

*Terminalia arjuna*

# MIROBALANO



FICHA Nº 81

La corteza del Mirobalano se ha usado en la medicina india a base de hierbas durante más de 3.000 años, y siempre se valoró como remedio para el corazón. Se sabe que Vagbhata, un médico indio del s. VII fue uno de los primeros en recetarla. El mirobalano es un ejemplo de hierba cuyo uso tradicional ha sido confirmado por las investigaciones farmacológicas modernas.

## HÁBITAT Y CULTIVO

Se encuentra por toda la India subcontinental, desde Sri Lanka hasta el pie del Himalaya. Prospera en áreas pantanosas y a orillas de ríos. El árbol crece de semilla y la corteza se corta a fines del invierno.

## ESPECIES AFINES

Otras especies de *Terminalia* se usan como medicina. *T. belerica* y *T. chebula* son especies relacionadas y se cuentan entre las hierbas medicinales más usadas en la India.

## COMPONENTES

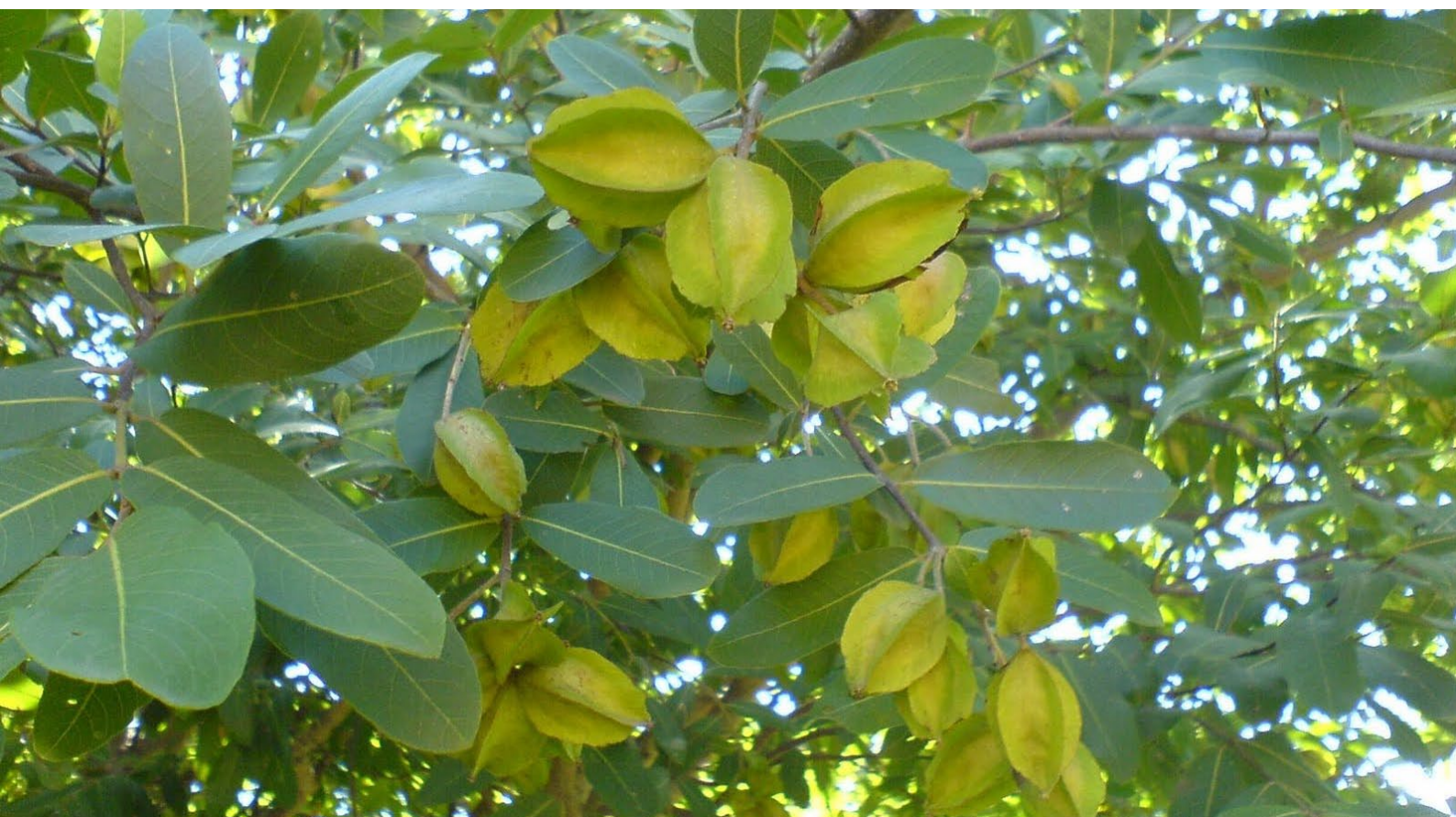
- \* Taninos
- \* Saponinos triterpenoides

## PARTES USADAS

La corteza tiene componentes que bajan la presión sanguínea y reducen los niveles de colesterol.



La corteza se usa en la India para tratar afecciones del corazón.



- \* Flavonoides
- \* Esteroles

## EFECTOS CLAVE

- \* Tónico cardíaco
- \* Baja la presión
- \* Reduce los niveles de colesterol

## INVESTIGACIÓN

\* **Tónico cardíaco:** en la India se ha venido investigando el mirobalano desde los años 30. Los resultados son conflictivos, algunos estudios indican que aumenta el ritmo cardíaco y la presión, y otros sugieren lo contrario. Parece que la hierba es mejor para tratar afecciones en que el flujo de sangre al corazón es pobre, por ejemplo isquemia miocárdica y angina. El mirobalano es también valioso para mantener un pulso normal.

\* **Colesterol:** en la India se demostró que el mirobalano reduce los niveles de colesterol en la sangre.

## USOS TRADICIONALES Y ACTUALES

\* **Remedio tradicional para el corazón:** en la medicina con hierbas de la India, el mirobalano se toma siempre como cardiotónico. Tiene una larga historia como tratamiento de fallo cardíaco y edema.

\* **Otros usos tradicionales:** en la medicina india tradicional, se extrae el jugo de hojas

de mirobalano como remedio popular para el dolor de oídos.

\* **Medicina ayurvédica:** los médicos ayurvédicos usan mirobalano para restablecer el equilibrio cuando cualquiera de los 3 humores, kapha, pitta o vata se presenta en exceso. Para tratar la diarrea y disenteria se da una decocción de la corteza. La corteza en polvo es parte del tratamiento ayurvédico para el asma. También se da en ayurveda para problemas de conducto biliar.

\* **Remedio cardíaco moderno:** es bueno para angina y mala circulación coronaria. También si el ritmo cardíaco es anormal. Al bajar los niveles de colesterol, reducir la presión arterial y mantener una función cardíaca normal, el mirobalano mejora la circulación y reduce el riesgo de desarrollar serios problemas del corazón.

## PREPARACIONES Y USOS

Precaución: tome sólo bajo vigilancia profesional.

Decocción (izquierda): los naturistas la usan para tratar la mala circulación al corazón.

Tintura (derecha): es un excelente cardiotónico. Los naturistas la recetan para tratar la angina.



Polvo: es un remedio ayurvédico tradicional, recetado para el asma.

