

¿Desintoxicar el hígado es un mito? El Cardo Mariano o *Syllibum marianum* te da la respuesta!

escrito por Ricardo Campuzano | 5 de enero de 2023



En este artículo te presentaré un metaanálisis acerca del cardo Mariano publicado en el Journal of Evidence-Based Integrative Medicine, además podrás ver mis videos publicados en Tiktok sobre esta maravillosa planta mejor conocida como *Syllibum Marianum*.



CARDO MARIANO

INTRODUCCIÓN Y METAANÁLISIS SOBRE EL CARDO MARIANO

Se ha dicho tanto del cardo mariano, que sobran los estudios y artículos que hablan de sus bondades.

Para no escribir “un artículo más sobre el cardo mariano”, me voy a limitar a compartir el abstract de un metaanálisis (el mas alto nivel de evidencia científica) publicado en pubmed del Journal of Evidence-Based Integrative Medicine:

¿BUSCANDO
UN DETOX?

Plan
Premium

Para el cuidado
de tu hígado

Conoce el plan >>

[DESINTOXICA TU HIGADO AHORA](#)

El *Silybum marianum* es una planta medicinal que se ha utilizado durante mucho tiempo como remedio hepatoprotector.

Se ha utilizado para el tratamiento de numerosos trastornos hepáticos caracterizados por deterioro funcional o necrosis degenerativa. Su actividad hepatoprotectora es única y actúa de diferentes maneras, incluyendo actividades antioxidantes y antiinflamatorias, regulador de la permeabilidad celular y estabilizador de la membrana, estimulación de la regeneración hepática e inhibición del depósito en las fibras de colágeno, lo que puede conducir a la cirrosis.

La mayoría de los datos documentados con *Silybum marianum* se refieren a trastornos hepáticos; sin embargo, recientemente se han publicado varias propiedades beneficiosas sobre una amplia variedad de otros trastornos, como la protección renal, las actividades hipolipidémicas y antiateroscleróticas, la protección cardiovascular, la prevención de la resistencia a la insulina, especialmente en pacientes cirróticos, el cáncer y la prevención del Alzheimer.

También se utiliza como remedio alimenticio. Este artículo de revisión tiene como objetivo presentar diferentes aspectos de *Silybum marianum*, especialmente los datos en artículos publicados recientemente sobre sus efectos en diferentes enfermedades, además de presentar los aspectos de su hepatoprotección.



[DESINTOXICA TU HIGADO AHORA](#)

Si quieres leer el artículo completo en su fuente original, ve al siguiente link:

https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2156587215571116?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori:rid:crossref.org&rfr_dat=cr_pub%20%20pubmed

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25686616/>

VIDEOS SOBRE EL CARDO MARIANO

Ahora, te comparto mis videos de tiktok sobre el Cardo Mariano o “*Silybum marianum*”, te daran muy buenos tip sobre esta planta!:

<https://www.tiktok.com/@ricardocampuzano.herbal/video/7179634465>

[881345286](#)

<https://www.tiktok.com/@ricardocampuzano.herbal/video/7179634465881345286>



[COMPRA SEMILLA DE CARDO MARIANO! SOLO EN COLOMBIA!](#)

[ORDÉNALAS POR WHATSAPP](#)

[@ricardocampuzano.herbal](#)

Respuesta a @konymartinez05 Haz una tintura madre de cardo mariano en tu casa paso a paso! En este video vemos como preparar en pasos sencillos y con materiales faciles de conseguir una buena tintura de cardo para Detoxificar nuestro higado. [#silybummarianum](#) [#cardomariano](#) [#silybummarianum](#) [#glutathione](#) [#glutation](#) [#silibina](#) [#desintoxicacionhepatica](#) [#desintoxicatucuerpo](#) [#liverdetox](#) [#desintoxicacion](#) [#detox](#) [@Ricardocampuzano.com](#)

[🎵 sonido original – Ricardocampuzano.com](#)



¿ANDAS BUSCANDO UN EXTRACTO DE CARDO MARIANO POTENCIADO?

[@ricardocampuzano.herbal](https://www.tiktok.com/@ricardocampuzano.herbal)

Respuesta a @samantahdtb Detoxificar el hígado NO ES MITO! En este video hablamos sobre la silimarina, un precursor natural del @Ricardocampuzano.com Glutati3n. #cardomariano #syllibummarianum #glutathione #glutation #silibina #desintoxicacionhepatica #desintoxicatucuerpo #desintoxicacion #liverdetox #detox

[🎵 sonido original – Ricardocampuzano.com](https://www.tiktok.com/@ricardocampuzano.herbal)

<https://www.tiktok.com/@ricardocampuzano.herbal/video/7181940934995676421>



CARDO MARIANO

Fuentes:

- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25686616/>
- https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/2156587215571116?url_ver=Z39.88-2003&rfr_id=ori:rid:crossref.org&rfr_dat=cr__pub%20%20pubmed