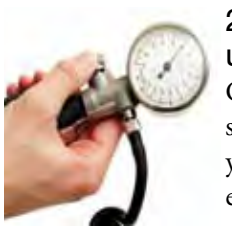
EN ESTE NÚMERO

Adiós a la depresión
"¡Mi vida cambió con sólo tres días de tomar arginina!; se fue el pesar que sentía en el corazón".
página 2

Los beneficios de la arginina para tu cuerpo
Tus sistemas corporales se benefician con esta molécula milagrosa.
página 3



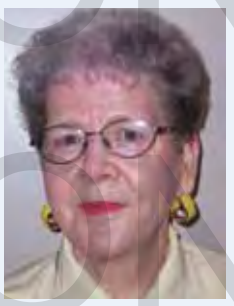
22 razones de usar arginina
Control de la presión sanguínea, mejor memoria y mucho más: la arginina es la elección correcta.
página 4

COPIA GRATIS

Boletín de Salud

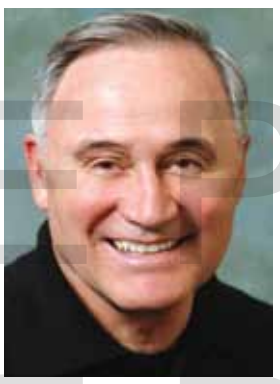
La arginina devuelve la esperanza

Por Marian Brinkman



El año pasado tenía serias dudas de llegar a cumplir los 70 años. No me había estado sintiendo bien. Me faltaba el aire; me dolían los brazos, parecía tener un constante dolor de pecho. Hice una cita con la cardióloga, quien pidió que hiciera una prueba de estrés; los resultados indicaron que necesitaría múltiples endoprótesis (o "stent") en las arterias coronarias y que tendría que tomar 5 medicamentos diarios por el resto de mi vida. Yo no quise pasar por la cirugía a pesar del historial familiar de enfermedades coronarias: algunos de mis hermanos han muerto de enfermedades coronarias; otros están tomando medicamentos contra problemas del corazón. Así que mis hijos y yo empezamos a prepararnos para lo que pensamos que serían mis últimos meses de vida. Así continuaron mis dolores y achaques; me faltaba el aire al respirar y me tomaba más tiempo hacer todo; ni siquiera podía llevar la basura al basurero, fuera de la casa. Una amiga me sugirió tomar arginina, pensando que me ayudaría a sentirme mejor. Y así fue. Mis dolores de pecho desaparecieron y en tres días ya pude caminar, sacar la basura; cuatro meses después tengo más energía y me siento mejor que cuando tenía 20 años de edad. En verdad mi cuerpo empezó a curarse al tomar arginina.

El milagroso aminoácido **Arginina** ofrece salud física óptima, beneficios anti-envejecimiento



Por el "Dr. Joe" Prendergast, M.D., FACP, FACE

La l-arginina produce óxido nítrico y es un antioxidante de alta potencia que tiene el excepcional poder de revertir la acumulación del colesterol en las arterias. Las nuevas fórmulas con otros ingredientes naturales forman las combinaciones avanzadas que se usan hoy para contrarrestar el endurecimiento arterial; esto lo han confirmado las investigaciones cardiovasculares de la Universidad Stanford, de los recipientes del premio Nobel en Medicina de 1998, y yo mismo, en mis observaciones en mi práctica clínica por 20 años. Investigaciones en las Universidades Stanford, Harvard, en el Instituto Nacional del Cáncer, los Institutos Nacionales de Salud y la mayoría de centros cardiovasculares del mundo han demostrado muy importantes reversiones de aterosclerosis y del endurecimiento de todo el sistema cardiovascular.

Yo tenía 37 años de edad, cuando un rutinario estudio CAT reveló que mis arterias eran las de un hombre de 80 años. Al repetir el estudio, después de 15 años de tomar 5 mg de l-arginina diariamente, el endurecimiento de las arterias había desaparecido. La información actual de las investigaciones de Stanford y Harvard indica que mi problema seguramente se había ya revertido a los 11 años de usarla; y ese mismo éxito lo he tenido en mis pacientes, en los últimos 20 años. Se ha reducido toda enfermedad cardiovascular en la mayoría de ellos, y el 80% tenía diabetes.

