptógenos". Los ingredientes de la antigua y ampliamente utilizada planta nutricional, de acuerdo a las leyendas del Lejano Oriente, eran "un tónico para los cinco organos internos, que apaciguan el alma, despejan el ojo y abren el corazón". El Eleutherococcus trabaja con el cuerpo para normalizar los sistemas del cuerpo y reducir el estrés ocasionado por el sobrecargo físico y psicológico, y aumenta la resistencia y la capacidad de trabajo.

DISTRIBUCION: En Rusia: Primorye, región de Khabarovsk, distrito Amuriano. Sakhalin Sureño, Korea, Japón, China Nororiental.

APARIENCIA: Arbusto con muchos tallos, altura de 2-2.5m. Los brotes son rectos con corteza de color gris claro. Robusto, con espinas inclinadas hacia abajo.

2. RHODIOLA ROSEA (RAIZ DORADA)

Conocida como la "Raíz Dorada," Rhodiola Rosea se encuentra en las Montañas Altai, entre otras áreas del mundo, donde ha sido conocida por más de 400 años. De acuerdo a la leyenda, aquel que encuentra la raíz dorada "será feliz, tendrá salud y vivirá por dos siglos." Contiene una amplia gama de elementos nutricionales, los cuales trabajan con el cuerpo para aumentar la resistencia para una actividad mental prolongada y mejor condición.

DISTRIBUCION: Todo el Lejano Oriente, Altai, Ural, región Irkutsk, Zabaikalye.

APARIENCIA : Planta herbácea perenne, altura que alcanza los 50cm. Las raíces son gruesas, con un exterior dorado y un interior rosado.

PARTES UTILES: Rizoma y raíces.

3. ARALIA MANDSHURICA (ARBOL DE ESPINA MANCHURIANO)

El Aralia Manchuriano es un bajo y bello árbol localizado en la taiga del Lejano Oriente, y un extracto de sus raíces se pensó que era un tónico reforzador general que fomenta el aumento de la capacidad física y la agudeza mental.

Estas dos plantas, Rhodiola y Aralia, trabajan en sinergia con todas las demás; alcanzan todos los sistemas del cuerpo y se adaptan suavemente, coordinandolas y armonizandolas para hacer frente a los estresores internos y externos en la vida.

DISTRIBUCION: Crece solamente en el Lejano Oriente Soviético: Primorye, Priamurye, región Khabarovsk del Sur. Una especie cercana, Aralia cordata, está distribuida por Chinak Nororiental, Japón, Rusia (Islas Kuril).

CULTIVO: Japón, Norteamérica (California)

APARIENCIA: No es un árbol alto (hasta 6m). El sistema de raíz está en la superficie. La corteza es arrugada, con grandes espinas. Las hojas son grandes (hasta 1m), aproximándose unas a otras al final de los brotes, haciendo que el árbol parezca una palmera. Florece en el quinto año. Las flores son pequeñas, borlas; las frutas son esféricas (3-5mm de diametro).

PARTES UTILES: Raíces con rizomas. El sistema de raíces está localizado en las capas superiores de tierra. Es una rizoma fuertemente extensa con raíces dependientes. En arbustos bien desarrollados, la longitud total de las rizomas con raíces alcanza 30m. La rizoma es elástica cilíndrica, cerca de 2cm de diametro. Las hojas están en largos (hasta 10cm) petioles, palmatipartite; las hojas son elípticas con una base en forma de cuña. Las flores son pequeñas, en largos pedunculos, reunidas en umbels esféricos y gordos. Usualmente las frutas estan formadas solamente en el umbel grande superior, fruta, 7-10mm de diametro, con 5 marcas. Florece en Julio-Agosto; las frutas maduran en Septiembre-Octubre.

PARTES UTILES: Hojas, tallos, raíces.

4. SCHIZANDRA CHINENSIS (MAGNOLIA CHINA)

Esta antigua planta ha sido usada durante siglos en todo el Lejano Oriente, China, Japón y Rusia, y de acuerdo a la antigua tradición popular era un tónico general para la fatiga o el agotamiento. La compleja constitución nutricional de esta planta trabaja con el cuerpo para aumentar la productividad física, la atención y capacidad de trabajo y para acelerar la recuperación de la fatiga.

DISTRIBUCION: Primorye, región Khabarovsk Sur, distrito Amuriano, Isla Sakhalin Sur, Norte de China, Korea, Japón.

APARIENCIA: Liana de madera perenne, con fuertes tallos extensores que alcanzan de 10-15m de longitud y 1-2cm de anchura. Las hojas son de tallo y estan alternadas; las flores son unisexuales, de color amarillento. Florece de la segunda mitad de Mayo a los primeros días de Junio. Las frutas maduran en Agosto-Septiembre.

PARTES UTILES: Semillas.

5. RHAPONTICUM CARTHAMOIDES (Silvestre) (Raíz Maral)

Los primeros colonos de las Montañas Altai observaron que durante la primavera los ciervos consumían Rhaponticum, también conocida como Leuzea, en grandes cantidades, y en la literatura popular, se pensaba que era un nutriente, el cual aliviaba "fatiga y debilidad". Sus nutrientes biológicamente activos trabajan con el cuerpo para mejorar la circulación y la agudeza mental.

DISTRIBUCION: Sur de Siberia, Este de Kasakhstan, Montaña Altai y Oeste de Siani.

APARIENCIA: Planta herbácea perenne, altura de 50-100 cm. La rizoma es horizontal, de color café, con muchas ramas y raíces duras. Las hojas son alternadas y grandes; las flores están reunidas en cabezas solitarias superiores, de color violeta.

PARTES UTILES: Rizoma con raíces de todos tipos y formas que tienen de 3-4 años.

6. GLYCYRRHIZA URALENSIS (Raíz de Liquorice Ural)

La raíz Glycyrrhiza, un alimento elemental, es una de las plantas más antiguas y ha sido utilizada ampliamente en China, India, Tíbet y muchas otras tierras y, de acuerdo a la leyenda popular tibetana, “nutre y contribuye al rendimiento de los seis sentidos.” Trabaja con el cuerpo para aumentar la circulación, mejorar el tono de la piel y proteger contra el estrés.

DISTRIBUCION: Oeste de Rusia, Norte del Cáucaso, Zakavkazye, Oeste de Siberia, Asia Central, Kazajistán, Mediterráneo, Irán y Afganistán.

CULTIVO: Oeste y Sur de Europa, Turquía, India, Pakistán, China, Japón, Sur de E.U.

APARIENCIA: Planta herbácea perenne con un poderoso sistema de raíz. Brotes horizontales con longitud de 1-2m, se extiende del rizoma, 40-50 cm de profundidad. Las hojas son alternadas y opuestas; las flores se reúnen en racimo y tienen un color violeta claro. Florece de Junio-Agosto.

PARTES UTILES: Raíz con rizoma.

7. ROSA MAJALIS (ROSA DE CANELA)

El extracto de Rosa Majalis, miembro de la familia de rosas, se tomaba en la antigüedad para fomentar la belleza física y como un tónico revitalizador general. Con extracto de Glycyrrhiza, fomenta un efecto equilibrante y normalizante en los sistemas del cuerpo y proporciona actividad antioxidante y de multivitamina C.

DISTRIBUCION: En Rusia: Primorye, Priamurye, Kamchatka, Sakhalin, Islas Kuril.

CULTIVO: China

APARIENCIA: Arbustos con espinas, con altura de hasta 2m. Las hojas son alternadas y opuestas. Las flores son grandes y aromáticas. La fruta es compleja, succulenta, parecida a la baya. Las frutas son pequeñas nueces de forma angular. Florece de Mayo-Julio. Madura en Agosto-Septiembre.

PARTES UTILES: Frutas.

8. MA COMPLEX

Esta es una mezcla especial de melazas doradas bioactivadas puras con un material de planta adaptogénico para formar una nueva composición nutricional molecularmente compleja - El MA complex de Brekhman. Crea una unidad orgánica que opera en Prime One como una base sinérgica para aumentar la actividad de sus otros nutrientes.

C) LOS ESTANDARES DE GARANTIA DE CALIDAD BREKHMAN

De sus 45 años de investigación y experiencia, el Dr. Brekhman definió los estándares para cada planta utilizada en las fórmulas Brekhman - estándares que cubren la época del año para la siembra, envío y técnicas de almacenamiento y extracción, fluctuación de temperatura durante el procesamiento, y tecnología del proceso secreto de mezcla de la fórmula.

Minuciosas Pruebas- El Dr. Brekhman ha definido estrictos estándares de calidad y efectividad. Cada planta, después de la cosecha, debe ser prístina, sin romperse y libre de todo contaminante. Se hacen pruebas en los materiales no refinados así como en la mezcla final de extractos, para determinar si el espectro completo de sustancias bioactivas, incluyendo una medición total para la protección del estrés, está presente en la primera etapa y se mantiene y mejora por el factor anticipado en la segunda etapa.

El Sistema de Conservación - Pequeñas cantidades de Acido Cítrico, Sorbato de Potasio y Benzoato de Potasio se agregan a la mezcla final como conservador para asegurar que la fórmula retendrá su frescura, potencia total y beneficios inflexibles durante almacenamiento normal por dos años enteros. Las minuciosas pruebas del Dr. Brekhman han demostrado que el sistema de conservación utilizado en la fórmula no interrumpirá el flujo de información esencial estructural o degradará de alguna manera la integridad de los ingredientes bioactivos del producto.

Procedimientos de Manufactura - Todos los productos de Prime One son manufacturados y empacados en los Estados Unidos para asegurar los más altos estándares de calidad y pureza. Sólo después de que todas las pruebas se han completado y todos los estándares de Brekhman se han cumplido se estampa el sello del Instituto Internacional de Investigación Brekhman en cada botella. Solamente entonces se le considera Prime One.

III. PROPIEDADES BIOLÓGICAS ESPECIALES DE LAS HIERBAS ADAPTOGENICAS

A) ELEUTHEROCOCCUS SENTICOSUS (RAIZ ACANTHO)

1. Aumenta la capacidad física, la condición y la resistencia
2. Aumenta la capacidad de atención
3. Aumenta el tono muscular y fuerza
4. Mejora la visión y la agudeza del oído
5. Sostiene los niveles de energía durante prolongados periodos de trabajo y ejercicio
6. Proporciona resistencia contra todos los niveles de estrés y fortalece la glándula adrenal. Reduce el estrés ocasionado por la sobrecarga física y psicológica, incluyendo cambios en temperatura, altitud, zona de tiempo, hora de trabajo y contaminación ambiental
7. El mejoramiento del sistema inmunológico aumenta la activación de Linfocitos-T
8. Es una hierba adaptogénica con características anabólicas y tiene muchas otras propiedades biológicas benéficas

El Ginseng Siberiano es una poderosa hierba tónica con una impresionante gama de beneficios para la salud. A diferencia de muchas hierbas con uso medicinal, es más útil para mantener buena salud que para tratar enfermedad. Las investigaciones han demostrado que estimula la resistencia al estrés, por lo tanto ahora es ampliamente usada como tónico en momentos de estrés y presión. Durante una situación de alarma, las glándulas adrenales liberan corticosteroides y adrenalina que preparan al organismo para la reacción de pelea o escape. Cuando estas hormonas se terminan, el organismo alcanza una fase exhaustiva. El Eleutherococcus retarda la fase exhaustiva, y permite una liberación más económica y eficiente de estas hormonas.

El Ginseng Siberiano tiene efectos inmunoprotectores contra el cáncer de seno (glándula mamaria), cáncer del estómago, cáncer de la cavidad oral, melanoma de la piel y cáncer de ovario. Se encontró que tenía un profundo efecto en Linfocitos-T, predominantemente del tipo ayudador/provocador, pero también en células citotóxicas y asesinas naturales.

B) SCHIZANDRA CHINENSIS (MAGNOLIA CHINA)

1. Aumenta la capacidad de trabajo física y mental
2. Aumenta la potencia física
3. Acelera la recuperación de la fatiga o agotamiento
4. Mejora la visión nocturna
5. Produce actividades antioxidantes contra radicales sin oxígeno
6. Ayuda en el metabolismo de carbohidratos bajo cantidad de trabajo
7. Aumenta la resistencia al estrés

C) RHAPONTICUM CARTHAMOIDES (RAIZ MARAL)

1. Mejora el rendimiento muscular, la resistencia, la potencia y la coordinación
2. Reduce el periodo de recuperación después de fatiga física, mental o sexual
3. Aumenta la resistencia al estrés
4. Estimula las reacciones de inmunidad primarias y la biosíntesis de proteínas
5. Posee propiedades anti-inflamatorias
6. Tiene una actividad vinculante única de célula bacteriana con especificación para residuos terminales de n-acetyl-lactosamine

D) RHAPONTICUM CARTHAMOIDES (RAIZ MARAL) - ESTUDIOS SOBRE RENDIMIENTO MENTAL Y FISICO EN ATLETAS

Los estudios realizados en siete clínicas en Moscú, Kiev y Leningrado revelaron que el extracto de Rhaponticum Carthamoides significativamente mejora el estado físico y mental de los pacientes, aumenta el tono general, aumenta la capacidad de trabajo y aumenta el peso. Sus propiedades anabólicas provocan una normalización del peso corporal. Además, el extracto de Rhaponticum Carthamoides tuvo una influencia positiva en los indicadores metabólicos del músculo cardiaco.

