

**Robert Dumas**

**LAS DOLENCIAS DE LA PRÓSTATA**  
**LO QUE TODO HOMBRE DEBE SABER**

**EDITORIAL HERBS-PLANET.COM**

© 2015 por Robert Dumas

Todos los derechos reservados bajo las convenciones  
Internacional y Pan-Americana de copyright.

ISBN 978-0-9948838-1-0

<http://herbs-planet.com>



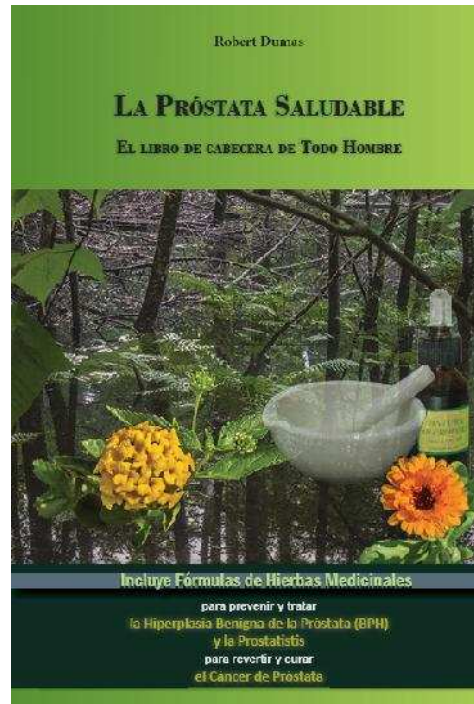
Primera Edición: Octubre 2015

**Robert Dumas**

# **LAS DOLENCIAS DE LA PRÓSTATA**

**Lo que TODO HOMBRE DEBE SABER**

## **El libro que Todo Hombre debe tener**



**“La Próstata Saludable. El libro de cabecera Todo Hombre”** contiene fórmulas de hierbas medicinales para prevenir y tratar la prostatitis y la Hiperplasia Prostática Benigna (BPH) y para revertir y curar el cáncer de próstata.

La Próstata Saludable está dirigido a todo hombre a partir de los 30 años de edad y debería ser considerado el libro de cabecera para prevenir y solucionar las dolencias de la próstata.

### **Prevenir es curar**

<http://herbs-planet.com/>

<http://herbs-planet.com/Spanish/books.html>

<http://herbs-planet.com/English/books.html>

## INDICE

Prefacio.....	7
<b>1. Consideraciones Generales de la Próstata .....</b>	<b>9</b>
La próstata y el sistema reproductor	
masculino .....	11
La producción de testosterona y su función.....	13
Anatomía de la próstata .....	15
El desarrollo y agrandamiento de la próstata.....	16
Antígeno Específico de Próstata (PSA).....	19
<b>2. Dolencias y Enfermedades de la Próstata .....</b>	<b>21</b>
Las Afecciones más comunes de la próstata.....	23
1. Prostatitis.....	24
Tipos de Prostatitis.....	24
2. Hiperplasia Prostática Benigna (BPH) o	
adenoma de próstata.....	26
Fase de prostatismo congestivo .....	28
Fase de retención urinaria incompleta .....	28
Fase de distensión vesical crónica .....	29
3. Cáncer de próstata .....	29
4. Cálculos en las vías urinarias.....	31

## Indice

---

<b>3. Diagnóstico de las Dolencias de la Próstata .....</b>	<b>33</b>
Detección y Prevención	
de las Dolencias de la próstata .....	35
Análisis de laboratorio .....	35
Estudios para diagnosticar prostatitis, BPH, y el cáncer de próstata. ....	36
Estudios para diagnosticar el cáncer de próstata	37
<b>4. Tratamientos de las Enfermedades de la Próstata .....</b>	<b>39</b>
Tratamientos de las enfermedades de la próstata	41
Tratamientos convencionales .....	43
Cáncer de próstata .....	44
Tratamientos Alternativos .....	45
Fórmulas herbáceas para la prostatitis y la Hiperplasia Benigna de la Próstata (BPH) .....	47
Fórmulas herbáceas para el cáncer de próstata.....	49
Fórmulas herbáceas para eliminar los cálculos urinarios .....	51
<b>5. La Dieta y los Suplementos Nutricionales .....</b>	<b>53</b>
La dieta y los suplementos nutricionales .....	55
Dieta .....	57
El Agua .....	58
Bibliografía .....	61

## PREFACIO

Los problemas de la próstata son una afección común que suele padecer la gran mayoría de los hombres en algún momento de su vida. Usualmente las afecciones de la próstata aparecen después de los 30 años. Entre los factores de riesgo que pueden favorecer la aparición de las distintas dolencias de la próstata figuran la edad, la dieta, la etnia, los factores ambientales, la genética y la historia familiar.

Este libro está orientado a brindar la información básica que debe poseer todo hombre con la finalidad de ayudarlo a prevenir las dolencias de la próstata tomando las decisiones y los tratamientos preventivos correctos. En este libro encontrará información útil acerca de la próstata que le permitirán ampliar sus conocimientos sobre el tema.

Los problemas más comunes de la enfermedad de la próstata son la prostatitis y la hiperplasia benigna de la próstata (BPH —Benign prostatic hyperplasia—), los cuales, si no son diagnosticados y tratados debidamente a tiempo pueden dar lugar al desarrollo del cáncer de próstata.

## Prefacio

---

Actualmente existen tratamientos convencionales y no convencionales para tratar las dolencias de la próstata pero es posible prevenir y tratar eficazmente esas dolencias con tratamientos basados en las hierbas medicinales utilizadas en la medicina alternativa.

El contenido de este libro le brinda información útil acerca de las soluciones basadas en tratamientos naturales efectivas que puede encontrar para tener una próstata saludable y que pueden darle una expectativa de vida muy superior a las opciones que le brinda la medicina convencional.

Es fuertemente recomendado complementar la lectura de este libro con *La Próstata Saludable El Libro de Cabecera de Todo Hombre* y seguir todos los tratamientos que allí se recomiendan con la finalidad de evitar las dolencias de la próstata.

No lo olvide, prevenir es curar.