Añadimos l-citrulina para extender la acción de la l-arginina a todas las fases de la actividad de la vía del óxido nítrico. Esto hace que la l-arginina pase a ser un aminoácido semi-esencial (en vez de esencial) porque permite que el cuerpo fabrique l-arginina en pequeñas cantidades. Todavía necesitarás tomar l-arginina adicional por vía oral, pero la l-citrulina prolonga el tiempo de acción de la l-arginina.

En el año 2000 se demostraron dos nuevos caminos en el cerebro; la emisión de la

Arginina: Milagroso aminoácido — continúa en la pág. 3

Molécula milagrosa: Óxido Nítrico

POR MÁS DE 100 AÑOS, se viene usando nitro-glicerina para el alivio temporal del dolor de pecho (o angina). Nadie sabía por qué actuaba, hasta que los científicos: Robert F. Furchgott, PhD, Louis J. Ignarro, PhD, y Ferid Murad, MD, PhD recibieron el premio Nobel 1998 de Fisiología y Medicina por sus descubrimientos del "óxido nítrico como molécula señalizante en el Sistema Cardiovascular". La clave es la simple molécula de óxido nítrico (ON). Es muy simple, pero tan efectiva que ahora se le conoce como la "molécula milagrosa".

El ON es un gas de corta duración; se creía que era un contaminante, pero ahora se sabe que este gas de es vital para la salud cardiovascular. Se produce en la gruesa cobertura unicelular que recubre el interior de las arterias, llamada endotelio. El complicado proceso de su producción (que incluye la enzima ON-sintasa) ha demostrado ser crucial para la salud cardiovascular.

El descubrimiento del Dr. Salvador Moncada, de que el endotelio produce óxido nítrico a base del aminoácido l-arginina fue vital, y dio inicio a una masiva cantidad de investigaciones sobre las ventajas del ON y la l-arginina (hoy llegan a unos 200,000 estudios médicos publicados).

Se ha demostrado que el ON tiene un efecto positivo en la presión de la sangre, su flujo, y la mejora de la flexibilidad de los vasos sanguíneos. Cuando el endotelio está saludable, produce suficiente ON; pero el envejecimiento, la enfermedad, la genética y la falta de actividad física reducen su producción. Tomar suplementos con l-arginina mejora muchísimo la salud cardiovascular.

ONLINE PREVIEW

Milagro en las montañas

Las pruebas del "High Desert Heart Institute"

Por Craig Baker

Dr. Siva Arunasalam

El "High Desert Heart Institute"

EL "HIGH DESERT HEART INSTITUTE" (HDHI) es una institución cardiovascular de primera con la tecnología más avanzada para pacientes que sufren de problemas que amenazan su vida. El Dr. Siva Arunasalam, internacionalmente respetado cardiólogo y Director del Instituto HDHI, estaba usando pequeñas cantidades de l-arginina, sabiendo que no dañaría a los pacientes, pero dudaba que mayores dosis pudieran ayudar.

En el año 2009 el HDHI condujo un estudio de 90 días en 33 pacientes que sufrían de fallo cardiaco congestivo y estaban en cuidado intensivo; sin un trasplante no hubieran sobrevivido más de dos meses. Se añadió una alta dosis de l-arginina a su tratamiento. Pruebas extensas registraron más de 7,000 puntos de información; los resultados sorprendieron a los doctores, extendiendo el estudio a 180 días; los pacientes continuaron mejorando.

De los 33 pacientes que completaron el tratamiento, todos mejoraron considerablemente en múltiples sistemas: cardiovascular, pulmonar, renal, hepático. Un año después, fui al Instituto a visitar y hablar con muchos de los participantes. Era sorprendente que hubieran sobrevivido un año y muchos ya estaban alistándose para reiniciar una vida normal. Los resultados completos del estudio están siendo compilados para publicarse en una revista médica.

Curación——física y emocional

Por Alexi Teraji

Hace 15 años mi hija falleció repentinamente. Una semana después de eso, yo tuve un episodio de lo que pensé que era un ataque cardiaco, con dolor masivo en el pecho. Pero el doctor dijo que era estrés. Yo he trabajado en curar diferentes áreas de mi salud y siento que estoy 90% curada, pero seguía sufriendo de desafíos emocionales. Cuando empecé a tomar l-arginina, noté que mi corazón se "centró", estabilizándose física y emocionalmente; además ya podía pensar más claramente. Ese efecto ha continuado y me siento sorprendentemente fuerte.