El extracto de Rhaponticum Carthamoides ha sido estudiado extensivamente en atletas para entender de mejor manera sus importantes efectos en el rendimiento físico. En experimentos con 112 atletas, el 89% de aquellos que recibieron el extracto de Rhaponticum Carthamoides mostraron menor fatiga, menor apatía después de un trabajo físico, y un rendimiento mejorado en los deportes, tales como atletismo de pista y campo, nado, patinaje de velocidad y carreras de esquí. La calidad de la velocidad y fuerza de los atletas estudiados mejoraron significativamente en comparación con el grupo de control, el cual recibió un placebo. El estudio confirmó la efectividad del extracto de Rhaponticum Carthamoides en procesos de rehabilitación física en que una más rápida normalización de ácido láctico y úrico ocurrió en los sujetos estudiados.

Después de tomar el extracto de Rhaponticum Carthamoides, el 69% de los sujetos mostró una acelerada adaptación a condiciones climáticas y sociales, el 86% mostró un mejor apetito, y el 73% registró un significativo aumento en adaptación a intensas cantidades de trabajo.

Adicionalmente, un experimento comparativo fue realizado con comúnmente conocidos esteroides anabólicos. El efecto de Rhaponticum Carthamoides fue comparable al de los compuestos de esteroides, sin embargo, el primero no tuvo efectos negativos. Los efectos androgénicos de los esteroides anabólicos y los efectos secundarios que los acompañan no fueron revelados en el extracto de Rhaponticum Carthamoides.

Basándose en estudios a fondo, científicos rusos, investigadores y entrenadores han recomendado Rhaponticum Carthamoides en muchas áreas atléticas para mejorar la velocidad a través de la capacidad de fuerza, así como el mejoramiento de las funciones musculares. Como activamente influye en los procesos metabólicos en los órganos y tejidos, el extracto de Rhaponticum Carthamoides es efectivo para prevenir y eliminar la sobrecarga al miocardio asociada con el ejercicio físico. Esto contribuye al rápido proceso de recuperación después del trabajo físico.

Muchos estudios de laboratorio han mostrado los efectos anabólicos de Rhaponticum Carthamoides, incluyendo la capacidad para aumentar el peso del cuerpo mejorando la proporción entre músculo y grasa, para aumentar los niveles de hemoglobina y eritrocitos. Esto conduce a un mejor estado físico, resistencia y rendimiento.

Un importante estudio fue realizado en el Instituto Nacional de Investigaciones Deportivas en Moscú, que es la organización principal que proporciona investigación en deportes y apoyo para el desarrollo de los equipos olímpicos soviéticos y ahora rusos. Una sustancia natural de proteína fue utilizada en combinación con el extracto de Rhaponticum Carthamoides. La preparación proteínica se conocía de previos estudios a fondo para influir favorablemente en la proporción entre el músculo y la grasa así como la capacidad de trabajo entre los atletas.

E) RHODIOLA ROSEA (RAIZ DORADA)

1. Aumenta la capacidad de trabajo
2. Mejora el estado físico y mental
3. Mejora la calidad del sueño y del apetito
4. Reduce el tiempo de recuperación después de una prolongada carga de trabajo
5. Aumenta la potencia cardiovascular, respiratoria y muscular
6. Ayuda en la reducción de lípidos y triglicéridos
7. Posee acción antiestrés

F) ARALIA MANDSHURICA (ARBOL DE ESPINA MANCHURIANO)

1. Aumenta la resistencia para una prolongada e intensa actividad mental
2. Aumenta la resistencia para cargas de trabajo estáticas y dinámicas
3. Aumenta la producción de trabajo físico con menor uso de energía
4. Mejora la memoria y la atención

5. Aumenta la resistencia contra el estrés doloroso
6. Mejora la agudeza de oído

G) GLYCYRRHIZA URALENSIS (RAIZ DE LIQUORICE URAL)

1. Ayuda a los sistemas digestivo, respiratorio, urinario e intestinal
2. Proporciona una efectiva y reconstituyente acción a todas las membranas y tejidos internos mediante una función calmante y lubricante
3. Neutraliza y modifica el sabor de las otras hierbas amargas

H) ROSA MAJALIS (ROSA DE CANELA)

1. Posee actividades antioxidantes, anti-inflamatorias y antialérgicas
2. Mejora el tono de la piel y el color
3. Ayuda en la protección externa del estrés
4. Proporciona un efecto equilibrante y normalizante en todos los sistemas del cuerpo

I) MA COMPLEX

Una combinación de adaptógenos y melazas obtenidas del proceso de manufactura de la azúcar de caña o remolacha. Brekhman descubrió que las melazas tenían un alto nivel de propiedades adaptogénicas.

J) ADITIVOS ALIMENTICIOS

Los tres aditivos naturales de ácido cítrico, sorbato de potasio y sorbato de sodio se agregan a Prime One para asegurar la potencia total del producto en hasta dos años completos. El ácido cítrico, el potasio y los citratos de sodio constituyen parte natural de las plantas y animales que normalmente se metabolizan en el cuerpo humano.

IV. ESTUDIOS DE PRIME ONE, USO Y SEGURIDAD

Una serie de pruebas se han realizado de Prime One. Los resultados de estos estudios y de todos los extensos estudios de los ingredientes de Prime One confirman la total seguridad de los productos y de sus acciones.

A) I. Varios estudios se han realizado de Prime One por el Dr. Brekhman en la Rama del Lejano Oriente de la Academia Rusa de Ciencias (Vladivostok, Rusia), demostrando los siguientes resultados:

Nombre de la Prueba	Fecha Completada	Resultados
Toxicidad	Mayo, 1992	Prime One no es tóxico y puede ser usado como suplemento alimenticio para diferentes propósitos.
Protección contra el Estrés	Junio 16, 1992	Prime One posee una alta acción de protección contra el estrés acción en una dosis de 0.2 ml/kg, excediendo de 3-4 veces la actividad del Eleutherococcus, Rantarin y Haurantin.
Estimulante	Julio 17, 1992	Prime One proporciona una expresada y estimulante acción. En dosis de 0.1, 0.15, y 0.22ml (2% concentrado) por 20g de peso. Prime One aumenta la capacidad de trabajo en 18%, 19% y 45% respectivamente. Su actividad es dos veces más alta que la actividad del extracto de Eleutherococcus (raíz y hojas).
Antitóxico	Enero, 1993	Prime One, en dosis de 0.2ml/100g del peso del animal, confiablemente aumenta su sobrevivencia durante intoxicación aguda provocada por etanol, dando evidencia a su expresada acción antitóxica.
Antinarcótico(antialcohólico)	Enero, 1993	Prime One reduce la duración del sueño narcótico en 10% en la dosis estudiada (0.2ml por 100g del peso del animal), dando evidencia a su suave acción antinarcótica.
Antioxidante	Febrero, 1993	Prime One posee alta actividad antioxidante en una dosis de 0.3ml/kg del peso del animal, excediendo el extracto de raíz de Eleutherococcus y el comunmente usado antioxidante sintético, eonol. Prime One significativamente reduce el nivel de oxidación del peróxido lípido en el hígado bajo la influencia del estrés.
Inmunomodulador	Julio 5, 1993	Bajo condiciones de estrés, Prime One tiene una influencia estimulante en la formación de células que forman anticuerpos en el bazo de ratones.
Gonadotrópico	Junio, 1993	Prime One posee una expresada actividad gonadotrópica. Prime One contribuye de manera efectiva a un aumento en la masa de burbujas seminales y de la glándula de la próstata. Esta cualidades de Prime One permiten recomendarlo como remedio teniendo una suave y correctiva acción en maduración sexual en el caso de su demora.

Nombre de la Prueba	Fecha Completada	Resultados
Hepatoprotector	Agosto, 1993	Prime One posee una expresada actividad hepatoprotectora (dosis de 0.2ml/kg y 0.4ml/kg), activando el sistema microsomal monooxygenase de las células del hígado (expuesto por una reducción en la duración del sueño hexane), estabilizando las membranas de las celulas del hígado y protegiendolas de la influencia dañina de veneno exogeno y activando la función de detoxificación del hígado.
Embriotóxico	Agosto, 1993	Prime One aumenta la masa del feto durante las primeras etapas del embarazo. Prime One no tiene influencia negativa en el desarrollo de embriones implantados (durante el embarazo). Prime One no posee una acción tóxica sobre el embrión.

II. Resultados del estudio de Prime One realizado por el Dr. Portougalov en el Instituto Nacional de Investigaciones Deportivas (Moscú, Rusia).

30 corredores de distancia media calificados (de 17-26 años) y 10 corredores de recreo (de 45-52 años), sistemáticamente involucrados en correr (no menos de dos sesiones de entrenamiento por semana, 8-12 km), participaron en el estudio. Un método de "double-blind" fue usado para excluir la posibilidad de un efecto de placebo. Prime One aumentó la capacidad de trabajo (trabajo desarrollado en la prueba por cada 1kg de peso corporal) en comparación con el grupo de control. Prime One mostró una acción de protección contra el estrés. Ningún efecto secundario se encontró durante las observaciones médicas de los sujetos de prueba o en los datos de sus cuestionarios. Un porcentaje significativo de las personas entrevistadas notó que el uso de los productos adaptogénicos provocó una mejora de indicadores subjetivos tales como sueño, deseo de entrenar (a pesar de un aumento de la carga de trabajo) y mejoramiento en su estado físico y mental.

B) INSTRUCCIONES Y PRINCIPIOS DE USO DE PRIME ONE

1. INSTRUCCIONES DE USO

Prime One es una fórmula alimenticia natural herbácea para ser utilizada todos los días como suplemento a una dieta saludable. Prime One ayuda al cuerpo a equilibrarse a sí mismo.

Tamaño de Ración Diaria Sugerida: Edad de 12-65: 2 cucharadas (30ml) o 1 tapa llena. Niños de 5-11 y adultos de 66-75: 1 cucharada (15ml). Niños de 1-4 y adultos de 75 o más: 1 a 2 cucharaditas (5 or 10ml).

2. PRINCIPIOS DE USO

PRINCIPIO #1: Usted debe encontrar su ración ideal personal:

Todos somos diferentes en edad, peso, constitución genética, estado de salud y nivel de estrés diario. Precisamente porque los adaptógenos sí funcionan, vale la pena el esfuerzo para encontrar la cantidad que funcione mejor para usted. A la mayoría de las personas les funciona mejor el tamaño de ración sugerido; algunos toman menos, y algunos toman más. Con los adaptógenos, más no es necesariamente mejor, pero sí completamente seguro. Prime One es totalmente no tóxico, y demasiado no le hará daño. Así que si toma demasiado, usted probablemente sólo se sentirá cansado. Si usted experimenta fatiga, sólo tome menos la próxima vez.

Usted tal vez quiera ajustar la hora del día en que toma Prime One. La mayoría de las personas la toma por las mañanas, pero algunos la prefieren por las tardes. Algunos toman la mitad en las mañanas y la mitad por las tardes, y algunos inclusive toman Prime One al acostarse. El encontrar su tamaño ideal de ración y hora del día puede que tome tiempo, así que sea paciente. Ajuste y experimente....y más que nada, escuche a su cuerpo.

PRINCIPIO #2: Usted tal vez quiera variar su tamaño de ración durante periodos de mayor estrés.

Esto dependerá de los cambios en su nivel diario de estrés, de desafíos de salud o de cambios de estilo de vida. Si usted piensa que necesita más o menos, pruebalo. Nuevamente, escuche a su propio cuerpo durante estos periodos en particular para que pueda encontrar lo que se siente bien para usted.

PRINCIPIO #3: Si usted experimenta cualquier reacción de ajuste durante los primeros días, tome menos, pero no se detenga.

Prime One ayuda al cuerpo a equilibrarse a sí mismo. Este es un proceso de curación, y todos responden de diferente manera. Algunas personas puede que sean altamente sensibles a los adaptógenos, especialmente al principio. Puede que experimenten algunos signos de ajuste, tales como fatiga o dolor de cabeza. Esto puede ser una parte normal del proceso de balanceo. Los adaptógenos permiten que el cuerpo libere impurezas. Así que cualquier ligero efecto, tal como diarrea, puede ser evidencia de que Prime One está estableciéndose y empezando el proceso de normalización. Si esto sucede, tome menos, pero no se detenga. Reduzca la cantidad a una sola cucharada por día por un tiempo, y beba abundante agua. Mientras su cuerpo se ajusta, usted puede gradualmente aumentar su ración de porción.

