



COMPLEMENTOS NUTRICIONALES

VITEX AGNUS CASTUS



En este ebook sobre el **Vitex Agnus Castus** a desgranar los siguientes conceptos:

¿Qué es el Vitex Agnus Castus?

Componentes del Vitex Agnus Castus

Beneficios del Vitex Agnus Castus

Dosis de Vitex Agnus Castus

Contraindicaciones del Vitex Agnus Castus

Exclusión de responsabilidades

Hivital Labs, SL entrega información científica relacionada con aspectos relevantes en salud pública acerca de factores dietéticos, ingredientes alimenticios y suplementos nutricionales para el público en general. Esta información se entrega con el entendimiento y aceptación por parte de los lectores que ni Hivital Labs, SL ni la imprenta están entregando consejos de naturaleza médica, psicológica o nutricional.

La información no debe ser usada para reemplazar la consulta con profesionales de las áreas de cuidado de salud o de nutrición.

La información entregada en relación a factores y suplementos dietéticos, contenida en estas publicaciones y en nuestro sitio Web, www.hivital.com, no cubre todos los usos, acciones, precauciones, efectos secundarios, e interacciones posibles. No debe ser considerado como consejo nutricional o médico para resolver problemas individuales.

Hivital Labs, SL no asume ninguna responsabilidad legal por las acciones individuales u omisiones que se derivan del uso de esta información.

¿Qué es el Vitex Agnus Castus?

El Vitex Agnus Castus, también conocido como el árbol casto o **Sauzgatillo**, es una especie originaria de la región mediterránea. Por lo general, crece en las orillas de los ríos y puede alcanzar alturas de hasta cinco metros. Sus ramas son flexibles y sus hojas, alargadas y pilosas en el reverso, pueden tener hasta siete hojuelas. Sus flores, de color azul-violeta, son pequeñas y aromáticas.

Este árbol ha ganado popularidad a lo largo de la historia debido a sus propiedades medicinales. En la época medieval, se utilizaba como un anafrodisíaco por los monjes, quienes lo consumían para ayudarles a mantener su celibato. De hecho, sus bayas son conocidas como "la pimienta de los monjes". Sin embargo, es importante destacar que esta característica solo parece afectar a los hombres, ya que en las mujeres ocurre lo contrario.

En la actualidad, el Vitex Agnus Castus es ampliamente utilizado en la medicina natural, especialmente en Fitoterapia, para tratar distintos tipos de afecciones. Se ha destacado por su eficacia en el alivio de síntomas asociados con problemas ginecológicos en las mujeres. Es particularmente valorado por su capacidad para corregir trastornos hormonales a largo plazo de manera natural.

El mecanismo de acción del Vitex Agnus Castus radica en su capacidad para influir en la actividad hormonal, específicamente en la regulación de los niveles de Prolactina y Progesterona. Esto lo convierte en una opción atractiva para aquellas personas que prefieren abordar sus problemas de salud de manera más holística y natural.

Sin embargo, como con cualquier tratamiento herbáceo, es importante buscar orientación profesional antes de comenzar a usarlo, especialmente si se están tomando otros medicamentos o si se tienen problemas de salud subyacentes.

Componentes del Vitex Agnus Castus

Entre los principios activos presentes en el Vitex Agnus Castus, destacan una variedad de compuestos con propiedades medicinales:

- Glucósidos iridoideos como el Agnúsido, la Aucibina y la Vixtina, que contribuyen a sus efectos terapéuticos.
- Flavonoides, tales como la Isovitexina, la Casticina y la Penduletina.
- Terpenoides como el Rotundifaro.
- Alcaloides, taninos y sales minerales.

Además, esta especie contiene aceites esenciales que incluyen el Cineol, el Alfaterpineol, el Pineno, el Canfeno, el Cadineno, entre otros. Todos estos compuestos se combinan para ofrecer una amplia gama de beneficios para la salud.

Estos compuestos actúan sobre la glándula pituitaria, lo que resulta en efectos sobre los niveles hormonales, lo cual es fundamental para muchos de los beneficios que se atribuyen a esta planta. Estudios sugieren que los extractos de la fruta pueden interactuar con los receptores de opiatos, lo que podría explicar su capacidad para aliviar algunos síntomas premenstruales.

Beneficios del Vitex Agnus Castus

El uso del Vitex Agnus Castus por parte de las mujeres tiene una historia que se remonta a más de dos milenios atrás.

Tradicionalmente, esta planta ha sido ampliamente utilizada en Europa para regular el sistema reproductor femenino.

Gracias a la arraigada cultura naturista y el uso de plantas medicinales en Alemania y otros países de Europa, el Vitex Agnus Castus ha mantenido su popularidad a lo largo del tiempo y se ha convertido en una de las especies más utilizadas en el tratamiento de desequilibrios hormonales, quistes fibroides del útero, endometriosis y en la regulación de dificultades menstruales.