Sobreviviente de ataque cardiaco empieza a tomar arginina

Por Woody Woodson

A la edad de 51 años ya había pasado por cirugías en 5 arterias, 4 ataques cardiacos y un "stent". Mi corazón está 80% muerto y estoy en la lista de trasplantes. Después del primer ataque dejé de fumar, tomar licor y cambié mi alimentación. Pero no tenía energía y al final del día regresaba a casa, me sentaba en una silla y me quedaba dormido. Hace dos meses empecé a tomar arginina. Me empecé a sentir mejor de inmediato, con más energía y menos modorra. Ahora salgo y juego con mi perro y voy a caminar a donde quiera. Hace un año todo mi mundo se vino abajo. Pero mi vida ha cambiado gracias a la arginina.

Volviendo a tener salud

Por Donna Anderson

Venía tomando medicinas por 16 años; ¡a veces tomaba 16 medicamentos y hasta 10 suplementos al día! Cuando empecé a tomar arginina tuve cuatro veces más energía y en dos semanas me sentía más feliz que nunca. He dejado de tomar ya seis de los medicamentos y he reducido la dosis de otros cuatro de ellos. ¡Arginina me está devolviendo la salud!

Regresa la Vitamina D

LOS BENEFICIOS DE LA VITAMINA D se conocen por muchas décadas. Es necesaria para absorber el calcio, ayudando así a mantener fuertes tus huesos. Se pensaba que a los 14 años ya habías acumulado suficiente vitamina D para el resto de tu vida, pero ahora se sabe que no es así. La vitamina D es considerada como una hormona y tenemos deficiencia de ella. Todos. Es vital tomarla durante toda la vida.

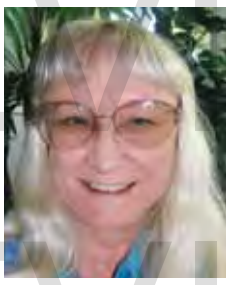
La vitamina D ayuda a regular los niveles de minerales como el calcio y el fósforo. Ayuda a movilizar el calcio, llevándolo del torrente sanguíneo (donde se puede pegar a los vasos, y endurecerlos) a los huesos. La vitamina D no es tóxica por sí sola. La toxicidad se asocia a una mayor absorción de minerales, como el calcio.

Una adecuada provisión de vitamina D ayuda al cuerpo en: la presión de la sangre, el colesterol, la debilidad muscular y las condiciones como la diabetes, MS, la artritis reumatoide, COPD, problemas respiratorios y en los tejidos pulmonares. El cuerpo manufactura vitamina D en la piel durante la exposición moderada al sol. Pero para prevenir el cáncer a la piel, junto con el bronceador de alto SPF y los anteojos oscuros, debemos tomar suplementos.

Adiós depresión

Por Kellie Rae Turley

Por 15 años me enfrenté a la depresión. No importa qué probé, nada pareció reducir la profunda sensación de pesar que sentía poco antes de abrir los ojos en la mañana. Después de tres días de tomar arginina, ¡mi vida cambió! Desapareció esa sensación. Me despierto energizada y animada de empezar el día. La familia y los amigos dicen que tengo la energía y vitalidad que tenía a los veintitantos años. Ya no siento pesadez por la tarde. Me levanto de la silla como si me lanzara un resorte, camino con felicidad y tengo energía todo el día. ¡Es un verdadero milagro!



Me veo más joven cada día

Por Toni Smith

¡En sólo cuatro meses revertí 82 años de endurecimiento de mis vasos sanguíneos! Una amiga me dice que me veo 10 años más joven y yo me siento 10 años más joven. ¡Cuánta diferencia ha hecho en mi vida tomar arginina! Mi presión bajó de 157/94 a 111/73. Al ver la diferencia en mi lectura CASP lloré de alegría. Mi cabello y mis uñas están volviendo a crecer, puedo hacer las cosas que hacía antes, y lo mejor de todo es ver cómo mis amigos y familia recuperan su vida. ¡Finalmente! ¡Un producto que produce aún mejores resultados que los que promete!

"La arginina puede revolucionar nuestra sociedad".