Escuche a su cuerpo para que encuentre lo que funciona para usted. Prime One fue diseñado como un producto para todas las personas de cualquier edad. Dependiendo de su cuerpo, de sus circunstancias, y de cómo su cuerpo se adapta, la gama de tamaños de ración puede variar de una cucharadita a dos cucharadas diarias.

C) BENEFICIOS DE PRIME ONE

1. BENEFICIOS A LARGO PLAZO

Usted vivirá una vida más saludable y productiva.

Esto se aplica sin importar la condición en que usted se encuentra ahora - sin importar que más usted hace por su salud. 3,000 estudios clínicos prueban que los ingredientes en Prime One tienen beneficios únicos que usted no puede obtener de cualquier otra fuente nutricional. Prime One protege al cuerpo del estrés - el principal causante del envejecimiento, de la deteriorización y de la enfermedad.

2. BENEFICIOS INMEDIATOS

Su cuerpo comienza a movilizar sus defensas en contra del estrés.

Desde el primer día con Prime One:

- Los niveles de células T aumentan.
- El cuerpo produce menos adrenalina y ácidos gástricos.
- Las células mejoran su función general y ya no se privan de nutrientes esenciales.

Estos beneficios son inmediatos, pero internos, y usted puede que no se de cuenta de ningún cambio durante los primeros días o semanas. Estos cambios ocurren dentro del cuerpo, y sus beneficios son esenciales para disfrutar la más saludable vida posible.

3. BENEFICIOS QUE SENTIRA

Su cuerpo funcionará muy cerca a su nivel óptimo.

Prime One no es una vitamina. No es una medicina que cura alguna enfermedad o condición en particular. Apoya al cuerpo de manera efectiva a usar sus propios recursos para lograr óptimos niveles de salud física, mental y emocional.

La mayoría de las personas no se dan cuenta de obvios cambios durante los primeros días o semanas. Pasado el tiempo, sin embargo, usted puede empezar a notar importantes mejoras a largo plazo, resultando del balance interno de su cuerpo.

D) PREGUNTAS FRECUENTES ACERCA DE PRIME ONE

¿Será Prime One igual de efectivo si divido la ración recomendada?

Si. Aunque la mayoría de las personas toman su ración recomendada a primera hora de cada mañana, algunos prefieren dividir su ración. Escuche a su cuerpo. Cada uno de nosotros es diferente, con diferentes estilos de vida y diferentes necesidades. Si usted siente que necesita más energía por la tarde, para el trabajo, ejercicio u otras actividades, pruebe dividiendo su ración. Experimente con el tamaño de su ración y la hora del día en que toma Prime One para encontrar el método que mejor funciona para usted.

¿Qué es lo que hace a Prime One diferente de otros suplementos, hierbas y vitaminas?

Prime One es diferente en dos maneras específicas. Primero, los adaptógenos son de naturaleza totalmente única. Son las únicas sustancias naturales que pueden ayudar al cuerpo a protegerse a sí mismo del estrés y proporcionan beneficios, los cuales son imposibles de obtener de cualquier otra forma. Segundo, Prime One es una compleja combinación de adaptógenos. Desde la recolección y transportación de las hierbas, a la formulación y manufacturización del producto, el proceso de crear Prime One no es duplicable. Ningún otro producto o sustancia en el mercado posee esta tecnología, desarrollada durante 45 años por el Dr. Brekhman y su equipo de excelentes investigadores.

¿Debo usar Prime One aunque tenga buena condición física y crea tener un bajo nivel de estrés?

Si, absolutamente. Todo el mundo tiene estrés, hasta los niños pequeños. No hay límite para el bienestar, y los beneficios acumulativos de Prime One se pueden manifestar de manera que no se puedan ver o sentir. Cuando su sistema inmunológico es más fuerte, usted puede resistir muchas condiciones potencialmente dañinas. Sin importar que tan productivo o energético usted sea, usted puede obtener un nivel más alto de capacidad física y mental con Prime One.

E) SEGURIDAD Y USO PROLONGADO DE ADAPTOGENOS

¿Qué tan seguros son los adaptógenos? La ciencia ha confirmado que son absolutamente seguros. Como Eleutherococcus Senticosus es el ingrediente primario de Prime One, es recomendable analizar sus atributos detalladamente. En varias pruebas, el extracto de Eleutherococcus fue administrado durante un periodo de entre varios días hasta toda una vida de animales de laboratorio (ratones, ratas, conejos, conejillos de indias) y de otros animales (gallinas, patos, pavos, codorniz japonesa, minks, cerditos y puercos, vacas, caballos, ciervos, etc). En todos los ejemplos, el extracto invariablemente ejerce un efecto benéfico solamente y ningún efecto secundario ni manifestaciones tóxicas se observaron. A los animales que se les dió Eleutherococcus durante muchos meses en dosis grandes se mostraban saludables. Su apetito era bueno. El Eleutherococcus fue administrado desde el nacimiento hasta la muerte sin ningún efecto dañino. No existe ningún efecto secundario considerable conocido.

El extracto de Eleutherococcus (Ginseng Siberiano) ha sido utilizado en la URSS durante 30 años. La Unión Soviética ha estado exportando el extracto de Eleutherococcus durante los últimos 20 años a los E.U., Alemania Occidental, Japón, Austria, Australia, Francia y muchos otros países. Es importante notar que ningún caso de efectos tóxicos se ha registrado.

El envenenamiento de extracto de Eleutherococcus, hasta de tipo benigno, está totalmente excluido. En numerosos casos durante amplias aplicaciones del consumidor, algunos participantes reportaron que el extracto de Eleutherococcus auto administrado oralmente mucho más allá de la dosis recomendada en cantidad de uno o hasta dos vasos (1ml del extracto contiene la suma total de los extractivos en 1g de la raíz) no provocó efectos perjudiciales. Es además conocido que a largo plazo (10 años mínimo) de dosis terapéuticas de extracto de Eleutherococcus, por ejemplo con pacientes de diabetes mellitus, no fueron de igual manera acompañados por efectos secundarios.

Numerosos estudios sobre el uso prolongado de los ingredientes de Prime One indican que no solamente carecen de efectos detrimentes, pero que los adaptógenos proporcionan un mucho más favorable efecto cuando se administran en un periodo largo de tiempo. Existen buenos motivos para contender que la prolongada (comparable con la duración de vida) administración del Eleutherococcus es capaz de extender el periodo activo de la vida de un hombre. Por ejemplo, un estudio (Brekhman, Sobre la Acción Antitóxica del Eleutherococcus, Moscú, 1982) fue realizado en ratas blancas mixtas (masculinas), en el cual la mitad de los animales de prueba fueron sometidos desde la edad de nueve meses progresivamente a varios estresores aplicados alternadamente cada otro día por un periodo de 250 días. La otra mitad de las ratas se usaron como control (sin estrés). Inmediatamente después de la discontinuación de los efectos del estrés, por ejemplo cuando la edad de las ratas excedía la mitad de la duración de su vida, cada grupo fue dividido en dos subgrupos: el primer grupo consistió en controles, mientras que el segundo y tercer grupo recibió extracto de Eleutherococcus diariamente en dosis de 0.5ml/100g de peso corporal con agua para beber sobre un periodo de 320 días.

El extracto de Eleutherococcus aumentó la duración de la vida de las ratas en terminos de la mitad del tiempo de sobrevivencia y de la longevidad promedio. La administración de Eleutherococcus también resultó en el mejoramiento de una variedad de características fisiológicas y bioquímicas de la salud de las ratas de prueba. Descubrimientos similares se han reportado en estudios con humanos.

En un estudio de la Fábrica de Automóviles Volzhsky, 13,000-15,000 trabajadores recibieron extracto de Eleutherococcus sobre un periodo de 10 años, resultando en una disminución de 30-50% en casos de gripa y de 20-30% de reducción en tiempo de trabajo perdido debido a ausencia o incapacidad. En otro estudio de mineros de Vortuka que recibieron extracto de Eleutherococcus sobre un periodo de ocho años de forma frecuente, el número total de casos de gripa común fue de 23.5% menor que el de los mineros de Inta, y hubo una reducción de tiempo de trabajo perdido de 90%. Ningún efecto secundario se reportó en estas dos pruebas.

Por lo tanto, los datos experimentales y la experiencia ganada en el curso de uso prolongado de Eleutherococcus por humanos apuntan a la ausencia de acción tóxica del extracto de Eleutherococcus, así como a la seguridad del uso a largo plazo o dosis excesiva de este extracto.

F) SEGURIDAD Y USO PROLONGADO DE PRIME ONE

La investigación más larga y complicada de ingredientes de Prime One ha sido realizada por científicos de la antigua URSS bajo el auspicio de la Academia de Ciencias de ese país. Este trabajo incluyó el análisis de los efectos a largo plazo de los adaptógenos durante la aplicación entre atletas, astronautas, trabajadores industriales y otros grupos profesionales. Además de los descubrimientos universales de que los adaptógenos mejoran la capacidad de trabajo física y mental y aumentan la resistencia del anfitrión al estrés y a los factores ambientales dañinos, todos los estudios concluyeron que las sustancias no

son tóxicas y son totalmente seguras para uso prolongado.

La seguridad de Prime One para uso prolongado se comprende en el contexto de las bases teóricas reforzando la dinámica del estrés y la acción de los adaptógenos. Durante un largo tiempo, la reacción al estrés era la única reacción general no específica conocida. Sin embargo, basándose en muchos años de estudio, se ha mostrado que hay otras reacciones generales adaptativas no específicas junto con el estrés que se desarrollan en respuesta a las influencias de grados varios y calidad.

Además de la comunmente conocida reacción al estrés, hay otros dos tipos de reacciones adaptativas; (1) la reacción de entrenamiento y (2) la reacción de activación, la cual también juega un papel vital en los procesos adaptivos del organismo. Mientras el estrés es la reacción a los irritantes extremos o prolongados del ambiente externo o interno, la reacción de entrenamiento es la respuesta adaptativa a irritantes de bajo nivel, y puede, después de un tiempo, ayudar al cuerpo a entrenarse a sí mismo a superar tales irritantes. La otra reacción adaptativa, conocida como la reacción de activación, es la respuesta común a irritantes de nivel medio. Durante la reacción de activación, una excitación moderada predomina en el sistema nervioso central, lo cual determina su influencia en la capacidad de trabajo, coordinación de movimiento, velocidad de reacción motor motor, toma de decisiones, etc.

La investigación muestra que los adaptógenos tienen la capacidad de facilitar y mantener las reacciones de entrenamiento y de activación, especialmente en dosis pequeñas. El uso diario y prolongado de adaptógenos le ayudará al organismo a mantener la reacción de activación, y por lo tanto, a obtener niveles más altos de resistencia, formando la base para un normal y saludable estado del organismo.

En adición a los estudios de no toxicidad y seguridad general de Eleutherococcus bajo uso prolongado, descubrimientos similares se han reportado para todos los ingredientes de Prime One. La capacidad de estos ingredientes de regular funciones fisiológicas automáticamente, dependiendo de los requerimientos, es una propiedad singular de Prime One. Esta habilidad explica una amplia gama de acción no específica de Prime One, así como la acción de normalización y también demuestra su seguridad.

G) ESTUDIOS DE TOXICIDAD EN PRODUCTOS DE PRIME ONE

Los estudios fueron realizados en Junio del 2001, por el:

Immune Institute, Inc.
Daryl See, M.D., Director
18800 Delaware Street, Suite 900
Huntington Beach, CA 92648

Métodos de Análisis para Evaluación de Toxicidad

- 1) Análisis de toxicidad azul Trypan para células periféricas mononucleares de sangre (PBMC)
- 2) Análisis de toxicidad azul Trypan para hepatocitos de roedor
- 3) Análisis de función linfocita asesina natural (NK) por liberación de 51CR (reacción en cadena)
- 4) Actividad Citocromo p450 por inhibición competitiva
- 5) Análisis Glutathione por espectrofotometría
- 6) Análisis Anti-viral por PCR (reacción en cadena polimerase) semi-cuantitativa a EBV (Virus Epstein-Barr)

Resultados:

- 1) Prime One mostró evidencia de toxicidad a hepatocitos de roedor solamente en concentraciones muy altas. Sin embargo, ninguna toxicidad a hepatocitos de roedor se vio en concentraciones de hasta 10 veces la cantidad recomendada a tomarse diariamente.
- 2) Prime One no mostró efectos tóxicos en Citocromo p450 isoformas (2A y 4A). Citocromo p450 2A y 4A están involucrados en los caminos metabólicos de droga más comunes.
- 3) Prime One exhibió moderados aumentos de función NK (célula linfocita asesina natural) en concentraciones fisiológicas.
- 4) Prime One demostró pronunciada actividad anti-viral contra el EBV (Virus Epstein-Barr).
- 5) Glutathione: un potente causante de enzimas antitoxicidad; el más importante antioxidante intracelular y modulador del sistema de inmunidad. En dosis fisiológicas, Prime One fue un potente causante de glutathione.

