

A close-up photograph of two dark purple mushrooms with white speckles growing on a mossy forest floor. The mushrooms are the central focus, with a soft, out-of-focus background of green foliage and brown tree trunks. A semi-transparent green rectangular box is overlaid on the lower half of the image, containing white text.

SEGUIMIENTO MARZO 2023
HIFAS DA TERRA

RÍOS & TOTH

7 DE MARZO – NS NUTRA SALUD
IMPRESO


COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS, INGREDIENTES FUNCIONALES Y TECNOLOGÍA

infoedita

NS NutraSalud

www.nutrasalud.es

INFORMA 2023



Entrevistas

Ramon Llunell,
director de I&D&D

Daniel Ramón,
ADM

REPORTAJES Y ARTÍCULOS

Probióticos y fermentos para una correcta salud digestiva


Picobióticos para el bienestar emocional

Salud digital

Microbiota y rendimiento deportivo


La era de las Fake News

INNOVACIÓN EN NUTRICIÓN



ProbioMood®


The innovative probiotic strain for mood improvement and mental well-being



SCIENTIFIC EVIDENCE

PROBIOTICS WITH SCIENTIFIC EVIDENCE FOR EFFECTIVE FORMULATIONS

- Clinically researched probiotic strain
- Mental well-being
- Lactose, gluten and GMO free
- Vegan and Kosher certified
- Stable at room temperature



nutris
WE CARE ABOUT YOU

C/ Marzo 56
28022
Spain

www.nutris.es
+34 910 335 627
info@nutris.es

Cordyceps: el hongo medicinal tras la masacre de The Last Of Us

La popular serie The Last of Us lo presenta como un hongo tóxico envenena a la sociedad y ocasiona una masacre zombie. Pero nada más lejos de la realidad. El Cordyceps es un hongo medicinal, tradicionalmente utilizado en la cultura asiática, con potentes beneficios para la salud, pues aporta energía y vitalidad.

El Cordyceps es un conocido hongo medicinal rico en biomoléculas activas naturales como beta-glucanos, ergosterol o provitamina D, aminoácidos esenciales, ácido linoleico y linolénico y vitaminas y minerales. Destaca su alto contenido en cordicepina y, junto al ácido cordicéptico y la adenosina que contiene el Cordyceps, lo convierten en un cóctel energizante único con alto valor terapéutico y de gran interés en investigación científico.

En oriente se le conoce como 'la viagra tibetana', debido a su potencial en ámbitos como la fertilidad y la libido, tanto en hombres como en mujeres. De ahí que también se emplee en la medicina tradicional asiática como vigorizante sexual y potencial reproductivo.

Hifas da Terra, la biotech gallega líder en el estudio de los beneficios los hongos medicinales, conoce los beneficios que el Cordyceps tiene para la salud, y lo incluye en multitud de sus suplementos alimenticios.

Los amplios usos tradicionales de este hongo medicinal han llevado a la ciencia en general y al equipo de I+D de la compañía a estudiarlo intensamente en las distintas áreas:

- Sistema músculo-esquelético: fatiga y cansancio en la artrosis y en el deporte, así como desarrollo muscular.
- Salud reproductiva-sexual: libido, potencia y hormonas sexuales (también vinculadas al sistema endocrino).
- Sistema metabólico-endocrino: regulación hormonal.
- Inmunología y sistema respiratorio (función pulmonar).

Relacionado con sus propiedades energizantes, la tradición popular lo ha utilizado como ayuda en casos de fatiga, oxigenación, desarrollo muscular, fertilidad, falta de libido, impotencia y como potente antiviral.

Desde hace años los estudios científicos han constatado sus múltiples beneficios. No es un hongo común que se puede consumir como el boletus o el shiitake. Se consume como la cola de pavo, fundamentalmente como extracto concentrado (Mico-Cord de Hifas da Terra), en polvo (Cordy-Sin Sport de Hifas da Terra) o deshidratado y molido pues tiene una consistencia muy dura.