Por Paul Melcher

Trabajo en un entorno de mucha intensidad y por eso he probado diferentes suplementos para mejorar mi rendimiento físico y mental. Empecé a usar arginina cuando un amigo me habló de ella. Soy un cliente dificultoso, por mi formación militar. Siempre estoy buscando errores y debilidades en los planes, el análisis y las operaciones. He descubierto que la arginina funciona, ¡absolutamente! Con tres beneficios: un sueño más profundo y reparador, más energía mental y física, y estabilización del cuerpo (masa corporal magra). La arginina puede revolucionar nuestra sociedad.

Alivió divertículos enfermos

Por Richard S. Boccelli Jr.

Los divertículos me han llevado a guardar cama en el hospital muchas veces en los últimos 14 años; tomaba medicamentos y mi vida era incómoda y dolorosa. Tenía que planear mis actividades de forma que siempre pudiera estar cerca de casa. Tener una vida social era difícil. Empecé a tomar arginina y desde entonces me he sentido muchísimo mejor; puedo comer alimentos que antes no podía comer; más importante, ya no es problema alejarme de casa.

ONLINE PREVIEW

La edad de tus arterias

HAY UN CAMBIO en la manera en que los investigadores están viendo al envejecimiento de las arterias. En el pasado, se pensaba que el envejecer era inevitable e irreversible. Que eran iguales el paso del tiempo y el camino hacia el engrosamiento y endurecimiento de las arterias, la inflamación, acumulación del calcio y placa.

Pero el sistema cardiovascular humano envejece a un paso diferente que los años cronológicos. Los factores de riesgo pueden agregar años o décadas a tu edad cardiovascular. Un artículo de Ron Winslow en el *Wall Street Journal** ha popularizado una nueva idea.

Hay maneras de retroceder el tiempo y revertir el daño.

Tus arterias, capilares, venas (tus vasos sanguíneos) tienen un papel clave en tu salud. Hay un mayor interés en entender el papel del endotelio (la capa interna del de una célula de ancho y 100,000 millas de largo). Se ha descubierto que el endotelio sano es uno de los más importantes factores en mantener la salud cardiovascular.

Así que, ¿qué hacer para tener un endotelio saludable? Hay 5 factores que determinan la salud cardiovascular. El primero es la herencia (que por ahora se cree no cambiable). Luego, hacer ejercicios, controlar el estrés, la buena alimentación, y el tomar suplementos que el cuerpo necesita. Estos son vitales en rejuvenecerte de adentro hacia afuera.

**Your Risk of Heart Disease.* Wall Street Journal, *6/1/2010 página D1-Por Ron Winslow*

Tenlo siempre contigo

Por Dr. Ken and Mary Richeaux

Al escuchar por primera vez sobre la l-arginina y sus beneficios, tuvimos tantas dudas como cualquiera. Pero al estudiar la ciencia y las investigaciones que respaldan la arginina y el óxido nítrico, vimos muchas pruebas a su favor. ¡Qué bueno que lo hicimos! Después de sólo un corto tiempo de tomarlo pude sentir sus beneficios. Volví a sentir la misma energía que tenía a los veintitantos años. Mi esposa Mary tenía una condición auto inmunológica con inflamación e hinchazón y la arginina ayudó a reducir los síntomas. Ahora ya no necesita tomar los medicamentos y sus síntomas están completamente bajo control. Inmediatamente compartimos la noticia de los fabulosos beneficios de la arginina con nuestra familia. Cuando ellos lo empezaron a tomar, empezamos a ver resultados milagrosos. ¡Siempre tendremos l-arginina a la mano!

Arginina Milagroso aminoácido

Viene de la pág. 1

hormona del crecimiento ocurre mediante un proceso intravenoso independiente de la ingestión.

Esta nueva información confirma que no es importante cuándo o con qué alimentos tomas la l-arginina. Tómala tan pronto como te acuerdes de tomarla. Lo más importante es que la l-arginina es el mejor elemento básico individual que se puede tomar como tratamiento contra el envejecimiento. Muchos de los productos contra el envejecimiento existentes son buenos, pero pocos producen el tremendo y positivo efecto que trae la adición de la l-arginina. El anti-envejecimiento se define como la reversión de una a dos décadas de envejecimiento metabólico para permitir una nueva meseta estable de actividad metabólica. Ojalá se pueda regresar a la actividad juvenil que tenían hace dos décadas; es decir, 20 años más joven en tu interior, aunque el tiempo continúe su labor de cincelar tu exterior. Pero ojalá que el brillo de la salud se extienda también a tu exterior. Al añadirle otros productos anti-envejecimiento a la l-arginina permite un producto fuerte y eficaz para todo el metabolismo. Esto es bueno para los jóvenes y para todo aquel que desee un mejor rendimiento mental y físico.