# **I** CONSIDERACIONES GENERALES DE LA PRÓSTATA



# **LA PRÓSTATA Y EL SISTEMA REPRODUCTOR MASCULINO**

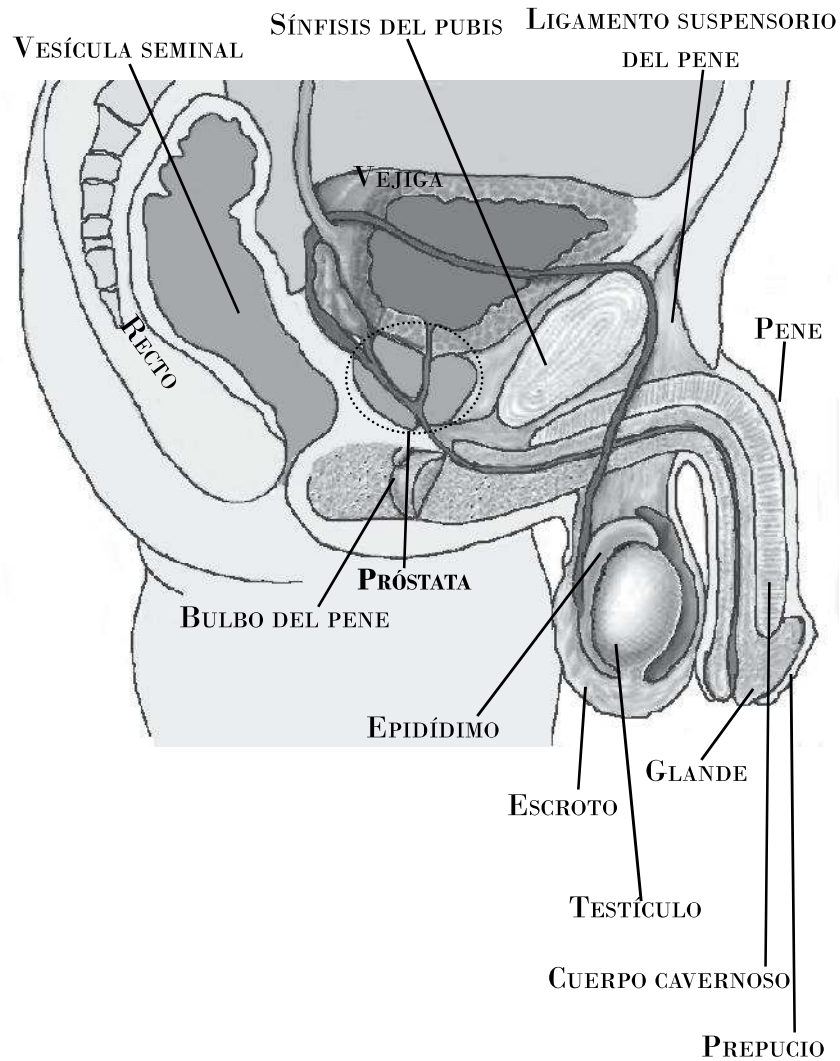
La próstata es una glándula exocrina accesoria del aparato reproductor y genitourinario masculino vinculada con las funciones reproductoras. Se encuentra situada en la pelvis debajo de la vejiga, detrás del pubis, por delante del recto y rodeando la uretra proximal.

La próstata se encuentra alrededor de un tubo llamado uretra, que lleva la orina en la vejiga hacia fuera por la extremidad del pene. Esta glándula está relacionada con el sexo y el acto de orinar.

La próstata es la parte crucial del sistema reproductivo masculino porque en ella se produce y almacena el líquido que forma la mayor parte del semen que se eyacula y los procesos biológicos relacionados que allí ocurren, pueden dar origen a las dolencias de la próstata.

El aparato reproductor masculino está formado por órganos externos e internos. Forman parte del sistema reproductor masculino los tejidos de sostén de los testículos y del pene, el pene, los testículos o gónadas masculinas, el escroto, un sistema de conductos com-

### Consideraciones generales de la próstata.



**Figura 1.1.** El aparato reproductor masculino y la ubicación anatómica de la próstata.

puestos por el epidídimo, el conducto deferente, los conductos eyaculadores y la uretra, como asimismo, varias glándulas sexuales accesorias conformadas por la próstata, las vesículas seminales y las glándulas bulbo-uretrales.

### Consideraciones generales de la próstata.

---

Dentro de los **testículos** es donde se producen los espermatozoides como asimismo se producen y secretan hormonas que afectan la próstata. El almacenamiento, la maduración y el transporte de los espermatozoides al exterior ocurren dentro de los conductos que se encuentran en los testículos mientras que las glándulas accesorias proveen secreciones que facilitan el transporte y la movilidad de los espermatozoides y la fecundación.

### LA PRODUCCIÓN DE TESTOSTERONA Y SU FUNCIÓN.

La testosterona es una hormona lipofílica, es decir soluble en grasas, que mayoritariamente se transporta en sangre unida a proteínas quedando solo una fracción libre minoritaria de alrededor del 2 por ciento disponible para ser captada por los tejidos donde suele ser transformada a 5- $\alpha$ -dihidrotestosterona la forma más activa de la testosterona. La fracción libre de testosterona comúnmente varía según la edad y el grado de obesidad debido al aumento de colesterol proveniente de la dieta.

Estudios científicos encontraron que bloqueando la producción de testosterona se puede disminuir y revertir el cáncer de próstata. También se encontró que los hombres de raza africana poseen los valores más altos en el desarrollo de cánceres de próstata y que ellos poseen un 15 por ciento más de testosterona comparado con otras razas étnicas.

### Consideraciones generales de la próstata.

---

Dado que el colesterol es el sustrato para la síntesis de testosterona, es importante tener una dieta saludable basada principalmente en alimentos de origen vegetal para disminuir los niveles de colesterol.

Las dietas ricas en colesterol animal favorecen la producción de testosterona y están directamente relacionadas con el desarrollo de cánceres de próstata.

El colesterol sufre diversas transformaciones enzimáticas hasta dar lugar a la testosterona que finalmente por acción de la enzima **5- $\alpha$ -reductasa** se transforma en **5- $\alpha$ -dihidrotestosterona** (DHT) que es la forma más activa de la testosterona.

TESTOSTERONA  $\longrightarrow$  **5- $\alpha$ -REDUCTASA**  $\longrightarrow$  5- $\alpha$ -DIHIDROTESTOSTERONA (DHT).

La DHT se une a receptores nucleares específicos activando o reprimiendo la expresión de genes para regular funciones celulares. Con el aumento de los niveles de DHT en la próstata se observa el inicio de una proliferación celular mientras que la disminución de los niveles de DHT provoca la involución de la próstata.

La DHT estimula la liberación del antígeno específico de la próstata (PSA: Prostate Specific Antigen). En los pacientes con cáncer la concentración de PSA en sangre se encuentra muy elevada.

En mi libro *La Próstata Saludable. El libro de cabecera de Todo Hombre* encontrará información mas de-

tallada sobre los procesos biológicos relacionados con la síntesis de testosteronas, la producción y el papel de la 5- $\alpha$ -dihidrotestosterona (DHT) que se sintetizan a partir del colesterol.

## ANATOMÍA DE LA PRÓSTATA

En el hombre adulto la próstata tiene la forma y tamaño similar al de una castaña, mide unos 4.4 cm en la base, 3.4 cm de longitud y posee un diámetro anteroposterior de 2.6 cm y pesa aproximadamente 20 gramos de promedio.

Según el modelo zonal de McNeal, el modelo más aceptado, la próstata está formada por cuatro zonas anatómicas que son: la zona anterior, la zona central, la zona de transición y la zona periférica.

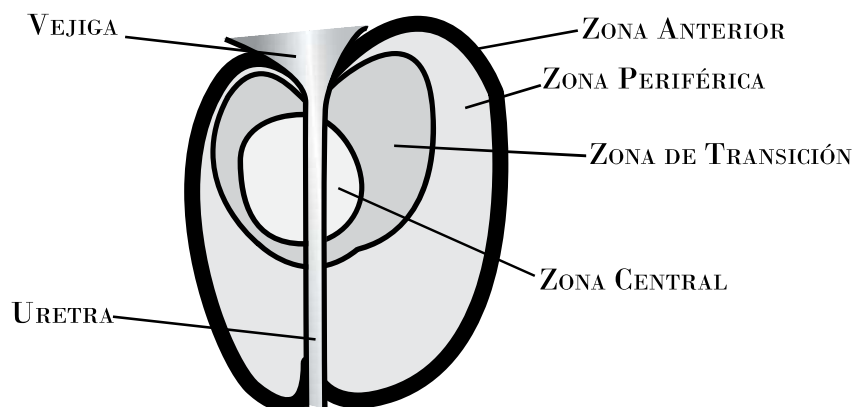
La **zona anterior** es de constitución fibromuscular y no posee estructuras glandulares. Comprende alrededor de un tercio de la totalidad de la glándula.

La **zona periférica** comprende aproximadamente el 70 por ciento de la próstata y es donde se originarán la mayoría de las neoformaciones prostáticas o tumores prostáticos.

