



La Maca, la science, ses bienfaits, son action, ses usages

- Dr. Gloria Chacón de popovici redécouvreur du *Lepidium Meyenii* Walpers identifie les principes actifs de la maca : les macamides et les glucosinolates, ce sont ces principes actifs qui agissent avec une action stimulante sur l'hypophyse et sur l'hypothalamus de façon que ces derniers relâchent les hormones nécessaires ce qui permet de retrouver un bon équilibre hormonal. Selon le Dr. Gloria Chacón l'extrait de maca agit positivement non seulement sur les organes sexuels mais aussi sur le système endocrinien entier et normalise par conséquent le niveau hormonal chez l'homme et chez la femme.

(Dr Gloria Chacón : Maca planta milenaria del perù con propiedades altamente nutricional y medicinal, Lima)

- Dr Jorge Aguilar Calderón, doyen de la faculté de Médecine Humaine à l'Université « Federico Villarreal » de Lima, résume ses recherches avec les patients pendant des longues années en donnant des exemples de certaines maladies qui ont été combattues avec succès à travers une thérapie à base d'extrait de maca :

- rythme veille-sommeil,
- mémoire et la concentration,
- libido hommes et femmes
- règles douloureuses, la fécondité, la fertilité, les dysfonctionnements érectiles, bouffées de chaleur,
- fatigue Chronique, Le stress

tous ces désagréments ont été traités avec l'extrait de maca avec succès.

(Dr Jorge Aguilar Calderón dans l'article publié dans « Physicians Note »)

- Des chercheurs italiens de l'Université de Pharmacie de Ferrara, sous la direction du Professeur Stefano Manfredini et du Dr Angela Angusti, se sont occupés amplement de l'étude des substances contenues dans l'extrait de maca et leur effets sur le corps humains. « Maca peut aider à retarder le procès de vieillissement du corps grâce à son contenu en principes actifs (glucisinolates) qui ont une action anti-oxydante et grâce à la variété de ses composants en vitamines, flavonoides, acides gras, phosphore, manganèse, cuivre, zinc qui favorise le maintien de l'activité corporelle. »



- Vers la fin du XXe siècle, des savants américains et internationaux ont étudié intensément les effets de maca sur le corps humain, selon Dr Hank Oswald, la maca renforce significativement les défenses immunitaires des cellules, les éléments responsables de cela sont probablement les minéraux et les micro-éléments qui soutiennent le Thymus.

La maca a un effet qui rétablit les hormones et elle est fameuse parce qu'elle apaise les symptômes désagréables du syndrome prémenstruel, ainsi que les troubles de la ménopause et les autres états liés aux hormones chez la femme car maca a une action sur la thyroïde et les gonadiques.

La Maca soutient en outre la puissance sexuelle chez les hommes. (Citation du Dr Hank Oswald dans *fühle dich stärker und gesünder*)

- Le savant Gustavo Gonzales de l'Université péruvienne Cayetano Heredia est le premier savant qui a étudié l'efficacité de l'extrait de maca sur l'homme. Il a administré la maca pendant 3 mois sur 9 hommes volontaires. Il a constaté une augmentation de l'énergie de 180 - 200% et le double de la production de sperme. L'utilisation de l'extrait de maca procure déjà après 2 semaines une activité sexuelle croissante, selon Gonzales. Cette étude a aussi indiqué que la maca baisse la pression sanguine et n'a aucune répercussion négative sur le cœur. (*Asian Journal of Andrology*)

ETHNOBOTANIQUE – Les usages mondiaux de la MACA

Le Canada utilise l'extrait sec de Maca pour le bien-être spécifique des femmes (bouffées de chaleur, céphalées, problèmes liés au cycle féminin et la densification osseuse)

Le Japon utilise l'extrait de Maca pour l'énergie, l'endurance, la concentration, la mémoire.

Les U.S.A. l'utilisent comme aphrodisiaque, contre les dysfonctionnements sexuels, l'impuissance et pour la libido.

La NASA utilise l'extrait de Maca pour les astronautes pour étudier la qualité, la mobilité et la quantité du sperme dont l'appauvrissement est lié à l'altitude.

Le personnel d'une Compagnie aérienne américaine utilise l'extrait de Maca pour remédier au décalage horaire et rééquilibrer le rythme veille sommeil.

L'Allemagne utilise l'extrait de Maca dans des centres de cure pour la fatigue-chronique avec 80% de succès.

Tiré de « forum.doctissimo.fr »

MacaPUNCH.ch