El Dr. Prendergast es el autor de "The Uncommon Doctor". Es Certificado en Endocrinología, Metabolismo Humano y Medicina Interna; es practicante e investigador médico. Ha publicado más de 50 artículos médicos incluyendo en los prestigiosos: Journal of the American Medical Association, The New England Journal of Medicine, *y* Diabetes Care.

Beneficios de la arginina en LOS SISTEMAS DEL CUERPO

CIRCULATORIO
- Ayuda a prevenir la hipertensión
- Ayuda a mejorar el desempeño cardiovascular, incluyendo un mejor flujo de la sangre al músculo cardiaco, al cerebro, y los órganos de la reproducción
- Tiene beneficios similares a los medicamentos de prescripción para reducir los niveles de colesterol

GLANDULAR
- Beneficioso para el páncreas y la producción de insulina
- Beneficia la tiroides, que es el modulador del ácido nítrico y las erecciones
- 8 ml de arginina al día, por seis meses, mejoró la motilidad del esperma en hombres fértiles

INTESTINAL
- Ayuda a restablecer la mucosa de las paredes intestinales
- Ayuda a prevenir y mejorar la curación de las úlceras

ESTRUCTURAL
- Ayuda a prevenir el cáncer a los huesos
- Ayuda al crecimiento normal de los huesos y ha ayudado al crecimiento, en algunos niños
- Puede ayudar a la emisión de la hormona del crecimiento humano, que ha demostrado mejorar el crecimiento y funcionamiento de las articulaciones y los huesos

INMUNOLÓGICO
- Ayuda a inhibir el crecimiento de células de los tumores y su metástasis
- Ayuda a mejorar el número de las células inmunológicas y su actividad en pacientes con cáncer
- Ayuda a mejorar la curación de las heridas

DIGESTIVO
- Mejora la hepatitis en 30 días
- Ayuda a reparar el hígado dañado
- Beneficia el crecimiento y rendimiento de los pro bióticos

NERVIOSO
- Ayuda a reducir los efectos del estrés
- Protege los tejidos del cerebro contra el daño de apoplejía (derrame o embolia cerebral)
- Ayuda a mejorar el funcionamiento del cerebro y protegerlo contra Alzheimer

URINARIO
- Ayuda a mejorar el flujo sanguíneo, el de la orina y la producción de óxido nítrico, que puede mejorar la función reproductora en hombres y mujeres
- Ayuda a mejorar el ciclo del óxido nítrico, beneficiando la erección masculina y la disfunción

RESPIRATORIO
- Ayuda a proteger los pulmones y mejora la curación del daño ocasionado por el humo
- Ayuda a proteger el músculo cardiaco, estimulando el crecimiento y restablecimiento de las células del miocardio

La validación científica aparece en la página 4

ONLINE PREVIEW

22 razones para usar ARGININA

1 Es mil veces más poderoso que cualquier otro antioxidante producido naturalmente por tu cuerpo. Las propiedades antioxidantes de la arginina, apoyan varios sistemas del cuerpo y pueden protegerlo contra la enfermedad cardiovascular, apoplejía, cáncer y diabetes.[16,17]

2 Ofrece una amplia gama de apoyo cardiovascular, incluyendo el control de la presión arterial[18,19] y de la formación de placa. El óxido nítrico mantiene relajadas y elásticas las arterias, para una normal presión sanguínea, previniendo la hipertensión y la angina.[20]

3 Mejora la memoria, especialmente la de largo plazo,[21] y puede ayudar a revertir los efectos de la demencia y el Alzheimer.[22]

4 Eleva la producción de HGH (hormona de crecimiento humano), que tiene propiedades anti-envejecimiento.[23]

5 Mejora la comunicación de las células mensajeras entre los nervios y el cerebro.[24]

6 Puede ayudar a mejorar el funcionamiento inmunológico,[25] y luchar contra las infecciones bacterianas.[26]

7 Puede prevenir y hasta revertir los efectos de la osteoporosis afectando la masa ósea en forma positiva.[47]

8 Puede ayudar al tratamiento y prevención de la diabetes, ya que muchas complicaciones de las enfermedades, incluyendo la mala circulación y la ceguera son de naturaleza vascular. La arginina también regula la emisión de la insulina en el páncreas.[27,28]