**Zonal de transición** comprende entre el 5 y 20 por ciento del total del volumen de la próstata hasta la edad de 40 años. En esta zona es donde se originan los

### Consideraciones generales de la próstata.

---



**Figura 1.2.** Zonas de la próstata vistas en un corte longitudinal.

procesos inflamatorios que dan origen a la hipertrofia benigna de la próstata (BPH) y del 25 por ciento de los adenocarcinomas o tumores benignos.

La **zona central** contiene los conductos eyaculadores y representa el 25 por ciento del volumen prostático. En esta zona se originan los procesos inflamatorios y el 8 por ciento de los cánceres de próstata.

## EL DESARROLLO Y AGRANDAMIENTO DE LA PRÓSTATA

Hasta los 10 años de edad la próstata tiene un peso promedio de 1.4 gramos, es decir que durante la infancia es muy pequeña.

Durante la pubertad y hasta los 20 años de edad se producirá el primer agrandamiento de la próstata. Esta glándula sufrirá una hiperplasia del epitelio duc-



Consideraciones generales de la próstata.

tal agrandándose hasta pesar un promedio de 14 gramos como consecuencia del aumento de los niveles de testosterona durante esta etapa de la vida.

<b>Tamaños de la próstata con la edad</b>	
<b>Edad</b>	<b>Tamaño de la próstata</b>
Hasta los 10 años.	Muy pequeña: 1.4 gramos.
10 - 20 años	<b>Primer agrandamiento</b> con la pubertad Aumenta de tamaño hasta alcanzar unos 14 gramos.
30-40 años	<b>Segundo agrandamiento.</b> El peso promedio de la próstata es de unos 20 gramos. A los 30 años solo en el 10 por ciento de los hombres la próstata sufrirá un nuevo agrandamiento. Usualmente este agrandamiento se produce a los 40 años.
60 años	<b>Tercer agrandamiento.</b> Aproximadamente el 50 por ciento de los hombres sufrirán un nuevo agrandamiento de la próstata.
85 años	El 90 por ciento de los hombres sufren un agrandamiento de la próstata.

**Tabla 2.1.** Etapas del agrandamiento natural de la próstata.

Entre los 30 y 40 años de edad alcanzará su máximo desarrollo. Usualmente a los 40 años de edad la próstata sufre su segundo agrandamiento. El peso promedio de la próstata es de 20 gramos. En esta etapa es cuando comienza a desarrollarse una involución prostática. Por ello es importante iniciar tratamientos preventivos que indico en mi libro *“La Próstata Saluda-*

***ble. El Libro de cabecera de Todo Hombre***” para evitar el desarrollo de las enfermedades de la próstata.

Con el avance de la edad, la próstata experimentará nuevos agrandamientos. Usualmente estos nuevos agrandamientos naturales de la próstata suelen ocurrir aproximadamente a los 60 y a los 85 años de edad.

Los procesos moleculares y fisiológicos que intervienen en el agrandamiento de la próstata que dan origen a las dolencias de la próstata son poco conocidos. Hasta el presente, los tratamientos y terapias convencionales han fracasado en su intento de evitar y de revertir las distintas afecciones de la próstata. En cambio, los tratamientos basados en las hierbas medicinales utilizados en la medicina alternativa dan excelentes resultados tanto para prevenir y tratar la prostatitis y la BPH como para revertir y curar el cáncer de próstata con una expectativa de vida muy superior a la que puede obtenerse con los tratamientos convencionales.

En mi libro ***“La Próstata Saludable. El Libro de cabecera de Todo Hombre”*** se encuentran publicadas las fórmulas y las dosis a tomar para prevenir y tratar la prostatitis y la BPH y para revertir y curar el cáncer de próstata. Los ingredientes de las fórmulas mencionadas pueden ser adquiridos en cualquier casa de productos naturales y por Internet a precios muy convenientes y son fáciles de preparar.

Si a los 30 años de edad comienza a realizar el tratamiento preventivo recomendado y tiene un estilo de

vida saludable, difícilmente desarrollará alguna de las dolencias de la próstata.

## ANTÍGENO ESPECÍFICO DE PRÓSTATA (PSA)

El PSA es producido en las células epiteliales de los conductos glandulares de la próstata. En el caso de una próstata normal, la mayor parte del PSA es excretado en el lumen de los conductos glandulares y solo una pequeña parte pasa a la circulación sanguínea mientras que con el desarrollo de un cáncer el PSA que pasa a la circulación sanguínea es mucho mayor y se supone que es debido a la pérdida de la estructura de las células normales que facilitaría la difusión del PSA al torrente sanguíneo.

Se encontró que la concentración de los valores promedios de PSA normales en sangre en presencia de una próstata saludable varía con la edad y las razas como se muestra en la tabla 1.1.

VARIACIÓN DEL PSA (NG/ML)				
	40-49	50-59	60-69	70-79
<b>Blancos</b>	1.5 a 2.9	2.07 a 5.2	2.82 a 7.2	3.95 a 9.03
<b>Hispanos</b>	2.1 a 2.5	3.5 a 4.3	4.5 a 6.0	6.5 a 6.6
<b>Asiáticos</b>	1.88 a 2.59	2.37 a 4.5	4.0 a 5.5	5.0 a 6.8
<b>Africanos- Americanos</b>	2.4 a 2.7	4.4 a 6.5	6.7 a 11.3	7.7 a 12.5

**Tabla 1.1.** Variación del PSA según la edad y las razas étnicas.

### Consideraciones generales de la próstata.

La interpretación de la variación del PSA está condicionada al criterio médico y a partir de los 55 años de edad el análisis de PSA debe ser acompañado de un examen rectal digital (DRE) para prevenir y detectar las dolencias de la próstata.

# **2** DOLENCIAS Y ENFERMEDADES DE LA PRÓSTATA



## **LAS AFECCIONES MÁS COMUNES DE LA PRÓSTATA**

Las afecciones de la próstata son las enfermedades del hombre más descuidadas en el mundo. Se estima que solo uno de cada cuatro hombres que ya comenzó a sufrir algún aspecto de las dolencias de la próstata suele consultar un médico con respecto a algún problema relacionado con el pene, la uretra, los testículos, la próstata, la vejiga o los riñones.

Con las dolencias de la próstata, los problemas para orinar y/o disfunciones sexuales son los primeros síntomas que suelen aparecer.

Entre las enfermedades iniciales más comunes de la próstata que suelen sufrir los hombres entre los 30 y 50 años de edad pueden ser citadas la prostatitis y la hiperplasia benigna de la próstata (BPH).

## **1. PROSTATITIS**

La prostatitis es la inflamación de la glándula de la próstata. Esta dolencia se suele manifestar con la aparición de inflamación o hinchazón, enrojecimiento, aumento de temperatura y/o dolor en la próstata. La prostatitis es uno de los problemas urológicos más comunes que suelen padecer el 50 por ciento de los hombres al menos una vez en su vida.

Hasta los 50 años de edad, la prostatitis es el diagnóstico urológico más común en los hombres.

Los síntomas mas frecuentes que pueden aparecer durante la prostatitis son dolor o ardor al orinar, necesidad de orinar con más frecuencia, impotencia y/o disfunción sexual, fiebre y problemas generales de salud.

### **TIPOS DE PROSTATITIS**

Han sido reconocidas 4 tipos de prostatitis de acuerdo con la clasificación establecida en 1995 por el National Institute of Health (NIH) de USA las cuales se describen en la tabla 2.1.

Las prostatitis bacterianas son más fáciles de diagnosticar y de tratar debido que los análisis revelan la presencia de infecciones en la orina y/o en el semen. En los demás tipos de prostatitis no es factible demostrar fácilmente la presencia de gérmenes infecciosos.