Conclusiones:

- 1) Prime One resultó seguro en los estudios de prueba in vitro de arriba en hasta 10 veces las concentraciones fisiológicas esperadas.

- 2) Ninguna interferencia de Prime One se notó con Citocromo p450, la cual es una enzima de hígado envuelta en el metabolismo y excreción de drogas orgánicas (xenobióticos).
- 3) Este estudio proporciona alguna garantía de que una interacción adversa de droga puede que no se vea en vivo.

V. PRIME ONE CONCENTRADO Y PRIME PLUS

A) PRIME ONE CONCENTRADO

Esta fórmula incluye las mismas hierbas adaptogénicas que se encuentran en Prime One, pero su concentración es más alta. Prime One Concentrado solía llamarse Brekhman's Gold.

Si una persona está usando Prime One y quiere incrementar los beneficios de Prime One, entonces él o ella pueden usar Prime One en ciclos alternos de Prime One Concentrado para lograr un alto incremento de energía y aumentar los beneficios a largo plazo.

La combinación alterna de Prime One y Prime One Concentrado es muy efectiva. Durante el primer mes, Prime One Concentrado se recomienda. Al segundo mes, Prime One se recomienda. El intervalo más largo es de dos meses.

Para Prime One Concentrado, uno tomará de 10 a 30 gotas, de una a tres veces por semana durante el ciclo. La actividad del estilo de vida, el rendimiento físico y mental y el nivel de estrés ayudarán a determinar la ración apropiada para la persona.

PRIME ONE CONCENTRADO

<u>Edad</u>	<u>Dosis Diaria</u>
Dosis Normal.....	10 a 30 gotas
2-6 años	5 gotas
7-10 años	5 a 10 gotas
11-14 años	10 a 15 gotas
Persona Mayor.....	Comience con 10 gotas e incremente gradualmente a la dosis normal

Cómo decidir si suplementa los ciclos de Prime One Concentrado con el uso regular de Prime One

- Use Prime One Concentrado en ciclos alternos con Prime One si usted quiere el más alto beneficio tónico sostenido que la naturaleza le puede dar con un buen beneficio adaptogénico general.
- Use sólo Prime One si usted está en general contento con su nivel de energía, con su equilibrio general del cuerpo y desea la más alta resistencia del sistema inmunológico.
- Use Prime One Concentrado para ese incremento extra.
- Prime One Concentrado acentúa el sostenimiento diario de energía.
- Prime One Concentrado puede ser depositado en su lengua o agregado a su bebida favorita.
- Es el perfecto complemento para Prime One.

B) PREGUNTAS FRECUENTES ACERCA DE PRIME ONE CONCENTRADO

¿Cómo afecta Prime One Concentrado al sistema inmunológico?

Prime One Concentrado mejora considerablemente la actividad del sistema inmunológico. Si usted deja de tomar Prime One Concentrado y no reanuda su uso de Prime One, gradualmente su respuesta inmunológica se reducirá.

¿Puede Prime One Concentrado tomarse es dosis más pequeñas diariamente por un largo tiempo?

Prime One fue creado para uso diario para una protección general de todo el cuerpo a largo plazo. La peculiaridad de Prime One es su habilidad para ayudar al cuerpo a incrementar gradualmente la capacidad de adaptación, la cual es utilizada para superar el estrés por medio de un aumento general de resistencia del cuerpo. Prime One Concentrado ofrece a todos los sistemas del cuerpo apoyo a corto plazo para funcionar con mayor eficiencia. Es para personas que necesitan energía extra y la necesitan ahora.

¿Por qué hay alcohol en Prime One Concentrado?

Tradicionalmente, desde tiempos muy antiguos, la extracción de sustancias biológicas activas basadas en alcohol de hierbas y plantas se ha comprobado que es muy efectiva. Todos los productos adaptogénicos originales desarrollados por el Dr. Brekhman son basados/extraídos de alcohol. La segunda razón del uso de alcohol es para mantener la calidad de los extractos adaptogénicos como un preservativo natural. El usar de 10-30 gotas de extracto de Prime One Concentrado (0.35-1.0ml) es totalmente seguro para los niños. Para personas con intolerancia a micro-dosis de alcohol, tales como alcohólicos en recuperación, le recomendamos que consulte con su doctor antes de usar Prime One Concentrado.

He estado mezclando extracto de Prime One Concentrado con un vaso pequeño de jugo porque su sabor es muy fuerte. ¿Al hacer esto se disminuyen los beneficios de este producto?

El mezclar Prime One Concentrado con cualquier otro liquido, hasta bebidas calientes, no minará la potencia de este producto.

¿Qué es Prime One Concentrado? ¿Cuales son sus ingredientes?

La fórmula de Prime One Concentrado incluye las mismas hierbas adaptogénicas de Prime One, pero su concentración es más alta. Estas concentraciones hacen que este producto actúe con un pronunciado tónico general resultando en: un nivel más alto de atención, mejor concentración, y mayor energía disponible para el rendimiento físico y mental.

¿Puedo empezar mi programa nutricional con Prime One Concentrado en lugar de Prime One?

Si se empieza con Prime One Concentrado, usted apreciará de manera más rápida los beneficios únicos de las hierbas adaptogénicas, especialmente si usted está experimentando mucha fatiga. Sin embargo, después de un mes de usar Prime One Concentrado, le recomendamos que cambie a Prime One. Solamente Prime One le ayudará a aumentar la resistencia a largo plazo de su cuerpo contra todo tipo de estrés.

¿Cómo trabajan Prime One y Prime One Concentrado a nivel celular?

La salud depende del funcionamiento apropiado de las células. El estrés tiene un impacto a nivel celular, privando a las células de su suministro de energía. Cuando una célula no puede funcionar apropiadamente, se debilita y se daña. El cuerpo gradualmente se descompone mientras la enfermedad y el proceso de envejecimiento comienzan. Prime One y Prime One Concentrado, desde el principio, permiten a las células absorber y usar su energía disponible uniendo la glucosa y las enzimas. Los Adaptógenos también previenen la formación de moléculas complejas que no permiten a las células manufacturar energía de manera eficiente. Al cuerpo se le permite total acceso a su potencial de energía y las células regresan a funciones más saludables mientras los órganos y sistemas varios del cuerpo comienzan a normalizarse.

C) PRIME PLUS

Prime Plus es un suplemento natural alimenticio para mejorar el rendimiento y acelerar la rehabilitación, mejorado por la acción sinérgica entre tres poderosos nutrientes adaptogénicos.

PRIME PLUS CONTIENE LOS SIGUIENTES INGREDIENTES

- *Rhaponticum Carthamoides (Ecdisten)*
- *Complejo Citrico Bioflavonoide*
- *Mezcla Vegetal Cruciferous de Vitamina*
- *Acido Ascorbico*
- *Ascorbyl Palmitate*
- *Calcio Ascorbate*
- *Magnesio Ascorbate*
- *dl-Alpha Tocopherol acetato (Vitamina E)*
- *α-Tocopherol succinate*
- *Melazas Doradas Adaptogénicas*

Prime One y Prime Plus no contienen sustancias prohibidas por el Comité Olímpico Internacional (IOC por su siglas en inglés). Atletas de todo el mundo utilizaron estos productos con gran éxito en los Juegos de Verano de 1996 en Atlanta, Georgia.

RHAPONTICUM CARTHAMOIDES (RAIZ MARAL)

Aparece en Prime Plus como un refinado extracto llamado "Ecdisten". Ecdisten tiene la notable habilidad de aumentar la síntesis de proteína de ese modo aumentando la capacidad de trabajo, resistencia, velocidad y fuerza. Los resultados de usar Prime Plus están claramente demostrados a través de un mejor rendimiento muscular, fuerza y coordinación. Uno de los más grandes beneficios es la reducción del tiempo de recuperación después del entrenamiento y de la actividad deportiva.

Pruebas clínicas han mostrado que el uso de Ecdisten tiene más beneficios, incluyendo una mejor circulación y agudeza mental, aumento de la resistencia al estrés, aumento de la expulsión de la bilis y características anti-inflamatorias. Ecdisten, mediante un enriquecimiento de la capacidad de las células rojas de la sangre que llevan oxígeno, tiene beneficios que el usuario generalmente nota rápido.

La combinación de Prime One y Prime Plus proporciona beneficios sinérgicos y complementarios que son únicos de Prime

One. La combinación proporcionará:

1. Mayor energía, condición, y resistencia en trabajo de alta producción y rendimiento atlético
2. Mayor vitalidad y juventud
3. Más rápida recuperación después del ejercicio
4. Mayor capacidad de resistencia para situaciones de estrés

D) USO RECOMENDADO DE PRIME PLUS

Empiece usando Prime Plus por 10-20 días. Al empezar con Prime Plus, usted comenzará a apreciar los beneficios únicos de los mejoradores de rendimiento naturales de manera más rápida.

Determine su tamaño de ración de Prime Plus basándose en dos factores: Su peso corporal y los retos (tensiones) en su vida. Entonces, use la tabla de uso de Prime Plus. Nota: Las raciones se deben dividir en porciones iguales y tomarse de dos a tres veces al día (10-15 minutos antes de la comida).

Siga el ciclo de uso de Prime Plus (10-20 días) con un intervalo de descanso de 7-30 días. La duración del ciclo y el intervalo de descanso dependen de su estilo de vida, así como de los retos de su vida. Use Prime Plus cuando en verdad necesite apoyar a su cuerpo para un nivel más alto de productividad y mejor rendimiento. La ocasión más favorable para Prime Plus (para atletas) es cuando su programa de entrenamiento es intenso y antes de las competencias.

Después de detener su primer ciclo de Prime Plus, continúe tomando Prime One.

Determine su estándar de tamaño de ración para Prime One de acuerdo a las instrucciones en la botella. Tome Prime One una vez al día o dos porciones iguales diariamente.

Si usted está tomando Prime One por primera vez, use la mitad del estándar de tamaño de ración durante los primeros dos o tres días. Esto le permite a su cuerpo ajustarse a los nuevos nutrientes. Después de tomar Prime One por tres días, aumente su ración al uso completo recomendado.

Continúe tomando Prime One todos los días durante los ciclos de uso y los intervalos de descanso de Prime Plus.

PRINCIPIOS DE USO DE PRIME PLUS

Quince días es la duración del ciclo promedio que proporciona beneficios óptimos para la mayoría de las personas. Los ciclos pueden ser tan cortos como de 10 días o tan largos como de hasta 20 días. Su intervalo de descanso debe ser de siete a 30 días. Si, después de usar Prime Plus por cuatro días, usted no experimenta un aumento de energía, vitalidad y rendimiento, gradualmente aumente su uso en una o dos capsulas por día.

TABLA DE USO DE PRIME PLUS

Considere su nivel de actividad e igualelo al Nivel A o Nivel B. Entonces, use la tabla para determinar su tamaño de ración óptima para Prime Plus. Encuentre su peso en libras. Entonces, basándose en su nivel de actividad (A o B), encuentre el número de capsulas de Prime Plus para tomar cada día. Las raciones deben ser divididas en porciones iguales y tomadas dos o tres veces por día (10-15 minutos antes de las comidas).

Nivel A...Para periodos de alto estrés y cualquier nivel de actividad hasta ejercicio recreativo para la salud y el bienestar.

EJEMPLOS:

- Caminar de 20-30 minutos por día
- Durante su ciclo menstrual
- Nadar o correr por 20 minutos, 2-3 veces por semana
- Proyecto de mucha presión en casa o en el trabajo

Nivel B...Participación en un programa de ejercicios intensivo y consistente con alto rendimiento personal u objetivos de mejoramiento.

EJEMPLOS :

- Nivel de Preparatoria (o su equivalente) para los siguientes deportes: football, basketball, baseball, tenis, pista y campo o natación.

- Ejercicio aeróbico intenso (carrera de larga distancia, natación, ciclismo) 4-5 veces por semana, 45 minutos o más de cada sesión.
- Levantamiento de pesas 4 o más veces por semana, cada sesión con por lo menos una hora de duración.