A continuación, detallamos algunos de sus usos más frecuentes en el ámbito de la salud:

1. Regulador hormonal femenino

Ayuda a estabilizar la producción de Progesterona y Estrógenos. Actúa específicamente sobre la glándula pituitaria para aumentar la producción de la hormona Luteinizante, lo que a su vez incrementa la producción de Progesterona y ayuda a regular el ciclo menstrual de la mujer.

2. Control de la secreción de Prolactina

Al regular la secreción de Prolactina, el Vitex Agnus Castus puede beneficiar en el tratamiento de la Amenorrea, que implica la falta temporal de menstruación.

3. Incremento de la fertilidad

La regulación hormonal que proporciona esta planta puede contribuir a mejorar la fertilidad en las mujeres.

4. Alivio del síndrome premenstrual

Ayuda a mitigar los síntomas como la hinchazón, hipersensibilidad mamaria, cambios de humor, migraña y acné, que suelen acompañar al síndrome premenstrual.

5. Suavización de síntomas de la Menopausia

Puede reducir la sequedad vaginal, los sofocos y los estados de abatimiento asociados con la Menopausia.

6. Mejora de los síntomas de la Endometriosis

Al regular los desequilibrios hormonales, puede contribuir a aliviar los dolores menstruales y otros síntomas asociados con la Endometriosis, como las menstruaciones irregulares.

7. Propiedades antiespasmódicas

El Vitex Agnus Castus también posee propiedades antiespasmódicas, lo que lo hace útil para aliviar trastornos neurovegetativos que se manifiestan en ansiedad, palpitaciones y espasmos.

Además, se ha sugerido que puede ayudar en el tratamiento a largo plazo para eliminar los ovarios poliquísticos.

Es importante destacar que, si bien el Vitex Agnus Castus ofrece una serie de beneficios para la salud femenina, es fundamental buscar la orientación de un profesional de la salud antes de iniciar cualquier tratamiento, especialmente si se están tomando otros medicamentos o si se tienen problemas de salud subyacentes.

Dosis de Vitex Agnus Castus

El Vitex Agnus Castus puede ser consumido de diversas formas, incluyendo infusiones, líquidos, comprimidos y cápsulas, lo que ofrece flexibilidad y comodidad para su ingesta.

El formato en cápsulas o comprimidos son los más populares debido a su conveniencia. Se sugiere tomarlas durante al menos cuatro meses para obtener resultados óptimos. Después de este período, es recomendable hacer un descanso y luego repetir el ciclo, ya que se ha observado que los beneficios de la planta pueden persistir durante algún tiempo incluso después de suspender su consumo.

Es fundamental seguir las indicaciones de dosis sugeridas por un profesional de la salud para garantizar la seguridad y eficacia del tratamiento.

En cuanto a la duración del tratamiento, es importante mantener la continuidad según lo indicado por el médico, dependiendo del tipo de problema diagnosticado y la respuesta individual al tratamiento.

En algunos casos, los resultados pueden ser permanentes después de un período de consumo continuado, incluso si se suspende el uso del Vitex Agnus Castus. Sin embargo, es crucial seguir las recomendaciones médicas para obtener los mejores resultados y evitar posibles efectos secundarios o complicaciones.

Contraindicaciones del Vitex Agnus Castus

El consumo de Vitex Agnus Castus está contraindicado en los siguientes casos:

- Mujeres que estén bajo tratamiento hormonal como pastillas anticonceptivas o medicamentos para contrarrestar los síntomas de la Menopausia.
- Durante el embarazo por su efecto hormonal sobre la Progesterona.
- En los periodos de lactancia.
- Bajo tratamiento con Progesterona o de estimulación ovárica debido a que puede potenciar los efectos de ambas.
- Hipersensibilidad o alergia a los frutos del Vitex Agnus Castus.
- En caso de tratamiento con antagonistas de los receptores de Dopamina para que estos no interfieran en su uso.
- Aquellas personas con problemas gástricos, es mejor dividir la toma, y tomarlo con el estómago lleno.

Exclusión de responsabilidades

Hivital Labs, SL entrega información científica relacionada con aspectos relevantes en salud pública acerca de factores dietéticos, ingredientes alimenticios y suplementos nutricionales para el público en general. Esta información se entrega con el entendimiento y aceptación por parte de los lectores que ni Hivital Labs, SL ni la imprenta están entregando consejos de naturaleza médica, psicológica o nutricional.

La información no debe ser usada para reemplazar la consulta con profesionales de las áreas de cuidado de salud o de nutrición.

La información entregada en relación a factores y suplementos dietéticos, contenida en estas publicaciones y en nuestro sitio Web, www.hivital.com, no cubre todos los usos, acciones, precauciones, efectos secundarios, e interacciones posibles. No debe ser considerado como consejo nutricional o médico para resolver problemas individuales.

Hivital Labs, SL no asume ninguna responsabilidad legal por las acciones individuales u omisiones que se derivan del uso de esta información.



HIVITAL FOODS

Tel: (+34) 935 069 225

Whatsapp: (+34) 608 506 679

Email: hi@hivital.com