### Diagnóstico de las Dolencias de la Próstata

TIPO DE PROSTATITIS	PROSTATITIS	CAUSAS
Tipo I	Aguda bacteriana	Presencia de bacterias en la orina y en el fluido prostático. El fluido es purulento. La fiebre y la mialgia suelen ser los síntomas sistémicos de este tipo de infección.
Tipo II	Crónica bacteriana	Infecciones bacterianas recurrentes del fluido prostático en ausencia de infección urinaria o de infecciones sistémicas.
Tipo III	Crónica sin infección o no bacteriana	Presencia de pus microscópico sin detecciones significativas de bacterias en el fluido prostático sin poder ser demostradas fácilmente infecciones. Algunos investigadores sugieren la existencia de gérmenes difíciles de detectar tales como <i>Chlamidya trachomatis</i> , distintas especies de <i>Stafilococos</i> y otros microorganismos que deberían ser investigados. Los pacientes suelen padecer recurrencia de los síntomas con la aparición de discomfort prostático, urgencia urinaria persistente, disuria, dolores pélvicos, en los testículos o en el recto. No se detectan infecciones urinarias.

### Diagnóstico de las Dolencias de la Próstata

Tipo IV	Inflamatoria asintomática	Los pacientes carecen de síntomas subjetivos. Esta dolencia generalmente es detectada por biopsia prostática o por la presencia de leucocitos en las secreciones prostáticas.
---------	---------------------------	---

Tabla 2.1. Los tipos de prostatitis.

## 2. HIPERPLASIA PROSTÁTICA BENIGNA (BPH) O ADENOMA DE PRÓSTATA

La hipertrofia o hiperplasia prostática benigna (BPH) o adenoma de próstata es el agrandamiento o aumento de tamaño en el centro de la próstata que comprime la uretra causando dificultades para orinar. La BPH es una dolencia no maligna que suele producirse en la mayoría de los hombres después de los 30 años de edad. Usualmente esta dolencia aparece entre los 40 y 50 años de edad.

El agrandamiento o aumento de tamaño de la próstata BPH es una dolencia propia de la edad y de los cambios hormonales que ocurren durante la vida del hombre. El desarrollo de la BPH se produce fundamentalmente por las influencias de las hormonas masculinas: los andrógenos y la testosterona. Los hombres con BPH suelen tener elevados niveles de estrógenos y

testosterona libre en sangre que favorecen el aumento y agrandamiento de la próstata.

Cuando la próstata comienza a crecer, empieza a comprimir la uretra y con ello aparecen las dificultades para orinar debido que dicha compresión impide o dificulta el libre flujo de la orina hacia el exterior. Si la compresión es muy importante, el sistema urinario puede ser bloqueado por completo. En síntesis, la consecuencia más usual que se presenta con el agrandamiento de la próstata es la retención de la orina en la vejiga o reflujo de la orina hacia los riñones ocasionando la necesidad de orinar con mas frecuencia. En la mayoría de los hombres mayores de 50 años la BPH es responsable de la aparición de los problemas urinarios.

**Síntomas:** Los síntomas mas frecuentes que se manifiestan con la hiperplasia benigna de la próstata son:

- Dificultad para empezar a orinar.
- Sensación de no haber vaciado la vejiga por completo.
- Disminución de fuerza y menor calibre del chorro urinario.
- Micción intermitente y/o dolorosa.
- Sensación de urgencia por necesidad de orinar.
- Necesidad de orinar con mas frecuencia o de vaciar la vejiga constantemente, especialmente durante la noche.

### Diagnóstico de las Dolencias de la Próstata

---

- Aumento de la frecuencia urinaria nocturna.
- Dolor y molestias al orinar.
- Incontinencia o pérdida del control de la vejiga.

El desarrollo de la BPH presenta 3 fases o etapas que están relacionadas con el avance de esta dolencia, ellas son:

- Fase de prostatismo congestivo.
- Fase de retención urinaria incompleta.
- Fase de distensión vesical crónica.

#### **FASE DE PROSTATISMO CONGESTIVO**

Cuando aparece la BPH tiene lugar la fase de prostatismo congestivo que consiste en el inicio de la compresión y obstrucción de la uretra. En esta etapa se forman crecimientos esféricos alrededor de la uretra en la zona de la próstata. A medida que las masas esféricas en crecimiento alrededor de la uretra prostática se agrandan, van comprimiendo y obstruyendo la uretra dificultando el paso de la orina.

#### **FASE DE RETENCIÓN URINARIA INCOMPLETA**

La dificultad para orinar en aumento que es ocasionada por la compresión de la uretra da origen a la fase de retención urinaria incompleta. En esta fase la vejiga no puede ser vaciada completamente por lo que

los residuos de orina en la vejiga favorecen el desarrollo de microorganismos y de cálculos en la vejiga.

#### **FASE DE DISTENSIÓN VESICAL CRÓNICA**

Si la BPH no es tratada, finalmente la vejiga se convierte en una bolsa de acumulación de la orina y con ello ocasionará la distensión de los uréteres en las cavidades renales. La orina puede ascender a los riñones y con ello producir una insuficiencia renal crónica con necesidad de diálisis.

Para evitar mayores problemas de salud, es necesario tratar esta dolencia apenas aparezcan los síntomas.

### **3. CÁNCER DE PRÓSTATA**

Un PSA de 10 ng/ml o mayor indica el desarrollo de un posible cáncer que debe ser investigado por el especialista. El PSA permite la detección de la enfermedad en las fases precoces. La frecuencia del cáncer de próstata aumenta con la edad. Entre el 50 al 90 por ciento de los hombres mayores de 65 años de edad son diagnosticados con cáncer.

En la mayoría de los casos, el cáncer de próstata suele originarse en la zona periférica aunque con menor frecuencia, pueden tener origen en la zona de transición y en la zona central.

En algunos casos, el cáncer de próstata puede permanecer confinado dentro de la próstata por mucho tiempo pero en la mayoría de los casos se transforma en una enfermedad que amenaza la vida.

Se sabe que los tumores localizados en la zona de transición tienen mejores pronósticos que los tumores localizados en la zona periférica de la próstata, pero la mayoría de los cánceres de próstata suelen ser multifocales con varios focos de origen que pueden tener distintos grados histológicos y están asociados con mayores tasas de recurrencia y con un grado y un estadio más avanzados de la enfermedad.

Cuando el valor del PSA en sangre es alto como consecuencia de la presencia de un tumor de próstata, es necesario determinar el grado de extensión del tumor dentro y fuera de la próstata.

Para clasificar los tumores y cánceres de próstata se utiliza la clasificación internacional **TNM** del cáncer:

- **T** significa tamaño del tumor,
- **N** indica la presencia o no de células cancerosas en los ganglios linfáticos
- **M** se refiere al grado de metástasis en el caso de que el cáncer se haya extendido fuera de la próstata.

El grado de Gleason o volumen tumoral es un índice que se utiliza para valorar el estadio clínico del avance de los tumores de próstata. El grado de Gleason

se obtiene después de efectuar una biopsia del cáncer de próstata. El grado Gleason se mide con índices de 1 a 5. Cuanto más alto es el índice peor es el pronóstico del cáncer.

#### 4. CÁLCULOS EN LAS VÍAS URINARIAS

Como es bien sabido, cualquiera de las dolencias de la próstata ocasionan dificultades para orinar que favorecen la formación de cálculos en las vías urinarias.