7 DE MARZO – NS NUTRA SALUD
IMPRESO

COMPLEMENTOS ALIMENTICIOS, INGREDIENTES FUNCIONALES Y TECNOLOGÍA


17 de marzo 2022

infoedita

NS NutraSalud

www.nutrasalud.es

PHARMA 2022



Entrevista


Ramon Llunell,
director de PHARMA

Daniel Ramón,
ADM

PERFILES Y ARTÍCULOS:


- Probióticos y flavonoides para una correcta salud digestiva
- Psicobióticos para el bienestar emocional
- Salud digital
- Microbiota y rendimiento deportivo
- La era de las Fats Ninas

INNOVACIÓN EN NUTRICIÓN




ProbioMood®

The innovative probiotic strain for mood improvement and mental well-being.




SCIENTIFIC EVIDENCE



PROBIOTICS WITH SCIENTIFIC EVIDENCE FOR EFFECTIVE FORMULATIONS

- Clinically researched probiotic strain
- Mental well-being
- Lactose, gluten and GMO free
- Vegan and kosher certified
- Stable at room temperature



nutris
NUTRITION

C/ Merzo 58
28022
Spain

www.nutris.es
+34 910 325 627
info@nutris.es

Deportiva

Nutrición y otros productos para el deporte

AUMENTAR LA ACTIVIDAD METABÓLICA Y EL FOSFÁGENO



HelCore Drink de Vitobest es un producto desarrollado para ayudar y aumentar la actividad metabólica con una potente acción termogénica que proporciona una ayuda en la quema de calorías extra durante el ejercicio y la actividad diaria.

Por su parte, Clonapure es la combinación perfecta de creatina monohidrato + fosfo-creatina + fosfato para mantener el sistema de fosfágeno muscular funcionando durante más tiempo. El sistema de fosfágeno muscular o fosfo-creatina es la vía energética que más se utiliza en deportes de fuerza y en movimientos explosivos.

www.vitobest.com



HONGO MEDICINAL DEL TIBET CON PROPIEDADES ENERGÉTICAS

Condy-Sin Sport, de la compañía gallega **Hijas da Terra**, es un complemento alimenticio ecológico que ayuda a mejorar el rendimiento en los entrenamientos. Contiene vitamina B12 que ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga. Además, cuenta con las propiedades del hongo medicinal Cordyceps, una especie de uso común en las culturas orientales por sus propiedades energéticas e, incluso, tonificantes. Su aporte energético hace que también se conozca como la vagra tibetana. A nivel científico se ha demostrado que contiene ergosterol, cordicepina, mantol y adenosina, sustancias relevantes a nivel energético. Cordyceps puro es un hongo medicinal rico en sustancias bioactivas, conocido como el hongo de la energía, que crece de forma salvaje en el Tíbet.



hijasdaterra.com

COMPLEMENTO PARA MANTENER HUESOS FUERTES



Select, de **Ei-ralabs**, es un complemento alimenticio con sabor a mango para prevenir el envejecimiento articular y óseo para mantener huesos y articulaciones fuertes y sanos, con fibra prebiótica que ayuda a reequilibrar la proporción de Lactobacillus y Bifidobacteria de la flora, reduciendo la inflamación y el estrés oxidativo, que son perjudiciales para la salud. Modo de empleo: 5ml/10 g (1 cachito dosificador) al día en agua o zumo, hasta su completa disolución y tomar inmediatamente.

www.eiralabs.com

TERAPIA ENZIMÁTICA PARA DEPORTE

La presencia de síntomas gastrointestinales en deportistas oscila entre el 25 y el 70 %, aunque suele ser un síntoma que no se le ha dado importancia. En muchos casos las dietas de deportistas son altas en proteínas y de difícil digestión, por lo que con un aporte de enzimas permite una mejor absorción de nutrientes y recuperación después del ejercicio. Cabe señalar que, mejorando la digestión, podemos aumentar los niveles de energía disponible, lo que ayuda al rendimiento durante el entrenamiento o la competición. En estudios recientes las enzimas demuestran eficacia en la reducción de la inflamación en el cuerpo, importante para los deportistas que sufren lesiones frecuentes y para la recuperación después de ejercicio. **NPro ENZIMdigest** está formulado con enzimas de procedencia vegetal y fermentativa que favorecen la correcta asimilación de carbohidratos, grasas y proteínas. Contiene betaina HCl natural, que promueve un pH funcional del estómago, indispensable para la absorción de vitaminas, minerales y proteínas.