Peso en Libras	Nivel A	Nivel B
	# Capsulas Por Día	
<120	3-4	4-5
121-150	4-6	5-7
151-180	6-8	7-9
181-200	8-9	9-10
>201	9-10	10-12

E) **PREGUNTAS FRECUENTES ACERCA DE PRIME PLUS**

¿Más es mejor?

No, no necesariamente. Si usted es un participante casual en actividades recreativas, usted no obtendrá los beneficios máximos del programa al usar la misma cantidad de Prime Plus que un atleta Olímpico. Siga la tabla en este documento. Escuche a su cuerpo y ajuste su uso en menos o más basandose en su experiencia.

¿Qué pasa si estoy usando Prime Plus con un programa de pérdida de peso?

Si usted no se está ejercitando, use una capsula tres veces al día. Si usted se está ejercitando, refierase al Nivel B.

¿Qué pasa si estoy usando Prime Plus con un programa para ganar peso (desarrollando tejido muscular bajo en grasa)?

Los mejores resultados se lograrán usando Prime Plus en conjunción con el entrenamiento de pesas y resistencia y siguiendo la ración sugerida en el Nivel B.

¿Qué pasa si soy un atleta élite o de competencia?

Usted puede usar de una a dos capsulas más por día que lo indicado en el Nivel B. Escuche a su cuerpo.

¿Por qué se recomienda que un "ciclo" de Prime Plus sea de 10-20 días?

Pruebas clínicas han demostrado que los mejores resultados se logran en 10-20 días de Prime Plus con intervalos de 7-30 días entre usos. 10-20 días representan un ciclo "promedio" de uso de Prime Plus con intervalos de descanso entre ciclos.

¿Cómo ajusto mi uso para ciclos de más o menos de 10-20 días?

Si usted encuentra que un ciclo más largo o más corto de 10-20 días funciona mejor para usted, simplemente aumente o disminuya el número de días en su ciclo.

¿Cómo puedo saber si estoy usando la cantidad correcta de Prime Plus?

Cuando las personas están tomando la cantidad correcta de Prime Plus para su cuerpo, ellos reportan que se sienten más alertas, que tienen más energía, mayor capacidad, más vitalidad y se sienten más jóvenes. Nuevamente, escuche a su cuerpo, y ajuste su uso de Prime Plus en más o menos hasta que determine la cantidad justa correcta.

VI. INVESTIGACIONES QUE RESPALDAN LOS BENEFICIOS DE PRIME ONE Y RESUMEN ADAPTOGENICO DE LA INVESTIGACION DE LOS ADAPTOGENOS

A) EL SISTEMA INMUNOLOGICO (PRIME ONE)

Los estudios demuestran que los extractos adaptogénicos incluidos en la fórmula única de Prime One muestran un soporte vital al sistema inmunológico. Por ejemplo, en un estudio de voluntarios saludables, una mejora general del estado de activación de linfocitos-T se observó después de administrar Eleutherococcus. A las células linfocitos-T también se les conoce como "células asesinas," porque atacan y destruyen varios virus. Otro estudio reveló que el extracto de Eleutherococcus aumenta la actividad fagocítica de los leucocitos periféricos de la sangre y favorece la reducción de flora patológica en la superficie de la piel, indicando un aumento en la resistencia no específica del cuerpo. Los efectos de los adaptógenos, manifestados por su habilidad para inducir la formación de interferón endógeno (desarrollo intracelular de proteínas básicas antivirales), revela los aspectos esenciales de su control sobre los mecanismos de inmunización y no específicos, los cuales protegen al cuerpo de los virus. Los Adaptógenos ejercen una fuerte influencia inmunomoduladora en sujetos de prueba saludables y pueden ser considerados inmunoestimulantes no específicos.

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
E. Lodemann A. Wacker	Universidad de Frankfurt on Main, Alemania
J. Luromski P. Gorecki J. Hajasa	Instituto f. Helpflanzenforschung Poznan, Polonia Pommorsche Medizinische Akademie Szczecin, Polonia
V. M. Elkin N.G. Zakharova V.M. Leonov	Investigación All-Unión Instituto de Influenza Leningrado, Rusia
J.N. Fang	Instituto de Materia Médica de Shanghai Ch. Academia de Ciencias Shanghai, China
B. Bohn	Dept. of Piel y Venereología Vinnitsa, Ucrania
V. I. Kupin E.V. Polcvaya A.M. Sorokin	Academia de Ciencias Médicas de la URSS Moscú, Rusia
M.S. Kim N.G. Lee	Colegio de Farmacología Universidad Nacional de Seúl Seúl, Korea del Sur
H. Wagner A. Proksch	Instituto de Farmacología & Biología Universidad de Munich Munich, Alemania

B) CAPACIDAD FISICA DE TRABAJO (PRIME ONE Y PRIME PLUS)

Las instituciones de investigación han descubierto que los adaptógenos son vitales para mejorar la capacidad de una persona para cargas de trabajo físicas. Los Adaptógenos han sido ampliamente usados en estudios con trabajadores en profesiones que involucran intensa presión física de trabajo. Estos significativamente mejoran las funciones del cuerpo, por medio del mejoramiento de la capacidad del cuerpo para desarrollar tareas físicas y para recuperarse después de una actividad física extenuante. En pruebas de 655 hombres saludables, (todos los cuales estaban empleados como personal de aviación, pilotos, navegadores, operadores de radio), el Eleutherococcus, Aralia y Schizandra aceleraron los procesos de recuperación después de

largos turnos de vuelo. El estado fisiológico de los sujetos mejoró significativamente en tres horas de un vuelo a niveles hasta más altos que previos al vuelo.

En un estudio a largo plazo en el que participaron 60,000 personas realizado sobre un periodo de 10 años en la Fábrica de Automobiles Volzksky en Tolyatti, Rusia, la ausencia y discapacidad disminuyeron en un 20-80% despues de tomar Eleutherococcus. Una disminución de 30-50% en casos de gripa y una mejora general de salud también se resgistró.

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
J. Hancke G. Wikman	Instituto Herbal Sueco Goteborg, Suecia
A.K. Schezin V.I. Zinkovich L.K. Galanova	Laboratorio de Control Médico-Fisiológico Tolyatti, Rusia
P.P. Gubchenko N.K. Fruentov	Instituto Médico Khabarovsk Khabarovsk, Rusia

C) CAPACIDAD MENTAL DE TRABAJO (PRIME ONE)

Junto con las investigaciones, las cuales prueban el valor de los adaptógenos para mejorar el trabajo físico, los estudios de investigación que involucraron varias pruebas de agudeza mental han demostrado que los adaptógenos también tienen la capacidad de aumentar la capacidad mental de una persona. Es decir, aumentan la cantidad de ejercicio mental que una persona puede llevar a cabo, así como la calidad de ese trabajo.

Por ejemplo, *Schizandra Chinensis* y *Rhaponticum Carthamoides* ejercieron una fuerte influencia de estimulación entre sujetos de prueba que mostraron una gran mejora en lectura de comprensión, aptitud y velocidad.

Rhodiola Rosea y *Aralia Mandshurica* mejoran la capacidad de una persona para la memorización y la concentración prolongada. En pruebas de revisión, despues de tomar extracto de Rhodiola, una disminución en la cantidad de errores se observó en el 88% del grupo experimental, mientras que un aumento en la cantidad de errores se observó en el 54% del grupo de control.

Eleutherococcus Senticosus, el "Rey" de los adaptógenos, ha mostrado que aumenta la capacidad mental mediante el mejoramiento de la acción reflejo, del lapso de atención y la precisión del trabajo desarrollado. Mejora del oido, de la vista y de la coordinación motor fueron también beneficios adicionales registrados en estos estudios.

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
A.A. Lebedev V.V. Kazakevich V.D. Linderbraten L.V. Turbina	Centro Cientifico del Lejano Oriente de la URSS Academia de Ciencias Vladivostok, Rusia
V. Petkov D. Yonlov A. Mosharoff	Instituto de Fisiología Academia de Ciencias Búlgara Sofia, Bulgaria
M.A. Gerasyuta T.N. Kival	Investigación Cientifica Institute de Higiene de Transporte Marino Leningrado, Rusia
A.S. Saratikov E.A. Drasnov	Instituto Médico Tomsk Tomsk, Rusia

P.P. Gubchenko
N.K. Fruentov

Instituto Médico Khabarovsk
Khabarovsk, Rusia

R.Yu. Illuchenok
S.R. Chaplygina

Instituto de Fisiología
Novosibirsk, Rusia

D) RENDIMIENTO, RESISTENCIA Y REHABILITACION (PRIME ONE Y PRIME PLUS)

Los Adaptógenos proporcionan la base a través de la cual las personas pueden desarrollar una reserva de energía para ser utilizada cuando el cuerpo más la necesita bajo tensión física extrema y durante la recuperación de la fatiga. Los sujetos de prueba a los que se les administró extractos adaptogénicos rápidamente mostraron indicadores mejorados de energía y resistencia, y los atletas fueron capaces de mejorar considerablemente los resultados de sus esfuerzos atléticos.

En un estudio, bajo una extenuante carga de trabajo muscular, se reveló que el extracto de Rhodiola aumentó la actividad de enzimas proteolíticas y también aumentó significativamente el nivel de proteína y RNA en los músculos del esqueleto.

En otro estudio en el que participó un equipo colegial de baseball, se reveló que todos los cuatro parametros de capacidad de trabajo (incluyendo VO2 max, O2 pulso max, trabajo total y tiempo de agotamiento) mostraron grandes y significativos aumentos cuando el Eleutherococcus fue administrado que cuando a los sujetos se les dió un placebo. Después de administrar Schizandra en un experimento de 140 atletas, el 74% de los sujetos de prueba obtuvieron sus mejores resultados en una carrera de 3,000 metros.

Se realizaron también observaciones en levanta pesas, luchadores y gimnastas. Basandose en la información obtenida, se concluyó que el extracto de Eleutherococcus aumentó la capacidad física de trabajo, disminuyó la fatiga y mejoró el estado general mental y físico de los sujetos a prueba.

En un experimento en atletas masculinos saludables, la administración de adaptógenos provocó un aumento de 64% en resistencia de trabajo, mientras que un alto índice de casos con reducido lactato sanguíneo y baja presión sanguínea consistente también se registraron.

Un estudio de personas desarrollando labor física reveló que cuando Eleutherococcus, Rhaponticum Carthamoides y Rhodiola se administraban, todos los sujetos de prueba mostraron una mejora en sus estados físicos y mentales generales. Hubo también una mejora en los indicadores funcionales (pulso, presión arterial, capacidad vital, fuerza del músculo de la espalda, resistencia de las manos bajo tensión estática, coordinación de movimiento) y una reducción en la duración del periodo de recuperación en todos los sujetos de prueba.

A través de extensos experimentos en nadadores, esquiadores y otros atletas, los científicos alrededor del mundo han demostrado confiablemente el valor de los adaptógenos para aumentar la resistencia y acelerar el proceso de recuperación después de un esfuerzo físico.

Investigadores

E. Ahumada
J. Hermosilla

V. Wyss
G.P. Ganzit
A. Rienzi

A. E. Bulanov
A.A. Sheparev
T. M. Agapova

K. Asano
T. Takahashi
M. Miayshita

Institutos

Laboratorio de Farmacología
Universidad Austral de Chile
Valdivia, Chile

Inst. Med. Deportivo A.M.
Di Giorgio
Torino, Italia

Instituto Médico Vladivostok
Vladivostok, Rusia

Instituto de Salud y Ciencias Deportivas
Universidad Tsukaba
Ibaraki, Japón

M. Kuboyama H. Kuo	Laboratorios de Investigación Médica Tokyo, Japón
B.N. Blokhin	Instituto de Cultura Física Moscú, Rusia
L. McNaughton G. Egan G. Caelli	Instituto de Tecnología del Estado de Tasmania Centro Para la Educación Física Australia

E) ACCION PROTECTORA CONTRA EL ESTRES (PRIME ONE)

El estrés es un fenómeno que se manifiesta a sí mismo en nuestros cuerpos de muchas formas diferentes. Algunos de los síntomas más comunes del estrés incluyen problemas con el sueño, depresión, ansiedad, irritabilidad y letargia. Junto con los síntomas físicos, el cuerpo también tiene respuestas fundamentales y biológicas para el estrés. Al nivel celular, el estrés afecta nuestra capacidad para transformar de manera apropiada a la glucosa en energía. Las proteínas Beta-lipa se desarrollan e impiden el paso de energía a través de las paredes celulares. Estos niveles de energía disminuidos no sólo afectan nuestra capacidad de desarrollar funciones físicas, sino también impiden la función apropiada de todos los organos del cuerpo, incluyendo el cerebro.