Los cálculos urinarios suelen aparecer con frecuencia tanto en los riñones, en la pelvis renal, en los uréteres, en la vejiga y en la uretra. Esta dolencia se conoce como litiasis de las vías urinarias. Los cálculos que se forman en las vías urinarias pueden ser una consecuencia de distintos factores, pueden tener distinta composición y pueden causar distintos trastornos de salud tales como infecciones urinarias. Usualmente los cálculos urinarios se forman cuando aparecen altas concentraciones de sustancias calcáreas, oxalatos y fosfatos y las vías urinarias. El 60 por ciento de los cálculos urinarios están conformados por cristales de oxalato de calcio y de fosfato de calcio.

Para eliminar los cálculos urinarios el médico suele prescribir algunos de los métodos quirúrgicos disponibles en la medicina convencional como asimismo le recomendará tomar a diario abundante agua para mantener la orina diluida y evitar los depósitos calcáreos

La formación de cálculos urinarios suele favorecer las infecciones bacterianas en las vías urinarias. *Proteus vulgaris*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Enterobacter* spp., *Serratia* spp., *Staphylococcus aureus*, *Staphylococcus epidermitis* y otras pueden ser algunas de las bacterias responsables de la infección.

La dieta y la calidad del agua son factores importantes a tener en cuenta para evitar la formación de cálculos urinarios. En mi libro "***La salud de la Próstata. El libro de cabecera de Todo Hombre***" me refiero detalladamente cómo influye la dieta y la calidad del agua en la formación de cálculos urinarios. Encontrará información útil para elaborar una buena dieta, métodos caseros para evaluar la calidad de agua y obtener agua de buena calidad para evitar los cálculos urinarios.



# **3** DIAGNÓSTICO DE LAS DOLENCIAS DE LA PRÓSTATA



## **DETECCIÓN Y DIAGNÓSTICO DE LAS DOLENCIAS DE LA PRÓSTATA**

A partir de los 30 años de edad, todos los hombres deberían consultar un médico o un urólogo para prevenir, detectar y diagnosticar cualquier enfermedad de la próstata. El urólogo es el especialista especializado en las patologías de la próstata.

Las pruebas para detectar y diagnosticar las dolencias de la próstata consisten en un interrogatorio relacionado con los síntomas de la próstata, un examen físico general, una prueba de tacto rectal para evaluar el tamaño, la forma, la consistencia y la sensibilidad de la próstata, estudios de laboratorio, ecografías o sonografías y otros.

### **ANÁLISIS DE LABORATORIO**

Los análisis de laboratorio consisten en analizar muestras de orina, de semen y de sangre.

### Detección y Prevención de las Enfermedades de la Próstata

Las muestras de orina y de semen se utilizarán para detectar infecciones que usualmente puedan estar causando las prostatitis.

Las muestras de sangre son utilizadas para evaluar principalmente los valores de PSA. Un nivel de PSA mayor que 10 ng/ml indica el posible desarrollo de un cáncer de próstata que deberá ser investigado con estudios adicionales.

### **ESTUDIOS PARA DIAGNOSTICAR LA PROSTATITIS, LA BPH Y EL CÁNCER DE PRÓSTATA.**

Existen varios tipos de estudios que el médico puede recurrir para diagnosticar las dolencias de la próstata.

El primer examen complementario del PSA es el examen rectal digital que el médico le realiza en su consultorio para tratar de detectar bultos o zonas duras palpando la próstata.

Entre los principales estudios que el médico cuenta para diagnosticar las dolencias de la próstata figuran la ecografía abdominal y transversal y la urografía intravenosa (UIV).

## **ESTUDIOS PARA DIAGNOSTICAR EL CÁNCER DE PRÓSTATA.**

Generalmente para diagnosticar un cáncer de próstata el médico suele recomendar la biopsia de próstata. En el caso de que su médico quiera practicarle una biopsia no lo acepte y pídale que le ordene un estudio de Próstata **C.M.P. que consiste en una serie de ecografías o sonografías con un postproceso en color y diagnóstico computarizado. Tiene un 99.8 por ciento de efectividad para detectar los cánceres de próstata.** La Próstata C.M.P. no solo puede detectar los tumores malignos de la próstata, sino que también puede detectar eficazmente las demás patologías de la próstata y es un estudio no invasivo que solo requiere una hora de preparación previa.

La biopsia de la próstata es un procedimiento quirúrgico riesgoso que debe ser practicado con anestasia total o peridural o raquídea. **Con este procedimiento sólo se extrae menos del 1% del tejido de la próstata.** Los resultados negativos de este estudio no permiten descartar la existencia de un cáncer debido que en el procedimiento podría sólo haberse extraído tejido sano. Esta técnica depende de que por azar la aguja haya sido introducida en la zona de la próstata con tejido canceroso.

La biopsia de próstata es una técnica que presenta altos riesgos para el paciente, tales como:

- **Diseminación del cáncer causando metástasis** cuando la aguja es introducida dentro del tumor. Las células cancerosas que se desprenden del tumor pueden migrar a otras partes del cuerpo. La aguja puede arrastrar células malignas fuera del área del tumor.
- **Infecciones y septicemia** como consecuencia de la introducción de la aguja desde el recto hacia la próstata para tomar muestras. Las bacterias del intestino pueden pasar a otras partes del cuerpo y al torrente sanguíneo cuando son arrastrados con la introducción de la aguja y a través de las lesiones que causa. Las infecciones que se adquieren pueden ser graves y hasta pueden causar la muerte.
- **Inflación luego de realizar la biopsia:** puede causar la compresión de la uretra y con ello se producirá la retención de orina.
- **Hemorragias** con aparición de sangre en la orina y al defecar.
- **Perforación de la vejiga y absceso perineal** que puede aparecer tardíamente.
- **Entre otros problemas** que pueden aparecer figuran el dolor, impotencia, pérdida del deseo sexual, etc.

Considerando los riesgos de la biopsia de la próstata y teniendo en cuenta los beneficios del estudio de la Próstata C.M.P., no permita que su médico le practique innecesariamente una biopsia.

# **4** **TRATAMIENTOS DE LAS** **ENFERMEDADES** **DE LA PRÓSTATA**





## TRATAMIENTOS DE LAS ENFERMEDADES DE LA PRÓSTATA

Todo hombre después de los 30 años de edad debería comenzar a preocuparse por tener un estilo de vida saludable y realizar tratamientos naturales que puedan prevenir las enfermedades de la próstata.

Para tratar las dolencias de la próstata existen tratamientos de la medicina convencional y tratamientos alternativos de la medicina natural basada en hierbas medicinales.

La diferencia entre los tratamientos convencionales y alternativos, es que los tratamientos convencionales requieren una prescripción médica y no suelen ser muy efectivos para prevenir y tratar las dolencias de la próstata.

Los **tratamientos alternativos** basados en **hierbas medicinales** que forman parte de la **medicina natural** no requieren prescripción de un profesional. Las plantas y los extractos que contienen las fitomoléculas con principios activos para tratar las dolencias de la próstata pueden ser adquiridos libremente en cualquier negocio

naturista, herboristerías y por Internet a precios razonables y convenientes. Las hierbas medicinales pueden prevenir y tratar las enfermedades de la próstata con muy buenos resultados sin tener que recurrir a los tratamientos convencionales aunque si lo desea puede realizar en conjunto los tratamientos convencionales.

En el caso de haber adquirido una dolencia de la próstata deberá discutir con su médico los tratamientos existentes con sus beneficios, contraindicaciones y efectos colaterales. También puede discutir con su médico acerca de los tratamientos alternativos basados en hierbas medicinales. No lo olvide, el paciente es quien decide los tratamientos que aceptará realizar.

No olvide que la mayoría de las dolencias de la próstata son el resultado natural del avance de la edad cuyas consecuencias pueden ser prevenidas realizando tratamientos con hierbas medicinales que están a su alcance y que no requieren prescripción médica.