npro.com

8 DE MARZO – EL GLOBAL

<https://elglobal.es/mas/autocuidado/cordyceps-el-hongo-que-genera-el-caos-de-la-serie-the-last-of-us-tambien-tiene-propiedades-beneficiosas-para-la-salud/>

jueves, 9 marzo 2023

Acceso / Registro

Política de Privacidad



HOME

POLÍTICA ▾

FARMACIA ▾

INDUSTRIA ▾

OPINION ▾

HEMEROTECA ▾

MÁS ▾



ELGLOBAL

El medio del medicamento y la farmacia



MÁS AUTOCUIDADO

Cordyceps: el hongo que genera el caos de la serie 'The last of us' también tiene propiedades beneficiosas para la salud

Es conocido en la medicina tradicional asiática por ser un vigorizante natural y ayudar al sistema esquelético

Por **Marcos Gómez** - 8 marzo 2023



#AnuarioSanidad2022

'The last of us' se ha convertido en un fenómeno mundial, basada en el famoso videojuego, se trata de una de las ficciones más esperadas y que, en pocas semanas, se ha posicionado como una de las más vistas.

La premisa que le ha hecho triunfar es sencilla: **un hongo tóxico envenena a la sociedad y ocasiona una masacre zombie**. Pero nada más lejos de la realidad. El hongo en cuestión es **Cordyceps**, un hongo medicinal que abarca más de 400 especies descritas y que ha sido tradicionalmente utilizado en la cultura asiática, con demostrados beneficios para la salud, aportando a quien lo consume energía y vitalidad.

Hifas da Terra, la biotech gallega líder en el estudio de los beneficios los hongos medicinales, ha informado sobre los beneficios que el **Cordyceps** tiene para la salud, y lo incluye en multitud de sus suplementos alimenticios.

El **Cordyceps** es rico en biomoléculas activas naturales como **beta-glucanos, ergosterol o provitamina D, aminoácidos esenciales, ácido linoleico y linolénico y vitaminas y minerales**. Destaca su alto contenido en cordicepina y, junto al ácido cordicéptico y la adenosina que contiene el **Cordyceps**, lo convierten en un cóctel energizante único con alto valor terapéutico y de gran interés en investigación científico.

Beneficios

Este hongo, letal para algunas especies de insectos como la hormiga (a la cual puede parasitar, controlando su sistema nervioso y reemplazando sus tejidos para así desarrollarse), puede **beneficiar al ser humano y a su sistema esquelético**, reduciendo la fatiga, el cansancio por artrosis y ayudar al desarrollo muscular. También potencia el **libido** y las hormonas sexuales vinculadas al sistema endocrino, del cual también puede mejorar su regulación.

Muchos lo llaman 'la viagra tibetana', debido a su potencial en ámbitos como la fertilidad y la libido, tanto en hombres como en mujeres. De ahí que también se emplee en la medicina tradicional asiática como un importante vigorizante sexual y potenciador reproductivo. Se consume como la **Cola de pavo**, fundamentalmente como extracto concentrado (**Mico-Cord de Hifas da Terra**), en polvo (**Cordy-Sin Sport de Hifas da Terra**) o deshidratado y molido, ya que en su forma natural tiene una consistencia muy dura.

Estudios japoneses del años 1986 descubrieron un factor (**FTX-20**), presente en el cordyceps, al que se le atribuyen propiedades para evitar el rechazo de **órganos trasplantados e injertos de piel**.

Según Hifas puede incluso ser beneficioso para la inmunología y el sistema respiratorio, ayudando a la función pulmonar.

11 DE MARZO – COSMOPOLITAN

<https://www.cosmopolitan.com/es/consejos-planes/familia-amigos/a43113585/microbiota-depresion-relacion/>

COSMOPOLITAN



Moda

Belleza

Celebs

Life & Work

Love

Suscri   ES[Life & Work / Life](#)

La curiosa relación entre microbiota y depresión

Recientes estudios relacionan una similar composición de la microbiota en pacientes con depresión. Ahora, más que nunca, somos lo que comemos.

POR [AMELIA LARRAÑAGA](#) 11/03/2023

- ♦ [Microbiota: qué es y cómo cuidarla](#)
- ♦ [¿Dolor de tripa? ¿cansancio? La mala alimentación afecta gravemente a tu salud](#)
- ♦ [Depresión: te contamos los síntomas y cómo combatirla](#)

La microbiota, al microscopio

Históricamente, la ciencia siempre se apoyó en la importancia de las células, "pero cada vez se habla más del microbioma y de los hongos que lo habitan", explica Catalina Fernández de Ana, bióloga, Doctora en Medicina Oncológica y CEO de **Hifas da Terra**. "Ahora es cuando se empieza a conocer todo lo que tenemos ahí dentro. Uno de los grandes secretos de la salud está en la interacción y la manera en la que alimentemos a todas las bacterias que trabajan en ese ecosistema que es el microbioma [es nuestra verdadera huella de identidad, las especies -con nombre y apellido- que pueblan el intestino]", relata la bióloga.



2173 Me gusta
sergio.espinar

MICROBIOTA Y DEPRESION

En los últimos años se ha puesto el foco en la relación entre nuestra microbiota y diferentes patologías como resistencia a la insulina, sobrepeso o estrés

Recientes estudios han relacionado una microbiota dañada con mayor riesgo de depresión.

Uno de los estudios más populares fue el publicado en la revista Nature en 2016. En dicho estudio se encontró que los ratones con depresión tenían una microbiota distinta a la de aquellos sin trastornos mentales. Además, el trasplante de microbiota de ratones con depresión a ratones sanos tuvo un efecto depresivo en estos últimos, mientras que el trasplante de microbiota de ratones sanos a ratones con depresión tuvo un efecto antidepresivo.

Esto, sumado a otros estudios en los que se observaba que la suplementación con probióticos en personas con trastornos depresivos mostraban un efecto positivo en la sintomatología, ha hecho que muchos den un protagonismo a la microbiota

La realidad es que a día de hoy la mayoría de evidencia que tenemos es en ratones y no en humanos, por lo que es pronto para sacar conclusiones.

Por si esto no fuese poco, tenemos que tener en cuenta que puede darse una causalidad inversa, o lo que es lo mismo, la microbiota alterada no causa depresión, si no la depresión (y la alta producción de cortisol por la ansiedad) pueden afectar negativamente a la microbiota, de ahí que obtengamos estos resultados

Por ahora, es pronto para sacar conclusiones respecto al tema y mientras tanto, asegura de cuidar a tu microbiota metiendo vegetales y moviéndote, ya que son los 2 factores que mayor peso tienen en ella

¡Abrazaco!

- Cupón descuento en Lifepro: SergioEspinar
- Asesoramiento personal: sergio@sergioespinar.com
- Mi plataforma para la mujer: @womanlift

Ver 38 comentarios

Añade un comentario...

11 DE MARZO – MSN

<https://www.msn.com/es-co/salud/noticias-medicas/microbiota-y-depresi%C3%B3n-est%C3%A1n-relacionadas/ar-AA18u2YC?ocid=Peregrine>



COSMO Cosmopolitan + Seguir Ver perfil

Microbiota y depresión: ¿están relacionadas?

Historia de Por Amelia Larrañaga • sábado 👍 👤 💬 comentarios



Microbiota y depresión: ¿están relacionadas?
© 35007GETTY IMAGES



La microbiota, al microscopio

Históricamente, la ciencia siempre se apoyó en la importancia de las células, "pero cada vez se habla más del microbioma y de los hongos que lo habitan", explica Catalina Fernández de Ana, bióloga, Doctora en Medicina Oncológica y CEO de [Hifas da Terra](#). "Ahora es cuando se empieza a conocer todo lo que tenemos ahí dentro. Uno de los grandes secretos de la salud está en la interacción y la manera en la que alimentemos a todas las bacterias que trabajan en ese ecosistema que es el microbioma [es nuestra verdadera huella de identidad, las especies -con nombre y apellido- que pueblan el intestino]", relata la bióloga.

sergio.espinar
190k seguidores

Ver perfil

¿INFLUYE LA
MICROBIOTA
EN MI ÁNIMO?

SERGIO & ESPINAR

DESPIZA

Ver más en Instagram

2173 Me gusta

sergio.espinar

MICROBIOTA Y DEPRESION

En los últimos años se ha puesto el foco en la relación entre nuestra microbiota y diferentes patologías como resistencia a la insulina, sobrepeso o estrés

Recientes estudios han relacionado una microbiota dañada con mayor riesgo de depresión.