Quizá la propiedad más importante de las plantas adaptogénicas es su probada capacidad para combatir el estrés de todo tipo. El Eleutherococcus, la más potente de las plantas adaptogénicas, aumenta la resistencia del cuerpo contra una variedad de estresores. Los experimentos han demostrado concluyentemente que Eleutherococcus cambia el curso de los principales indicadores fisiológicos del estrés mediante la reducción de activación de la corteza adrenal.

Rhodiola Rosea conduce a un incremento en la cantidad de endorfina-b básica en el plasma sanguíneo, lo cual impide los cambios hormonales indicativos del estrés.

Las investigaciones hechas por los siguientes científicos muestran que los adaptógenos, que son una parte integral de la formulación de productos de Advantage Marketing Systems, le permiten al cuerpo enfrentar de mejor manera al estrés, ya sea diario, extremo, agudo o crónico.

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
I.I. Brekhman O.I. Kirillov	Instituto de Sustancias Biológicamente Activas Depto. Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS Vladivostok, Rusia
Y. Ikeya H. Taguchi	Laboratorio Tsumura Ibaragi, Japón
L. R. Galushkina E.V. Kryukovskaya	Primer Instituto Médico de Moscú I.M. Sechenov Moscú, Rusia
N. Takasugi T. Moriguchi T. Fuwa	Instituto Central de Wakunaga Pharmaceutical Co., Ltd. Hiroshima, Japón
N. Singh P. Verma N. Mishra	Depto. de Farmacología y Terapéuticos Colegio Médico Rey George Lucknow, India
S. I. Chernysh V.A. Lukhtanov	Universidad de Leningrado Leningrado, Rusia
S. Nishibe H. Kinoshita	Facultad de Ciencias Farmacéuticas Universidad Higashi Nippon Gakuen Hokaido, Japón

Yu. B. Lishmanov Lab. Radionucl. Method
L. V. Maslova Centro de Ciencias Res. All-Union Cardiol
Tomsk, Rusia

N. Nishiyama Estación Experimental para Estudios de Plantas Medicinales
T. Kamegaya Facultad de Ciencias Farmaceuticas, Universidad de Tokyo
A. Iwai Tokyo, Japón

S. Sanada Depto. de Farmacología
Y. Ida Universidad Showa
J. Shoji Tokyo, Japón

F) EFECTO NORMALIZANTE (PRIME ONE)

Los ingredientes adaptogénicos de Prime One tienen un importante efecto normalizante en todas las funciones del cuerpo. En estudios de la tripulación de un rompehielos durante un extenso viaje por el Artico despues de cuatro meses de navegación, el extracto de Rhaponticum tuvo un efecto normalizante en los sistemas nervioso central y cardiovascular, conduciendo a un mejor sueño, apetito, estado de ánimo, estado físico y mental general y una mejora general de la capacidad funcional de los humanos bajo condiciones de trabajo.

En experimentos que simulan los efectos de los cambios extremos en altitud en trabajadores de rescate de montaña, la acción normalizante de adaptógenos en desordenes metabólicos ocurriendo bajo tales condiciones fue revelada. De acuerdo a la información, los adaptógenos también contribuyen a la normalización de proteína, vitamina y metabolismo agua-sal. Los extremos en funciones corporales como alto colesterol, bajos niveles de hemoglobina ,contenido irregular de azúcar y presión sanguínea anormal pueden ser normalizados con el apoyo de los adaptógenos, los cuales activan y regulan una normal y eficiente circulación de la sangre. Al mismo tiempo, el uso de adaptógenos de ninguna manera interrumpe la función de estos sistemas del cuerpo.

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
G. N. Bezdetko	Depto. de Fisiología y Farmacología de Adaptación Instituto de Biología Marina Vladivostok, Rusia
E. M. Mikaelyan A.B. Aphrikyan	Depto. de Química Bioorgánica y Biológica Instituto Médico Erevan Erevan, Armenia
V.V.Berdyshev	Instituto Médico Vladivostok Vladivostok, Rusia
M.A. Gerasyuta T.N. Koval S.A. Keyzer	Instituto de Investigaciones Cientificas del Mar Higiene de Transporte Leningrado, Rusia
S. A. Brandis V. N. Pilovitskaya	Laboratorio de Rescate de Montaña Donetsk, Ucrania

G) RESISTENCIA A TOXINAS AMBIENTALES, QUIMICOS, RADIACION E INFECCIONES (PRIME ONE)

Los adaptógenos aumentan la resistencia del cuerpo contra la influencia dañina de varios factores físicos, tales como enfriamiento, sobrecalentamiento, actividad motor acelerada, presión barometrica aumentada o reducida y luz ultravioleta en radiación ionizada. También se ha mostrado que los adaptógenos aumentan la resistencia del cuerpo contra la influencia dañina de naturaleza química y biológica (toxinas varias, narcóticos, hormonas, suero extraño, bacteria, etc).

Muchos hechos concernientes a este tipo de acción de defensa universal han sido obtenidos por los adaptógenos. En observaciones de marineros en los trópicos, se reveló que en el 70-75% de los sujetos de prueba, el Eleutherococcus disminuyó la manifestación de cambios no favorables en el sistema nervioso central, termoregulación y hemodinámica (cambios asociados con el proceso de adaptación a un ambiente para el cual el cuerpo humano no está acostumbrado). El Eleutherococcus tam-

bién contribuyó a un aumento en la capacidad de trabajo física y mental, alivio de la tensión de la función de las glándulas adrenales y una mejora en el estado funcional del sistema cardiovascular y respiratorio.

En otro estudio de agricultoras femeninas de vegetales, la resistencia del cuerpo a factores dañinos ambientales aumentó, el estado general físico y mental mejoró, y la productividad de trabajo aumentó en un 23.5% después de haber tomado *Eleutherococcus*. El *Eleutherococcus* también contribuyó a una mejor recuperación después de un trabajo físico intenso.

Los adaptógenos también poseen una acción antialcohólica, reduciendo el deseo por alcohol. En una observación en la que tomaron parte 148 personas, la acción favorable antialcohólica de los *Eleutherococcus* se notó en el 73% de los sujetos de prueba en el grupo experimental.

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
V.V. Berdyshev	Instituto Médico de Vladivostok Vladivostok, Rusia
A. E. Bulanov M. I. Polozhentseva	Depto. de Fisiología y Farmacología del Inst. de Biología Marina Vladivostok, Rusia
S.A. Nikitin T.A. Orobinskaya T.N. Serkacheva	Instituto Médico de Volgograd Volgograd, Rusia
Ehud Ben-Hur	Centro de Investigación Nuclear Beer-Sheva, Israel

H) ACCION ANTIOXIDANTE, ANTIENVEJECIMIENTO (PRIME ONE)

Como parte de su función normal, las células del cuerpo hacen moléculas tóxicas llamadas radicales libres - a cada molécula le falta un electrón. Debido a que la molécula del radical libre "quiere" su complemento total de electrón, reacciona con cualquier molécula de la que pueda sacar un electrón. Cuando los radicales libres toman un electrón de ciertos componentes claves de la célula, tales como grasa, proteína o moléculas de ADN, daña la célula durante un proceso llamado oxidación. Además de los radicales libres que ocurren de manera natural en el cuerpo, estos también ocurren como resultado de influencias ambientales. Estas influencias pueden incluir radiación ultravioleta o contaminantes aéreos tal como humo de cigarro - los cuales contribuyen a la oxidación de la célula y pueden acelerar el proceso de envejecimiento.

Los antioxidantes que ocurren de forma natural en el cuerpo humano y en ciertos alimentos pueden bloquear algo de este daño donando electrones para estabilizar y neutralizar los efectos dañinos de los radicales libres. Los adaptógenos también poseen una acción de antioxidación. Basándose en análisis bioquímico, los adaptógenos provocan una confiable disminución en el colesterol total y lipoproteínas-b, y aumentan el nivel de antioxidantes hidrofílicos y lípidos en la sangre. En estudios hechos por científicos japoneses, se descubrió que Gomisín N (un componente aislado de la fruta *Schizandra*) es un antioxidante más activo que dl- α -tocopherol (Vitamina E).

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
S. Toda M. Kimura M. Ohnishi Y. Ikeya H. Taguchi H. Mitsuhashi	Laboratorio de Química Colegio de Acupuntura Med. Kansai Japón Laboratorio Tsumura Ibaragi, Japón
S. I. Chemysh	Inst. de Biología de la Univ. de Leningrado Leningrado, Rusia
O.N. Voskresensky T.A. Devyatkina	Instituto Médico Poltava Poltava, Ucrania

I) SISTEMA CARDIOVASCULAR (PRIME ONE Y PRIME PLUS)

Los extractos Adaptogénicos han tenido una influencia favorable en los sistemas cardiovascular y respiratorio, proporcionando apoyo importante para personas que cumplen cargas de trabajo físicas. Por ejemplo, los atletas que recibieron Aralia Mandshurica y entrenaron fuertemente experimentaron una más baja demanda del sistema cardiovascular. En otra observación de trabajadores de turno en la industria de gas de Siberia, la influencia favorable de Eleutherococcus en la dinámica del sistema cardiovascular y sus efectos de protección durante severas condiciones climáticas y de trabajo también se registraron.

Los adaptógenos muestran un marcado efecto cardioprotectivo, durante doloroso y emotivo estrés, contribuyendo a una reducción en la actividad adrenergica del corazón y el grado de daño al miocardio.

<u>Investigadores</u>	<u>Institutos</u>
M.L. Kolomievsky N.I. Pirogov	Instituto Médico Segundo Moscú, Rusia
L. G. Khetagorova Yu A. Romanov	Depto. de Patología y Fisiología Instituto Médico N.I. Pirogov Moscú, Rusia
Z. Yongxin Y. Kedong	Inst. Nacional para Control Farmaceutico de Productos Biológicos Beijing, China
Yu B. Lishmanov L. V. Maslova	Lab. Radionul. Method Res. All-Union Cardiol Sci. Center Tomsk, Rusia
T. N. Afanas'eva A.A. Krivchik	Instituto Médico Minsk Minsk, Belorusia
D. I. Dyakov	Instituto Médico Khabarovsk Khabarovsk, Rusia
A.P. Shornikov S.V. Sokolov	Laboratorio de Problemas Medico-Biológicos del Lejano Norte Surgut, Rusia

J) LA VISTA, LA PERCEPCION DE COLOR, EL OIDO Y LAS FUNCIONES VESTIBULARES (PRIME ONE)

Las plantas adaptogénicas que constituyen los ingredientes fundamentales de los productos de Advantage Marketing Systems se ha mostrado, a través de estudios de laboratorio extensos y pruebas clínicas, que apoyan y mejoran la función de los organos sensoriales.

En un estudio, 111,205 pruebas fisiológicas se realizaron para revelar la influencia de Eleutherococcus en miembros de brigadas de locomotoras. Los sujetos de prueba experimentaron un mejor estado físico y mental general, un aumento de resistencia, un mejor alivio y prevención de dolores de cabeza y una disminución de irritabilidad, la cual se asocia frecuentemente con esta profesión de alto estrés.

En otro estudio de 156 personas expuestas a ruido industrial, despues de haber tomado Eleutherococcus, todos los participantes reportaron una marcada mejoría en su condición general física y mental, un aumento de productividad, un alivio o total eliminación de zumbido en los oidos y una mejora general de su capacidad para escuchar.

En todavia otro estudio, 65 personas sanas usando el extracto de Eleutherococcus (principalmente usuarios o empleados de transporte por aire, mar, vias y automóvil) experimentaron un alivio o eliminación de molestia de mareo y de los problemas

generales asociados con los viajes.

Schizandra es particularmente valiosa para agudizar la vista, mientras que Aralia mejora de manera confiable la agudeza perceptual en pruebas de destreza. En pruebas extensas, estas sustancias naturales han probado que son extremadamente valiosas para profesionales con ocupaciones con mucha demanda sobre los ojos, oídos y otros sentidos. En todos los estudios, las funciones sensoriales han mostrado una mejora significativa bajo la influencia de varios de los adaptógenos.

Investigadores

E.F. Baburin

T. I. Sosnova

M.S. Trusov

V.A. Sinovich

Z.B. Akhmerova

Institutos

Instituto de Sustancias Biologicamente Activas
del Lejano Oriente, Depto. de la Academia de Ciencias de la URSS
Vladivostok, Rusia

Inst. de Higiene de Locomotoras All-Union
Moscú, Rusia

Hospital Militar Central del Lejano Oriente
Khabarovsk, Rusia

Instituto Médico Khabarovsk

Khabarovsk, Rusia

VII. RESUMEN DE LA INVESTIGACION DE ADAPTOGENOS Y SUS APLICACIONES

Las menciones de abajo representan algunas de entre las miles de referencias de la literatura científica del mundo para los ingredientes de los productos de Advantage Marketing Systems. Esta selección de referencias se ofrecen como fondo general a su antiguo y extenso uso y las pruebas de estos ingredientes y su propósito son puramente informativos.