Los tratamientos en base a hierbas medicinales han demostrado ser sumamente efectivos para prevenir y tratar cualquiera de las dolencias de la próstata y han mostrado brindar una calidad y expectativa de vida muy superior a los tratamientos convencionales por lo que existe gran interés por parte de muchos científicos en estudiar las fitomoléculas y los principios activos para tratar las dolencias de la próstata.

## TRATAMIENTOS CONVENCIONALES

Actualmente existen tratamientos convencionales específicos para tratar cada una de las dolencias de la próstata. Estos tratamientos son prescritos por un médico competente luego de determinar el problema de salud o la patología que sufre su próstata y la severidad de los síntomas.

Las **prostatitis infecciosas** son tratadas con antibióticos específicos para combatir los gérmenes que están causando la infección. Los antibióticos pueden ser administrados vía oral o intravenosa y los tratamientos pueden durar de 2 a 12 semanas.

Para tratar las **prostatitis no infecciosas** el médico puede prescribir distintos tratamientos entre los cuales figuran el uso de medicaciones antiinflamatorias no esteroideas, alfabloqueadoras, inhibidoras de la 5- $\alpha$ -reductasa y para aliviar el dolor entre otras.

La BPH no puede ser curada. El médico investigará el grado de su dolencia para decidir el tratamiento a realizar. En muchos casos el médico indicará algún tipo de cirugía pero antes de someterse a una cirugía o a

cualquiera de los tratamientos convencionales para tratar esta dolencia infórmese acerca de los tratamientos alternativos con hierbas medicinales y evite cualquier tipo de cirugía o de tratamiento cruento.

### CÁNCER DE PRÓSTATA

Los tratamientos del cáncer de próstata están relacionados con el estadio del cáncer. De acuerdo con el estadio del cáncer el médico sugerirá los tratamientos a seguir. Antes de aceptar cualquiera de los tratamientos convencionales, lea sobre los tratamientos con hierbas medicinales para revertir y curar el cáncer de próstata, los cuales, suelen ser efectivos dentro de los 6 meses de tratamiento.

Entre los principales tratamientos que utiliza la medicina convencional en la actualidad figuran la terapia con hormonas, la terapia biológica, la terapia con biofosfatos, la quimioterapia, la radioterapia, la criocirugía y la cirugía convencional.

Los tratamientos para el control del cáncer de próstata deben ser realizados con estricta vigilancia médica.

El cáncer de próstata, particularmente cuando ya existe metástasis, puede causar dolor al igual que algunos de los tratamientos indicados. Para combatir o aliviar el dolor existen distintas clases de medicaciones para el dolor.

## TRATAMIENTOS ALTERNATIVOS

En la medicina alternativa basada en productos naturales y hierbas medicinales existen una gran variedad de productos basados en las propiedades de las fitomoléculas de las plantas que pueden ser utilizados para prevenir y tratar las dolencias de la próstata con gran efectividad. **No permita que su médico le practique una biopsia ni se someta a las cirugías de la próstata y a tratamientos convencionales cruentos sin haber intentado previamente realizar tratamientos con hierbas medicinales.**

Dado que muchos tratamientos fitoterapéuticos han mostrado ser muy eficaces para prevenir y combatir todas las dolencias de la próstata, existe un gran interés por parte de científicos por estudiar los mecanismos de acción de las plantas medicinales y de sus fitomoléculas. Actualmente se han iniciado investigaciones sobre el efecto de las plantas y de las fitomoléculas capaces de prevenir las dolencias de la próstata y de revertir y curar el cáncer de próstata con gran efectividad y con muchos menos efectos secundarios que los tratamientos convencionales.

En mi libro ***“La salud de la próstata. El libro de cabecera de Todo Hombre”*** encontrará las propiedades de las hierbas medicinales y de los suplementos nutricionales que se suelen utilizar como tratamientos alternativos de las dolencias de la próstata y para eliminar los cálculos urinarios. Los tratamientos alternativos con plantas y sus fitomoléculas han demostrado ser sumamente eficaces para tratar todas las enfermedades de la próstata. En el caso de que quiera realizar los tratamientos convencionales, opción no recomendada, las fitoterapias por lo general, no suelen ser incompatibles con los tratamientos convencionales, es decir, pueden ser realizadas en paralelo con los tratamientos de la medicina convencional.

Los tratamientos alternativos con hierbas medicinales no requieren una prescripción médica por lo que pueden ser adquiridos libremente en las casas de productos naturales, herboristerías, farmacias chinas y/o por Internet.

Es importante conocer las propiedades de cada hierba medicinal y las combinaciones de hierbas naturales que pueden contribuir a prevenir o mejorar las dolencias de la próstata. Los ingredientes y extractos de hierbas naturales deben ser combinados apropiadamente de acuerdo con las necesidades personales. Es importante que periódicamente realice un análisis de sangre para evaluar los niveles de PSA.

**FÓRMULAS HERBÁCEAS**  
**PARA LA PROSTATITIS Y LA**  
**HIPERPLASIA BENIGNA DE LA PRÓSTATA (BPH)**

A partir de los 30 años de edad todo hombre debería comenzar a realizar tratamientos para prevenir las dolencias de la próstata tales como la prostatitis y la hiperplasia benigna de la próstata (BPH) para mantener los valores normales del PSA de acuerdo con su edad y etnia, ver tabla 2.1.

Existe una fórmula combinada con seis extractos de hierbas medicinales que es efectiva para mantener el PSA en sus valores normales y que cualquier hombre puede preparar en su hogar. Usualmente, la fórmula es utilizada para prevenir y tratar la BPH y la prostatitis.

Los extractos etanólicos recomendados en mi libro *“La salud de la próstata. El libro de cabecera de Todo Hombre”* se utilizan dosis terapéuticas que son muy efectivas y que permiten realizar tratamientos bien tolerados por tiempos prolongados e indefinidos. Estos extractos combinan fitomoléculas con propiedades antiinflamatorias y antisépticas de las vías genitales y urinarias controlando desórdenes e infecciones del tracto urinario. Son útiles para prevenir y tratar las distintas formas de prostatitis y la BPH. Algunos de los extractos utilizados inhiben la conversión de la testosterona en dihidrotestosterona (DHT) que es la forma activa de la testosterona que causa la BPH. La

efectividad de estos extractos ha sido probada en pruebas clínicas experimentales con resultados alentadores.

En mi libro ***“La salud de la próstata. El libro de cabecera de Todo Hombre”*** encontrará la fórmula de hierbas medicinales para prevenir y tratar la prostatitis y la BPH y la información para preparar las tinturas con las dosis recomendada que debe tomar.

Los hombres que toman esta medicación de hierbas medicinales y que llevan un estilo de vida sana difícilmente sufrirán problemas de prostatitis y de BPH.

Esta fórmula ha sido y es usada por muchos hombres, incluso por hombres con historia familiar de cáncer de próstata y ninguno ha sufrido alguna de las dolencias de la próstata.

La fórmula de hierbas medicinales para la prostatitis y la BPH actúa inhibiendo la 5- $\alpha$ -reductasa, impide el desarrollo de infecciones en las vías urinarias y en la próstata y tiene propiedades antiinflamatorias.

Con esta fórmula el PSA se mantiene en los valores normales de acuerdo con la edad y la raza étnica a la que pertenece.

Por supuesto, es muy importante tener una dieta saludable que cubra los requerimientos diarios de nutrientes, vitaminas y minerales, y que sea libre de colesterol que es sustrato para la síntesis de testosterona.



## **FÓRMULAS HERBÁCEAS PARA EL CÁNCER DE PRÓSTATA**

Para tratar el cáncer de próstata existe una fórmula muy efectiva que es capaz de revertir el cáncer de próstata. También se acaba de descubrir una hierba que es capaz de revertir distintos tipos de cánceres incluyendo el cáncer de próstata.

En mi libro *“La salud de la próstata. El libro de cabecera de Todo Hombre”* encontrará información detallada acerca de la fórmula y de la hierba medicinal capaces de revertir el cáncer de próstata. Con esta información en mano será capaz de comprar todos los ingredientes y preparar las tinturas o las cápsulas que deberá tomar.

Esta combinación de hierbas, según estudios científicos realizados, ha mostrado ser efectiva para arrestar el crecimiento de las células cancerígenas de la próstata suprimiendo el crecimiento de las células cancerígenas, reduciendo el PSA intracelular y el nivel secretado en el torrente sanguíneo, decrementando el número de receptores andrógenos, decrementando la intensidad de la unión al receptor de andrógenos, decrementando la clonogenicidad, es decir la habilidad de las células cancerígenas para desarrollar una nueva colonia de células cancerígenas, elenteciendo el ciclo de las células, previniendo tumores evitando la replicación del DNA e induciendo la muerte celular programada o apoptosis.

## Tratamientos de las Enfermedades de la Próstata

Hoy en día, es posible adquirir cada uno de los extractos en polvo por Internet a precios convenientes, balanzas de precisión y cápsulas vacías. También, para preparar las cápsulas, puede recurrir a un farmacéutico herborista.

Generalmente el tratamiento es bien tolerado y en el caso de producir efectos colaterales puede aparecer la reducción de la libido, episodios de acaloramiento, diarrea, dispepsia, calambres en las piernas, ginecomastía y sensibilidad en los pezones. Los efectos colaterales que pueden aparecer son mucho menores que los que suelen producir los tratamientos convencionales.

Por otra parte, la expectativa de vida que logra es muchísimo mayor que la que obtiene con los tratamientos convencionales.

Después de haber revertido un cáncer de próstata deberá continuar tomando de por vida la fórmula para la prostatitis y la BPH que recomiendo.

Se ha documentado que un hombre de unos 70 años de edad que dejó de tomar la fórmula para la prostatitis y la BPH, al poco tiempo desarrolló un cáncer de próstata.

El cáncer de próstata fue revertido en 6 meses con la fórmula de hierbas medicinales para el cáncer de próstata y luego volvió a tomar la fórmula para la prostatitis y la BPH y nunca más volvió a sufrir problemas con su próstata. Con estos tratamientos pudo vivir hasta tener más de 90 años.

## FÓRMULAS HERBÁCEAS PARA ELIMINAR LOS CÁLCULOS URINARIOS

Con frecuencia suelen aparecer cálculos urinarios, especialmente en los hombres que padecen problemas con la próstata. En un 60 por ciento los cálculos urinarios suelen ser de naturaleza calcárea.

Existen hierbas antilitiáticas que son capaces de eliminar los cálculos urinarios sin que tenga que ser sometido a cirugías dolorosas.

Usualmente las hierbas antilitiáticas tienen propiedades antimicrobianas de amplio espectro por lo que también contribuyen a mantener la salud de la próstata.

En mi libro *“La salud de la próstata. El libro de cabecera de Todo Hombre”* encontrará información detallada acerca de las hierbas antilitiáticas y sus beneficios adicionales para las dolencias de la próstata.



# **5** LA DIETA Y LOS SUPLEMENTOS NUTRICIONALES



## **LA DIETA Y LOS SUPLEMENTOS NUTRICIONALES**

Para prevenir las dolencias de la próstata, como asimismo otros problemas de salud, es recomendable llevar un estilo de vida saludable, evitar la obesidad y la vida sedentaria, realizar ejercicios físicos a diario y tener fundamentalmente una dieta bien equilibrada basada principalmente en frutas y vegetales evitando el colesterol de baja densidad (LDL) proveniente de los lácteos, de los huevos, de las carnes rojas y de las grasas animales.

También es recomendable adicionar a la dieta algunos suplementos nutricionales que puedan estar en déficit con la finalidad de tener niveles equilibrados de nutrientes para favorecer todas las funciones metabólicas. Los suplementos nutricionales, conformados por minerales y vitaminas, presentes y en déficit en la dieta, pueden ser calculados utilizando tablas genéricas de los valores nutricionales de los alimentos.

Dietas ricas en lácteos, huevos, carnes rojas y en grasas animales favorecen el aumento de colesterol de baja densidad conocido como colesterol LDL o “colesterol malo” el cual no es bueno para la salud en general

y además es el sustrato para la síntesis de testosterona que favorecerá el desarrollo del cáncer de próstata. Los alimentos ricos en LDL deben ser evitados o consumidos solo en muy bajas cantidades.

Se han realizado estudios científicos en los cuales se ha visto que la alimentación desempeña un papel muy importante en la prevención y control de las enfermedades de la próstata. Se ha comprobado que en ciertos países existen menores índices del desarrollo de cáncer de próstata y de otras dolencias de la próstata, tales como en China y en Japón. En esos países orientales, los hombres suelen cubrir gran parte de los requerimientos nutricionales diarios con la ingesta de una dieta natural basada en frutas, verduras y pescados. En cambio, en Estados Unidos y otros países donde los índices de cáncer de próstata son más elevados, se ha visto que los hombres tienen una dieta basada principalmente en alimentos ricos en colesterol de baja densidad (LDL), y que los requerimientos nutricionales diarios no están plenamente cubiertos y satisfechos por la dieta. Se ha encontrado que los hombres jóvenes japoneses tienen al menos diez veces más alta una concentración en sangre de fitoesteroles compuestos por lignanos, flavonoides e isoflavonoides que los hombres jóvenes ingleses. También se ha encontrado que los hombres japoneses y chinos, debido a su dieta vegetariana presentan niveles plasmáticos más altos de hormonas sexuales unidas a la globulina (SHBG) y una menor concentración de testosterona libre que los hombres occidentales.



Por lo tanto, si desea tener una próstata saludable y prevenir las dolencias de la próstata, es importante que cambie y controle sus hábitos alimenticios y que le solicite a su médico que le realice controles periódicos de colesterol de baja densidad (LDL) y nutrientes en sangre.

Los nutrientes tanto en déficit como en exceso pueden traer serios problemas de salud por lo que es importante el asesoramiento y control de su médico al respecto.

## DIETA

Se recomienda incorporar una dieta rica en vegetales y frutas, particularmente aquellos alimentos que pueden favorecer una próstata saludable. Los vegetales y las frutas son ricos en vitaminas y minerales y muchos poseen fitomoléculas que pueden prevenir y evitar el cáncer de próstata y otras dolencias de la próstata.

Entre los principales alimentos que se recomienda consumir figuran tomates, zanahorias, calabazas, coles, soja, arroz integral, legumbres, alfalfa y brotes de alfalfa, germen de trigo, frutos secos, verduras frescas de hojas verdes, frutas frescas, pescados, pollo, aceite de oliva, tofu, leche de soja y cereales integrales. Por ejemplo, los tomates contienen licopeno y glutatión que son dos fitomoléculas con propiedades anticancerígenas del cáncer de próstata.

Se ha encontrado que los fitoesteroles flavonoides, isoflaponoides y lignanos que se encuentran en muchas frutas y vegetales inhiben la  $5\alpha$ -reductasa y la  $17\alpha$ -hidroxiesteroide-deshidrogenasa reduciendo considerablemente la tasa de cáncer de próstata. La soja es el alimento que contiene los niveles más altos de fitoesteroles.

Es conveniente evitar los alimentos que contienen colesterol de baja densidad (LDL) tales como las grasas animales, la leche, los huevos, los quesos y las carnes rojas. Trate de sustituir la leche por leche de soja y las carnes rojas por carnes blancas de aves y pescados. En el caso de consumir quesos, opte por aquellos que son descremados y minimice el consumo de huevos.