Uno de los estudios más populares fue el publicado en la revista Nature en 2016. En dicho estudio se encontró que los ratones con depresión tenían una microbiota distinta a la de aquellos sin trastornos mentales. Además, el trasplante de microbiota de ratones con depresión a ratones sanos tuvo un efecto depresivo en estos últimos, mientras que el trasplante de microbiota de ratones sanos a ratones con depresión tuvo un efecto antidepresivo.

Esto, sumado a otros estudios en los que se observaba que la suplementación con probióticos en personas con trastornos depresivos mostraban un efecto positivo en la sintomatología, ha hecho que muchos den un protagonismo a la microbiota

La realidad es que a día de hoy la mayoría de evidencia que tenemos es en ratones y no en humanos, por lo que es pronto para sacar conclusiones.

Por si esto no fuese poco, tenemos que tener en cuenta que puede darse una causalidad inversa, o lo que es lo mismo, la microbiota alterada no causa depresión, si no la depresión (y la alta producción de cortisol por la ansiedad) pueden afectar negativamente a la microbiota, de ahí que obtengamos estos resultados

Por ahora, es pronto para sacar conclusiones respecto al tema y mientras tanto, asegure de cuidar a tu microbiota metiendo vegetales y moviéndote, ya que son los 2 factores que mayor peso tienen en ella

¡Abrazaco!

- Cupón descuento en LifePro: SergioEspinar
- Asesoramiento personal: sergio@sergioespinar.com
- Mi plataforma para la mujer: @womanlift

Ver 38 comentarios

Añade un comentario...

20 DE MARZO – EL GLOBAL
IMPRESO



Cordyceps: el hongo que genera el caos en 'The last of us' también tiene propiedades beneficiosas

MARCOS GÓMEZ
Madrid

'The last of us' se ha convertido en un fenómeno mundial, basada en el famoso videojuego, se trata de una de las ficciones más esperadas y que, en pocas semanas, se ha posicionado como una de las más vistas.

La premisa que le ha hecho triunfar es sencilla: un hongo tóxico envenena a la sociedad y ocasiona una masacre zombie. Pero nada más lejos de la realidad. El hongo en cuestión es Cordyceps, un hongo medicinal que abarca más de 400 especies descritas y que ha sido tradicionalmente utilizado en la cultura asiática, con demostrados beneficios para la sa-

lud, aportando a quien lo consume energía y vitalidad.

Hifas da Terra, la biotecnológica gallega líder en el estudio de los beneficios de los hongos medicinales, ha informado sobre los beneficios que el Cordyceps tiene para la salud. De hecho, lo incluye en multitud de sus suplementos alimenticios.

El Cordyceps es rico en biomoléculas activas naturales como beta-glucanos, ergosterol o provitamina D, aminoácidos esenciales, ácido linoleico y linolénico y vitaminas y minerales. Destaca su alto contenido en cordicepina y, junto al ácido cordicéptico y la adenosina que contiene el Cordyceps, lo convierten en un cóctel energizante único con alto valor tera-



péutico y de gran interés en investigación científica.

Beneficios de Cordyceps

Este hongo, letal para algunas especies de insectos como la hormiga (a la cual puede parasitar, controlando su sistema nervioso y reemplazando sus tejidos para así desarrollarse), puede beneficiar al ser humano y a su sistema esquelético, reduciendo la fatiga, el cansancio por artrosis y ayudar al desarrollo muscular. También potencia la libido y las hormonas sexuales

vinculadas al sistema endocrino, del cual también puede mejorar su regulación.

Muchos lo llaman 'la viagra tibetana', debido a su potencial en ámbitos como la fertilidad y la libido, tanto en hombres como en mujeres. De ahí que también se emplee en la medicina tradicional asiática como un importante vigorizante sexual y potenciador reproductivo. Se consume como el hongo cola de pavo, fundamentalmente como extracto concentrado (Mico-Cord de **Hifas da Terra**), en polvo (Cordy-Sin Sport de **Hifas da Terra**) o deshidratado y molido, ya que en su forma natural tiene una consistencia muy dura.

Estudios japoneses del año 1986 descubrieron un factor (FTX-20) presente en el cordyceps, al que se le atribuyen propiedades para evitar el rechazo de órganos trasplantados e injertos de piel.

Según **Hifas da Terra**, puede incluso ser beneficioso para la inmunología y el sistema respiratorio, ayudando a la función pulmonar.