Ningun tratamiento o consejo médico se pretende dar por parte de Advantage Marketing Systems, Inc. Esta publicación pretende ser de uso informativo y educativo.

Si alguien presenta una condición médica previa, enfermedad o problema de salud, le recomendamos que consulte un médico o profesional de la salud en cuanto al uso de los productos mencionados.

REFERENCIAS

- 1) Asano K., Takahashi T, Kugo Kh, y Kuboyama M. "La influencia de Eleutherococcus en la Capacidad de Trabajo Muscular Humana" en: Nuevos Datos sobre Procedimientos de Eleutherococcus en el 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 166.
- 2) Baburin E.F. "La influencia de Eleutherococcus en Resultados de Trabajo y Sensibilidad de Oído en Operadores de Radio Telegrafos". En: Eleutherococcus y Otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 179.
- 3) Baburin E.F. "La influencia de Eleutherococcus en el Organismo del Oído". En: Eleutherococcus y Otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 173.
- 4) Baburin E.F., Tarasov I.K, Alekseev V.N. "Sobre la Pregunta de Profilaxis del Mareo". En: Remedios Medicinales del Lejano Oriente. Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1972, 120.
- 5) Barenboim G.M, Sterlina A.G, Fisenko A.P. et al 1984. "Estudios de Activadores de Asesinas Naturales con Extracto de Eleutherococcus." 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus. Centro de Investigación de Cáncer All-Union, Moscú.
- 6) Berdyshev, V.V. "El uso de Eleutherococcus para la Normalización del Estado del Organismo de Marinos en el Trópico". En: Adaptación y Adaptógenos. Procedimientos del 2o Simposio: "Procesos de Adaptación y Sustancias Biologicamente Activas" (Mayo de 1975). Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de la URSS, 1977, 119.
- 7) Bhargavam K.P., Singh N. "Evaluación Comparativa de Actividad Antiestrés de Eleutherococcus Setaceous, Panax Ginseng y Ocimum Sanctum". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus: Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 81.
- 8) Brandis S.A., Pilovitskaya V.N. "La Efectividad de Utilizar Raíz de Eleutherococcus durante Prolongado Trabajo Físico e Inhalación de Mezclas de Gas Enriquecidas con Oxígeno". En: Eleutherococcus y otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 141.
- 9) Blokhin B.N. "La influencia de la Raíz de Eleutherococcus y Extractos de Hoja en la Capacidad Humana de Trabajo bajo Cargas de Trabajo Estáticas y Dinámicas". En: Eleutherococcus y Otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 191.
- 10) Bohn B, Nebe C.T., Birr C. "Estudios Citométricos de Flujo con Extracto de Eleutherococcus Senticosus como Agente Inmunomodulatorio: Arzeimittle-Forschung 35 (10), 1987, 1193-1196.
- 11) Brandis S.A., Pilovitskaya V.N. "Sobre la Pregunta de la Efectividad de Utilizar Extracto de Raíz de Eleutherococcus para Trabajo en un Ambiente de Alta Temperatura". En: Eleutherococcus y otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 155.
- 12) Brandis S.A. "Sobre las Características Comparativas de la Acción Tónica y Estimulante de Eleutherococcus durante el Trabajo Físico e Inhalación de Mezclas de Gas con Diferente Contenido de Oxígeno". En: Simposio sobre Eleutherococcus y Ginseng. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1962, 46.
- 13) Brekhman I.I., Miansky G.M. "Eleutherococcus - Una Manera de Aumentar la Resistencia No Especifica del Organismo: Izv. Akad Nauk URSS (Boil). Sept-Oct 1965:62-5.

- 14) Brekhman I.I., Kirillov O.I. "La Acción Protectora de los Eleutherococcus durante el Estrés". En: Eleutherococcus y Otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966.
- 15) Brekhman I.I. Eleutherococcus: Leningrado: Nauka, 1968.
- 16) Brekhman I.I. Eleutherococcus, Editora Nauka, Leningrado, 1968, p. 85.
- 17) Brekhman I.I., Kirillov O.I. "Los Efectos de Eleutherococcus en la Fase de Alarma del Estrés: Ciencias de la Vida Parte I: Fisiología y Farmacología 8 (3), 1969: 113-121.
- 18) Brekhman I.I., Dardymov I.V. "Nuevas Sustancias de Origen Herbal que Aumentan la Resistencia No Especifica". Revisión Anual de Farmacología, v9, 1969.
- 19) Brekhman I.I. "¿ Qué se Puede Oponer al Estrés?" En: Adaptación y Procedimientos de los Adaptógenos del 2o Simposio: "Procesos de Adaptación y Sustancias Biologicamente Activas" (Mayo de 1975). Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1977, 81.
- 20) Brekhman I.I. El Hombre y las Sustancias Biologicamente Activas. Oxford: Pergamon Press Ltd. 1980.
- 21) Brekhman I.I. Valeologia - La Ciencia de la Salud. Moscú: Cultura Física y Deporte, 1990.
- 22) Bulanov A.E., Sheparev A.A., Agapova T.M., Puzanova I.Y., Chemysheva R.M., Kamynina L.N., Bortovschik V.I., Tockarchuk A.M., Gorbunovm B.A., Berestenko V.D., Sashuk V.F. "Los Aspectos Sociales y Fisiologicos de Farmacosanación en Trabajadores Bajo Condiciones de la Industria Química". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus y otros Adaptógenos: Procedimientos del 1er Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Hamburgo, 1980). Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 19981, 88.
- 23) Bulanov A.E., Polozhentseva M.I., Patskov L.P. "La Acción Antialcohólica de Eleutherococcus". En: Nuevos Datos Sobre Eleutherococcus". Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 175.
- 24) Bykhovtseva T.L., Polozhentseva M.I. "Sobre la Pregunta de la Influencia de Eleutherococcus en Algunos Aspectos del Metabolismo". Resultados del Estudio de Eleutherococcus en la URSS: Tesis de Reportes en la Sesión Anual del Departamento del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 50.
- 25) Collisson R.J. "Ginseng Siberiano (Eleutherococcus Senticosus Maxim)". Boletín Británico de Terapia de Plantas 2, vol. 2, 1991.
- 26) Dalinger O.I., Kaliko I.M. "La influencia de Eleutherococcus en Alta Actividad Nerviosa de Estudiantes-Atletas". Estimulantes del Sistema Nervioso Central, edición 2. Tomsk, 1968, 162.
- 27) Dardymov I.V., Selvanova L.I., Kondratyev Y.V. "Algunos Efectos Dependientes de Temporada de la Acción de Eleutherococcus". Simposio sobre Eleutherococcus y Ginseng. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1962, 49.
- 28) Dardymov I.V., Berdysheva V.V., Golikov P.P., Fedorets B.A. "La influencia del Uso Prolongado de Eleutherococcus y Acido Ascorbico en el Organismo de una Persona Sana". Eleutherococcus y Otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 133.
- 29) Dardymov I.V. "Sobre el Posible Mecanismo para Aumentar la Resistencia No Especifica del Organismo bajo la influencia de Preparaciones de Eleutherococcus y Ginseng". En: Proceso de Adaptación y Sustancias Biologicamente Activas - Procesos de la Conferencia (Vladivostok, Mayo de 1972). Vladivostok: Centro del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1976, 113.
- 30) Darymov I.V. "Algunos Aspectos del Mecanismo de Acción del Extracto de Eleutherococcus". Eleutherococcus Estrategia de Uso y Nuevos Datos Fundamentales, Medexport, Moscú, 1984.
- 31) D'yakov D.I. "Sobre la Influencia de Aralia Mundshurica en la Presión de Pulso Arterial durante Cargas Físicas de Trabajo Ordenadas". Sustancias Biologicamente Activas de la Flora y Fauna del Lejano Oriente y el Oceano Pacific. Vladivostok, 1971, 117.
- 32) Egorov Yu.N., Baburin E.F. "Sobre la Influencia de Eleutherococcus en el Sistema Nervioso Humano". En: Eleutherococcus y otros Adaptógenos de Plantas del Lejano Oriente. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 167.
- 33) Elkin B.M., Zakharova N.G., Kingo Z.N., Leonov V.M., Dubina T.A. "La Influencia de Eleutherococcus en Factores de la Resistencia del Organismo". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus: Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 159.

- 34) Farutinam M.V. "Estudio Clínico de la Acción Tónica de Tintura de Pantocrin, Ginseng y Schizandra". Material para el Estudio de Remedios Estimulantes y Tónicos - Raíz Ginseng y Schizandra, edición 1. Vladivostok, 1958, 131-136.
- 35) Fruentov N.K., Lupandin A.V. "Sobre la Acción Adaptogénica de Preparaciones de Schizandra". En: Procesos de Adaptación y Sustancias Biologicamente Activas - Procedimientos de la Conferencia (Vladivostok, Mayo de 1972). Vladivostok: Centro del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1976, 63.
- 36) Gagarin I.A. "Eleutherococcus en Profilaxis de Incidencia de Enfermedad en el Artico". Adaptación y los Adaptógenos. Centro Científico del Lejano Oriente, Academia de Ciencias de la URSS, Vladivostok.
- 37) Galushkina L.R. "El Estudio Farmacológico de Eleutherococcus y Evaluación de su Actividad Biológica". Documento Emitido por el Centro Científico All-Union Sobre la Seguridad de Sustancias Biologicamente Activas, 1990.
- 38) Garkavi L.Kh.,Kvakina E.B. "El Uso de Eleutherococcus para Obtener Reacciones Adaptivas de Entrenamiento y Activación para Propósitos de Profilaxis y Tratamiento". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia del Lejano Oriente de Ciencias de la URSS, 1986, 172.
- 39) Gerasyuta M.A, Koval T.N. "La Experiencia del Uso Prolongado del Extracto Leuzea Carthamoides para Propósitos de Preservación y Aumento de Capacidad de Trabajo Mental y Física". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus y otros Adaptógenos: Procedimientos del 1er Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Hamburgo, 1980). Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1981, 135.
- 40) Gerasyuta M.A., Koval T.N., Keyzev S.A. "La Efectividad de Uso del Extracto de Leuzea Carthamoides en Marineros bajo las Condiciones de un Extenso Viaje por el Artico". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus y Otros Adaptógenos". Procedimientos del 1er Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Hamburgo, 1980). Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 69.
- 41) Grinevich M.A. "Encuesta de Estudios Clínicos sobre Eleutherococcus". En: Resultados del Estudio de Eleutherococcus en la URSS: Tesis de Reportes en la Sesión Anual del Departamento de Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 69.
- 42) Gubchenko P.P., Fruentov N.K. "Estudio Comparativo de la Efectividad de Eleutherococcus y Otros Adaptógenos de Plantas como Remedios para Aumentar la Capacidad de Trabajo de Personal de Vuelo".En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus : Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 240.
- 43) Gubchenko P.P. "La Influencia de Algunos Adaptógenos de Plantas sobre la Rehabilitación de la Capacidad de Trabajo despues de una Pérdida de Peso Intencional". En: Nuevos Datos sobre Procedimientos de Eleutherococcus del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 252.
- 44) Gvamichava A.R., Khatiashvili T.M., Khudzhadze R.G., Lezhava G.G., Tsulaya G.E. "Los Primeros Resultados del Uso de Eleutherococcus en el Tratamiento Combinado del Cáncer de Seno". En: Materiales para el Estudio de Ginseng y otros Agentes Medicinales del Lejano Oriente" VII. Eleutherococcus y otros Adaptógenos Derivados de Plantas del Lejano Oriente. Editores del Lejano Oriente. Vladivostok, 1966, p. 231-235.
- 45) Kazakevich V.V. "Sobra la Influencia de la Tintura de Aralia Mandshurica en el Sistema Nervioso Central:. En Remedios Medicinales del Lejano Oriente. Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1972, 186.
- 46) Khatiashvili T.M. "Experiencia de la Aplicación de Extracto de Eleutherococcus Liquido en el Tratamiento Complejo de Pacientes con Cáncer Labial y de Cavidad Oral". En: Materiales para el Estudio de Ginseng y otras Medicinas Terapéuticas del Lejano Oriente. VII: Eleutherococcus y otros Adaptógenos Derivados de Plantas del Lejano Oriente. Editores del Lejano Oriente, Vladivostok, 1996, p.237-241.
- 47) Kirillov O.I. "Investigación sobre el Mecanismo de la Acción Adaptogénica del Eleutherococcus y el Problema de la Regulación Farmacológica del Estrés". En: Resultados del Estudio de Eleutherococcus en la URSS Vladivostok: Siberiano
- 48) Koloskov Yu.B., Kryukovskaya E.V., Demurov E.A., Kudrin A.N. "El Mecanismo del Efecto Adaptogénico de Aralia Mandshurica". Farmarsiya (Moscú) 39 (4), 1990:75.
- 49) Kovelov G.V., Spaspov A.A., Bogachev N.A., Petryanik W.D., Ostrovsky O.V. "El Efecto del Extracto de Eleutherococcus en Mecanismos de Inmediata y Prolongada Adaptación del Organismo". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus : Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 30.