Es importante calcular los elementos nutricionales contenidos en la dieta a los efectos de poder determinar la cantidad de suplementos adicionales que es necesario incorporar diariamente a la misma.

## EL AGUA

Es recomendable tomar diariamente abundante cantidad de agua de buena calidad. El agua no debe contener sustancias calcáreas dado que contribuyen a la formación de cálculos urinarios.

La mejor agua para beber es aquella que es filtrada con un filtro de ósmosis reversa y acondicionada con

un filtro acondicionador de minerales. Con un filtro de ósmosis reversa se obtiene agua que es equivalente al agua destilada. Hoy en día, los filtros de ósmosis reversa con un filtro acondicionador de minerales tienen un costo accesible y pueden ser fácilmente instalados en la red de agua de la vivienda. Estos filtros son utilizados exclusivamente para purificar el agua que se va a utilizar para beber y para cocinar.

Si bebe agua de la canilla o compra agua embotellada conviene que verifique que no contenga sustancias calcáreas en exceso debido que será una de las fuentes que le producirá cálculos urinarios. Para ello, hierva 5 litros de agua a fuego lento dentro de una olla de aluminio o de teflón con tapa durante 30 minutos. Déjela enfriar con la tapa puesta durante 24 horas. Si encuentra depósitos calcáreos formados por un polvo blanco, el agua no es apropiada para ser consumida directamente debido que le producirá cálculos en las vías urinarias. En este caso, si no puede usar un filtro de ósmosis reversa con un filtro acondicionador de minerales, es conveniente que hierva y deje enfriar el agua como se acaba de indicar y luego la vuelque en otro recipiente cuidando de que el polvo calcáreo quede en el fondo del recipiente donde hirvió el agua.



## BIBLIOGRAFÍA

Adams, Lynn S., Seeram, Navindra P. et al. Analysis of the Interactions of Botanical Extract Combinations. eCAM 2006;3(1).

Against the Viability of Prostate Cancer Cell Lines.

Brawer, Michael K. Prostate Specific Antigen. Marcel Dekker Inc., 2001.

Botanical-online. <http://www.botanical-online.com/>.

Chang, Shu-Jen; Chang, Yi-Chih et al. Antiviral Activity of Isatis indigotica Extract and Its Derived Indirubin against Japanese Encephalitis Virus. Evid Based Complement Alternat Med. 2012; 2012: 925830.

Dumas, Robert. La salud de la próstata. El libro de cabecera de Todo Hombre. Herbs-planet.com, 2015.

Examine.com. <http://examine.com/supplements/Pygeum/>.

Guyton, Arthur C. y Hall John E. Tratado de fisiología médica. 11ª. Edición. Elsevier, 2006.

Johnson, Leonard R. Essential medical physiology. 3<sup>rd</sup>. Edition. Elsevier (USA).2003.

Kalita, Sanjeeb, Kumar, Gaurav, et al. A reveiw of medicinal propieties of Lantana camara L. Research J. Pharm. and Tech. 2012. 5(6).

## Bibliografía

---

Hariot, Paul. Atlas colorié des plantes indigènes. Librairie des sciences naturelles. 1900, Paris.

Tortora, Gerard J. y Dirrickson, Bryan. Principio de anatomía y fisiología. 11ª Edición. Editorial Médica Panamericana.

Meza, Jaime Javier y Próstata “Esa palabra que todos los hombre temen”. Ed. Fenix S.A.

Murray, Robert K, Bender, David A. et. al. Harper Bioquímica Ilustrada. McGraw Hill. Ed. 28. 2000.

RainTree. Tropical plant database. <http://www.rain-tree.com>.

Romero Cagigal, I., Ferruelo Alfonso, A. et al. Dieta y Cáncer de Próstata. Servicio de Urología. Hospital de Getafe. Madrid. Actas Urol Esp v.27 n.6 Madrid jun. 2003.

Sharma, Varsha and Agrawal, R.C. Glycyrrhiza glabra a plant for the future. Mintage Journal of Pharmaceutical and Medical Sciences. Vol. 2 Issue 3, Sep. 2013.

Suter, A., Saller, R. et al. El fruto de sabal mejora los síntomas de la hiperplasia benigna de próstata y la disfunción sexual. Resultados de un estudio piloto. Revista de fitoterapia. Volumen 12, N.º 2 · Diciembre 2012; 12 (2): 119-133.

Vyas, Narendra and Argal, Ameeta. Antiurolithiatic effect of olfeanolic acid isolated from Lantana camara on glycolic acid-induced utolithiasis in rats. International Journal of Experimental Pharmacology. 2013. Vol 3. Issue 2, pp. 43-46.

Wasser, Solomon P. Reishi or Ling Zhi (*Ganoderma lucidum*). Marcel Dekker Inc.

Wang, Chuan-Jin; Wei, Yun-Yang et al. Study on in vitro cytotoxicity and in vivo antitumor effect of nanoliposomes containing oridonin. Asian Journal of Pharmacodynamics and Pharmacokinetics. 2008; 8(4): 324-328.

## Bibliografia

---

Wang, Wei; Wang, Hongye et al. In vitro antioxidant and anti microbial activity of anthotaxy extracts from *Dendranthema morifolium* (Ramat.) Tzvel. and *Chrysanthemum indicum* L. *Journal of Medicinal Plants Research*. Vol. 7(36), pp. 2657-2661, 25 September, 2013.

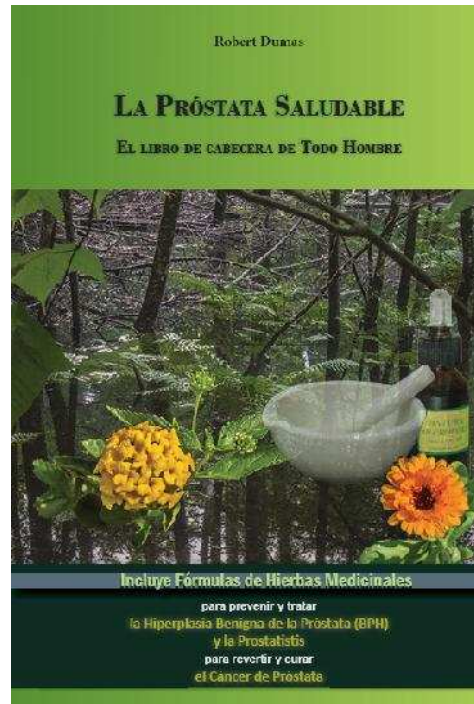
WebMD. <http://www.webmd.com/>.

Weiwei Huang et al. Triptolide inhibits the proliferation of prostate cancer cells and down-regulates SUMO-specific protease expression. *Plos One*. Volume 7. Issue 5. e37693. May 2012.

WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. I, II, III, IV. World Health Organization, 2009.

WHO monographs on medicinal plants commonly used in the Newly Independent States (NIS). World Health Organization, 2010.

## **El libro que Todo Hombre debe tener**



**“La Próstata Saludable. El libro de cabecera Todo Hombre”** contiene fórmulas de hierbas medicinales para prevenir y tratar la prostatitis y la Hiperplasia Prostática Benigna (BPH) y para revertir y curar el cáncer de próstata.

La Próstata Saludable está dirigido a todo hombre a partir de los 30 años de edad y debería ser considerado el libro de cabecera para prevenir y solucionar las dolencias de la próstata.

### **Prevenir es curar**

<http://herbs-planet.com/>

<http://herbs-planet.com/Spanish/books.html>

<http://herbs-planet.com/English/books.html>