9 Puede inhibir la división y proliferación de las células cancerosas.[29,30]

10 Ayuda a controlar el colesterol, reduciendo el nivel de colesterol LDL en la sangre.[31]

11 Mejora el desempeño sexual masculino al tratar la disfunción eréctil.[32]

12 Sus propiedades anticoagulantes reducen el aglutinamiento para bajar el riesgo de ataques cardiacos y de apoplejía.[33]

13 Reduce la hipertensión del embarazo, peligrosa para la madre y para el bebé.[34]

14 Eleva la masa muscular magra y mantiene la densidad ósea al elevar la producción de HGH.[38] Como resultado, puede ser útil en el control del peso y el ejercicio para aumentar la fuerza.

15 Puede ayudar a revertir el daño cardiovascular y de los pulmones, causado por el uso del tabaco, [39] ya que el nivel de óxido nítrico es menos que la mitad del nivel de los no-fumadores.[40]

16 Ayuda a acelerar la curación de las heridas[41] y la recuperación post-operatoria.[42] Las investigaciones han demostrado que es útil en el tratamiento de quemaduras[43] y estimula la curación de las heridas en los ancianos.[44]

17 Relaja los músculos del esfínter hipertónico, previniendo y curando las hemorroides.[37]

18 Puede ser útil en mejorar el rendimiento atlético, por su capacidad de elevar la tolerancia al ejercicio,[45] tiene un efecto beneficioso a los pulmones, y los niveles de HGH.

19 Puede mejorar el funcionamiento de la próstata.[46]

20 Es útil en el tratamiento del asma, al abrir los canales pulmonares para respirar mejor y el tratamiento de las enfermedades pulmonares.[35,36]

21 Se ha usado en el tratamiento del síndrome de intestino irritable[48] y para reducir la ocurrencia de las úlceras, especialmente las producidas por el estrés, sin afectar la producción de ácido gástrico.[49,50]

22 Puede mejorar el funcionamiento renal y reducir el progreso de la enfermedad renal y el fallo renal relacionados a la edad.[51,52]

ONLINE PREVIEW

VALIDACIÓN CIENTÍFICA

1. Toprakci M, et al. Age-associated changes in nitric oxide metabolites, nitrite and nitrate. Int J Clin Lab Res. 2000; 30(2):83-5.

2. Vallance P, Moncada S. Nitric oxide—from mediator to medicines. J R Coll Physicians Lond. 1994 May-Jun; 28(3): 209-19.

3. Zeiher, A.M., Schachinger, V., and Minners, J., "Long-Term Cigarette Smoking Impairs Endothelium-Dependent Coronary Arterial Vasodilator Function," Circulation. 1995; 92:1094-1100.

4. Nakaki T, et al. L-arginine induced hypotension. Lancet. 1990 Oct 20; 336(8721):1016-7.

5. Khedara A, Kawai Y, Kayashita J, Kato N. Feeding rats the nitric oxide synthase inhibitor, L-N(omega) nitroarginine, elevates serum triglycerides and cholesterol and lowers hepatic fatty acid oxidation. J Nutr. 1996 Oct; 126(10): 2563-7.

6. Suematsu Y, Ohtsuka T, et al. L-Arginine given after ischemic preconditioning can enhance cardioprotection in isolated rat hearts. Eur J Cardiothorac Surg. 2001 Jun;19(6):873-9.

7. Bode-Boger SM, Boger RH, et al. Differential inhibition of human platelet aggregation and thromboxane A 2 formation by L-arginine in vivo and in vitro. Arch Pharmacol. 1998; 357:143-50.

8. Hambrecht R, et al. Correction of endothelial dysfunction in chronic heart failure: additional effects of exercise training and oral L-arginine supplementation. J Am Coll Cardiol. 2000 Mar 1; 35(3):706-13.

9. Cheng JW, Balwin SN. L-Arginine in the management of cardiovascular diseases. Ann Pharmacother. 2001 Jun;35(6):755-64.

10. Desrois M, Sciaky M, Lan C, et al. L-arginine during long-term ischemia: effects on cardiac function, energetic metabolism and endothelial damage. J Heart Lung Transplant. 2000 April; 19(4): 367-76.