- 50) Korobkov A.V. "La Influencia de Eleutherococcus en la Capacidad de Trabajo Física del Hombre". Simposio sobre Eleutherococcus y Ginseng. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1962, 42.
- 51) Kupin V.J., Blanco F.F., Sorokin A.M. "Evaluación Comparativa de algunos Adaptógenos Biologicamente Activos y la Posibilidad de su Aplicación en Oncología Experimental. Documento Presentado en el 2o Simposio Internacional de Eleutherococcus , Moscú, 19894.
- 52) Kupin V.J. "Modificadores Biologicamente Activos de la Inmunidad en el Tratamiento Complejo de Nuevos Tumores Malignos". Sinopsis del Autor de la Disertación para Grado Cientifico como Doctor de Ciencias Médicas, Moscú, 1985, p. 46.
- 53) Kurkin V.A., Zapeesichnaya G.C. "La Composición Química y Propiedades Farmacológicas de las Especies de Rhodiola". Khimiko-Farmatesvticheskii Zhurnal 20 (10), 1986, 1231-2144.
- 54) Lebedev A.A. "Sobre la Farmacología de Schizandra". Materiales para el Estudio de Ginseng y Schizandra, edición 2. Moscú: Academia de Ciencias de la URSS, 1955, 178-198.
- 55) Lindendbraten V.D., Turbina L.V., Khodsevich V.R., Dzhumbaev M.A., Kamaev V.S., Pilipenko G.P., Ushakov N.N., Ryakhovsky M.F., Rushnitskaya N.S., Levchenka E.V., Zavodnova O.A. " La influencia de Eleutherococcus Senticosus en Algunos Indicadores de la Resistencia No Especifica del Organismo". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus y otros Adaptógenos: Procedimientos del 1er Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Hamburgo, 1980). Vladivostok: Centro Cientifico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1981, 74.
- 56) Lupandin A.V., Lapaev I.I. "Editor de Libros Schizandra Khabarovsk, 1981, 125.
- 57) Lupandin A.V. "Adaptación al Extremo Natural y Factores Tecnológicos en Personas Con o Sin Entrenamiento Bajo la Influencia de Adaptógenos". Fiziologia Cheloecka 16 (3) 1990; 114-119.
- 58) Luprandin A.V. "Adaptación y Rehabilitación en Deportes". Khabarovsk: Instituto de Cultura Física, 1991.
- 59) Lucas Richard Eleuthero-Salud Herbácea de Rusia. Spokane: Libros R&M, 1973.
- 60) Maslova L.V. "La Acción Cardioprotectora de Preparaciones Adaptogénicas durante el Estrés". Documento emitido por el Instituto de Investigación Cientifica de Farmacología del Centro Cientifico de Tomsk, Academia de Ciencias de la URSS, 1989.
- 61) Melnikov E.A. "El Factor Edad en la Acción de Algunos Adaptógenos". En: Adaptación y Adaptógenos. Procedimientos del 2o Simposio: Procesos de Adaptación y Sustancias Biologicamente Activas" (Mayo de 1975). Vladivostok: Centro Cientifico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1977, 130.
- 62) Mosharoff A.N. "El Efecto del Extracto de Rhaponticum Carthamoides Iljin Leuzea Silvestre en el Aprendizaje y la Memoria...". Acta Physiologica et Pharmacologica Bulgarica 13(3), 1987:37-42.
- 63) Nikitin S.A., Orobinskaya T.A., Pisareva O.L., Spasov A.A. "Eleutherococcus como Remedio Farmacosanativo en Agricultores de Vegetales durante un Periodo de Labor Física Intensa". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus y otros Adaptógenos: Procedimientos del 1er Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Hamburgo, 1980). Vladivostok: Centro Cientifico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 19891, 100.
- 64) Okushko V.P., Lutsкая I.K., Reva S.P. "La Influencia de Eleutherococcus en la Resistencia al Deterioro Dental". Documento Emitido por el Instituto Médico M. Gorky, Donetsk, 1989.
- 65) Panasyuk E.N, Sklyarov A.Ya., Chutashko O. Ya., Bezrukov A.A. "Investigación sobre la Influencia de los Adaptógenos, Eleutherococcus y Aralia, sobre Eficiencia de Trabajo bajo Condiciones de Estrés". En: Problemas Actuales de Labor Fisiológica y Economía Preventiva (Tesis de Reportes en la X Conferencia All-Union) M., Vol. 3, 90.
- 66) Petkov V., Roussinov K., Todorov S., Onkov M., Draganova S. "Investigaciones Farmacológicas sobre Rhaponticum Carthamoides". Planta Médica 59)3), Bulgari, 1984:205-209.
- 67) Pilovitskaya V.N. "La Influencia de la Acción Estimulante de Eleutherococcus sobre Algunos Indicadores de Metabolismo durante Trabajo Físico e Inhalación de Mezclas de Gas con Diferentes Contenidos de Oxígeno". En: Simposios sobre Eleutherococcus y Ginseng. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1962, 47.
- 68) Saratikov S.A., Azbukina L.N., Dalinger O.I., Kovinsky K.P., Koshkareva K.I., Marina T.F., Pichurina P.A., Tuzov S.F. "Materiales sobre los Estudios Clinicos Experimentales del Extracto de Eleutherococcus Senticosus". En: Simposio sobre Eleutherococcus y Ginseng. Vladivostok: Departamento Siberiano de la Academia de Ciencias de la URSS, 1962, 41.

- 69) Saratikov A.S. "Acciones Adaptogénicas de Eleutherococcus y Preparaciones de Rhodiola Rosea". En: Procesos de Adaptaciones y Sustancias Biológicamente Activas - Procedimientos de la Conferencia (Vladivostok, Mayo de 1972). Vladivostok: Centro del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1976.
- 70) Saratikov A.S., Krasnov E.A. "La Influencia de Rhodiola en las Glándulas Endocrinas y el Hígado". Rhodiola Rosea es una Valiosa Planta Medicinal. Tomsk: Instituto Médico, 1987, 180.
- 71) Saratikov A.S., Krasnov E.A. "Estudios Clínicos sobre Rhodiola" Rhodiola Rosea es una Valiosa Planta Medicinal. Tomsk: Instituto Médico, 1987, 216.
- 72) Saratikov A.S., Krasnov E.A., Salnik B. Yu. "El Mecanismo Bioquímico de la Acción Estimulante de Rhodiola.". Rhodiola Rosea es una Valiosa Planta Medicinal. Tomsk: Instituto Médico, 1987, 91.
- 73) Saratikov A.S., Krasnov E.A., Marinao T.R. "La Influencia de Rhodiola en el Sistema Nervioso Central". Rhodiola Rosea es una Valiosa Planta Medicinal. Tomsk: Instituto Médico, 1987, 150.
- 74) Saratikov A.S., Krasnov E.A. "Los Atributos Adaptogénicos de Rhodiola". Rhodiola Rosea es una Valiosa Planta Medicinal. Tomsk: Instituto Médico, 1987, 194.
- 75) Schadrin A.S., Kustikova Yu.G., Belogolovkina N.A., Baranov N.I., Oleinikova E.V., Sigaeva V.P., Ivlev A.M., Romanov V.I., Imkhanitskaya L.I., Scripak S.G., Ryazanova L.A. "Evaluación de la Acción Profiláctica e Inmunoestimulante de Eleutherococcus y Schizandra". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus. Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 289.
- 76) Sedykh, T.N., Mescherskaya K.A., Kabanst V.V. et al. "La Influencia de Tintura de Aralia Mandshurica, Aminalon o Su Combinación en la Memorización de Textos". Nuevas Preparaciones Medicinales de Plantas de Siberia y el Lejano Oriente. Tomsk, 1986, 132.
- 77) Sinovich V.A., Akhmerova Z.B. "La Influencia de Schizandra sobre Funciones Visuales Normales y Patológicas". Materiales para el Estudio de Ginseng y Schizandra, edición 3, Leningrado, 177-180.
- 78) Shchezin A.K., Zxincovich V.I., Golanova L.K. "Eleutherococcus en la Profilaxis de la Gripe, Adaptógenos Esenciales". Centro de Investigación del Lejano Oriente. Academia de Ciencias de la URSS.
- 79) Sheparev A.A. "El Uso de Adaptógenos para el Propósito de Profilaxis No Especifica en la Industria". Los Humanos y el Océano: Aspectos Médicos y Sociales del Problema: Procedimientos de la Conferencia Científica y Práctica en el 30a Aniversario del Colegio Médico Estatal de Vladivostok, Vladivostok, 1988.
- 80) Shornikov A.P., Sokolov S.V. "La Experiencia de la Utilización de Eleutherococcus bajo las Condiciones del Norte Tumen". En : Nuevos Datos sobre Eleutherococcus y otros Adaptógenos: Procedimientos del 1er Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Hamburgo, 1980). Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1981, 95.
- 81) Shornikov A.P., Sokolov S.V. "La Influencia sobre Características Biorítmicas de algunos Sistemas Funcionales del Organismo". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus y otros Adaptógenos: Procedimientos del 1er Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Hamburgo, 1980). Vladivostok: Centro Científico del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1981, 63.
- 82) Sosnova T.L. "La Eficiencia de la Utilización de Eleutherococcus para Aumentar el Nivel de Diferenciación de Colores en Trabajadores de Brigadas de Locomotoras". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus: Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 258.
- 83) Trusov M.S. "La Influencia de Schizandra o: "Adaptación a la Oscuridad". Materiales para el Estudio de Ginseng y Schizandra, edición 3. Leningrado, 1958, 170.
- 84) Tuzov S.F. "Características Comparativas de la Acción de algunos Estimulantes del Sistema Nervioso Central en Capacidad de Trabajo Muscular". Estimulantes del Sistema Nervioso Central , edición 2. Tomsk, 1968, 156.
- 85) Voskresensky O.N., Devyatkina T.A., Gumenyuk N.A., Ustyanskaya T.I., Vazhnichayam YeM., Vovyrev V.N., Bassak L. Ye., Nidzelsky M.Ya. "El Efecto de Eleutherococcus y Ginseng en el Desarrollo de Patología de Radicales Libres". En: Nuevos Datos sobre Eleutherococcus: Procedimientos del 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus (Moscú, 1984). Vladivostok: Academia de Ciencias del Lejano Oriente de la URSS, 1986, 141.
- 86) Wacker A, Eilmes H.G. "Virusheilmung mit Eleutherococcus Fluid-Extract". Erfahrungsheildunde, 27(6), p. 346-351.
- 87) Wagner H., Hikino H., Farnsworth N.R. "Investigación Económica y Medicinal de Plantas". Londres: Prensa Académica, vol. 1, 1985.

- 88) Wanlstrom Mikael. "Adaptógenos - La Clave de la Naturaleza para el Bienestar". Goteborg: Skandinavisk Bok, 1987.
- 89) Williams, Moira. "Eleutherococcus Senticosus: Llenando el Hueco entre lo Alternativo y lo Ortodoxo". Boletín Internacional de Medicina Alternativa y Complementaria, Abril 1992.
- 90) Yaremenko K.V. "Adaptógenos como Recursos de Medicina Profiláctica, Tomsk, 1990, p. 94.
- 91) Yaremenko K.V., Pashinski V.G. "Preparaciones de Origen Natural como Remedio para Oncología Profiláctica". Nuevas Preparaciones Médicas de Plantas de Siberia y el Lejano Oriente. Tomsk, 1986, p. 171-172.
- 92) Yurgens I.L, Kirillov O.I. "La Influencia de Eleutherococcus en el Estrés". Resultados del Estudio de Eleutherococcus en la URSS: Tesis de los Reportes en la Sesión Anual del Departamento del Lejano Oriente de la Academia de Ciencias de la URSS, 1966, 39.
- 93) Zaikova M.V., Somova E.G., Salnik I.A. "La Influencia del Extracto de Eleutherococcus sobre las Funciones Visuales en Miopia Escolar". Sustancias Biologicamente Activas de Flora y Fauna del Lejano Oriente y el Oceano Pacifico. Vladivostok, 1971, 121.
- 94) Zykov M.P., Protasova S.F. Prospectos de Vacunación Inmunomodulada contra la Gripe Utilizando Eleutherococcus y otras medicinas de Origen Vegetal". Documento Presentado en el 2o Simposio Internacional sobre Eleutherococcus. Moscú, 1994. Centro de Investigación para Cáncer All-Union de la Academia de Ciencias Médicas de la URSS.

Su Asociado Independiente es:

