

## Ginkgo Biloba

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

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

El dolor y pesadez de piernas provocado por una deficiencia en el flujo circulatorio de las extremidades inferiores conocido como claudicación intermitente, que padecen muchas personas, sobre todo en la madurez y la vejez, pero que también se da en personas obesas, sedentarias o con trastornos de la circulación sanguínea. Puede resultar muy limitante y generar mucha desazón y malestar a quien lo padece. El Ginkgo se ha demostrado eficaz para aliviar sus síntomas y reducir las molestias cuando se toma en tratamientos prolongados y sistemáticos.

Las sensaciones de vértigo, mareos ocasionales y episodios de migraña, vinculados con una disminución del riego sanguíneo a nivel cerebral, pueden también ser combatidos con tratamientos a base de Ginkgo Biloba.

Trastornos venosos asociados a una circulación sanguínea deficiente, como las varices y las hemorroides, encuentran en estas hojas una solución fácil de preparar, ya sea por vía oral, o en forma de baños y friegas muy reconfortantes, pero los expertos aconsejan asociarlo a otras plantas que le superan en eficacia como el castaño de Indias, el meliloto o el rusco.

Se ha indicado para la prevención de tromboembolias, arteriosclerosis y derrames cerebrales, por tener efectos vasodilatadores y antioxidantes, que actúan sobre el mecanismo vascular. Puede constituir una gran ayuda para facilitar la recuperación a personas que han padecido este tipo de accidentes vasculares.

Puede ayudar a potenciar la memoria y la capacidad de concentración, un punto sobre el que ya no existe tanto consenso y que en algunos foros se considera falta de veracidad científica. Los extractos de esta planta pueden llegar a mejorar hasta en un 9% el riego sanguíneo a nivel cerebral, comparándose en eficacia con muchos medicamentos que tienen la misma finalidad. A juicio de los expertos se precisan tratamientos a largo plazo para que puedan llegar a apreciarse resultados significativos.

La percepción de timbres o sonidos en los oídos o tinnitus son también tratados con extractos de Ginkgo, sobre todo cuando este trastorno está relacionado con problemas vasculares. El Ginkgo aporta toda la fuerza de su efecto vasodilatador.

Se ha prescrito también para el tratamiento de procesos depresivos no profundos en personas mayores. Estos procesos pueden estar asociados en muchos casos a una insuficiencia cerebral y a una reducción de los receptores de serotonina –un neurotransmisor– en las células nerviosas del cerebro, por ello se considera que el

Ginkgo puede ayudar a combatir la depresión cuando existen alteraciones vinculadas al envejecimiento.

Otras indicaciones, como la pérdida de audición, la enfermedad de Raynaud, las retinopatías en pacientes diabéticos, la esclerosis múltiple, la fibrosis pulmonar intersticial, la apoplejía, el vitíligo, la reducción de los efectos de la quimioterapia, o el aumento del deseo sexual, no cuentan con estudios concluyentes, y algunos de los que se han llevado a cabo han mostrado resultados contradictorios.

## Componentes

La preparación estándar del extracto de la hoja del Ginkgo (EGb 761) contiene 2 componentes bioactivos principales, glucósidos flavonoides (24 %) y lactonas de terpeno (6 %), junto con el ácido ginkgólico tipo A, B y C, que se ha notado actúa como un alérgeno. Se ha reportado que el extracto de la hoja del Ginkgo tiene propiedades neuroprotectoras, anticancerígenas, cardioprotectoras; que mejora la tensión nerviosa y la memoria y efectos posibles en ciertos padecimientos geriátricos y desórdenes psiquiátricos.

Se ha sugerido que los mecanismos terapéuticos de acción del extracto de la hoja del Ginkgo se deben a su acción antioxidante, antiagregante plaquetario, antihipóxico, antiédemico, hemorreológico; así como una acción sobre la microcirculación, donde los flavonoides y los terpenoides pudieran actuar de manera complementaria.<sup>1</sup>

## Indicaciones terapéuticas

El extracto de Ginkgo biloba se utiliza en pacientes con insuficiencia circulatoria cerebral, cuando se detecta vértigo, acufenos, problemas de carácter y afectivos. También está indicado en secuelas de accidentes cerebrovasculares y traumatismos del encéfalo y cráneo; En trastornos vasculares periféricos como el síndrome de Raynaud; En disminución de la memoria y del estado de alerta y atención. No obstante, varios estudios científicos contradicen la eficacia del mismo en la prevención de la enfermedad de Alzheimer y la demencia, así como en la mejoría de la memoria; En el tratamiento de la isquemia cerebral y más recientemente en el tratamiento de la fibrosis pulmonar.

## Mecanismo de acción

El extracto de Ginkgo biloba, por su acción antioxidante neutraliza los radicales libres de oxígeno e hidroxilo que se ven aumentados en la isquemia de los tejidos. Las membranas vuelven a ser permeables para permitir a las neuronas cumplir con su acción de nutrimento, por lo que se favorece la captación de glucosa, se normaliza el consumo de oxígeno y se aumenta la síntesis de ATP. Se ha notado que el extracto de Ginkgo Biloba mejora la microcirculación cerebral.

Los ginkgólidos del tipo B, conocidos como BN 52021 poseen un gran efecto antagonista del receptor del Factor Activador de las Plaquetas, un glicerofosfólipido, lo que inhibe la agregación plaquetaria normalizando la viscosidad sanguínea y así evitar la formación de trombos en los lechos de la microcirculación. Esta acción benéfica se ha visto también en la isquemia renal y en riñones trasplantados para evitar la agregación plaquetaria