11. Burnett, A.L. Nitric Oxide in the Penis: Physiology and Pathology. J Urology. 1997; 157:320-4.

12. Much Ado About NO. Harvard Health Letter. 1993; 18:6-7.

13. Zorgniotti, A.W. and Lizza, E.F. Effect of Large Doses of Nitric Oxide Precursor L-Arginine, on Erectile Dysfunction. International Journal of Impotence Research. 1994; 6:33-6.

14. Chen J, Wollman Y, Chernichovsky T, et al. Effect of high dose nitric oxide donor L-arginine in men with organic erectile dysfunction. BJU Int. 1999 Feb; 83(3):269-73.

15. American Heart Association (www.americanheart.org).

16. Kochupurackal P, et al. Nitric oxide: an antioxidant and neuroprotector. Annals of the New York Academy of Sciences. 2002; 962:389-401.

17. Kumar CA, Das UN. Lipid peroxides, antioxidants and nitric oxide in patients with pre-eclampsia and essential hypertension. Med Sci Monitor. 2000 Sep-Oct; 6(5):901-7.

18. Brown, M.D., Dengel, D.R., Supiano, M.A. Nitric Oxide Biomarkers are Associated with the Blood Pressure-Lowering Effects of Dietary Sodium Restriction in Older Hypertensives. Circulation (Abstract I). 1997; 96:I-539.

19. Rosano, G.M.C., Tanina, G., Cerquetani, E., Leonardo, F., Pelliccia, F., Bonfigli, B., and Chierchia, F.L. L-arginine Improves Endothelial Function in Newly Diagnosed Hypertensives. The Journal of the American College of Cardiology (Supplement A). 1998; 31:262a.

20. Moncada, F., Palmer, R.M.J., Higgs, E.A. The Discovery of Nitric Oxide as the Endogenous Nitrovasodilator. Hypertension. 1988; 12:365-72.

21. Pautler EL. The possible role and treatment of deficient microcirculation regulation in age-associated memory impairment. Med Hypotheses. 1994 Jun; 42(6):363-6.

22. Tarkowski E, et al. Intrathecal release of nitric oxide in Alzheimer's disease and vascular dementia. Dement Geriatr Cogn Disord. 2000 Nov-Dec; 11(6):322-6.

23. Ghigo E, Arvat E, Gianotti L, et al. Hypothalamic growth hormone-insulin-like growth facto-1 axis across the human life span. J Pediatr Endocrinol Metab. 2000; 13 Suppl 6:1493-502.

24. Fried R, Merrell WC. The Arginine Solution. New York, NY. Warner Books, 1999.

25. Efron D, Barbul A. Role of arginine in immunonutrition. J Gastroentol. 2000; 35 Suppl 12:20-3..

26. Korting GE, Smith SD, Wheeler MA, Weiss RM, Foster HE. A randomized double-blind study of oral L-arginine for treatment of interstitial cystitis. J Urol. 1999 Feb; 161(2):558-65.

27. Piatti PM, Monti LD, Valsecchi G, et al. Long term oral L-arginine administration improves peripheral and hepatic insulin sensitivity in type 2 diabetes. Diabetes Care. 2001 May; 24(5):875-80.

28. Mohan IK, Cas UN. Effects of L-arginine-nitric oxide system on chemical induced diabetes mellitus. Free Radic Biol Med. 1998 Nov 1; 25(7):757-65.

29. Heys SD, et al. Dietary supplementation with L-arginine: Modulation of tumor infiltrating lymphocytes in patients with colo-rectal cancer. Br J Surg. 1997 Feb; 84(2):238-41.

30. Brittenden J, et al. Dietary supplementation with L-arginine in patients with breast cancer (> 4cm.) receiving multi-modality treatment: report of a feasibility study. Br J Cancer. 1994 May; 69(5):918-21.

31. Khedara A, Kawai Y Kayashita J Kato N. Feeding rats the nitric oxide synthase inhibitor, L-N(omega) nitroarginine, elevates serum triglycerides and cholesterol and lowers hepatic fatty acid oxidation. J Nutr. 1996 Oct; 126(10):2563-7.

32. Chen J, Wollman Y, Chernichovsky T, et al. Effect of high dose nitric oxide donor L-arginine in men with organic erectile dysfunction. BJU Int. 1999 Feb; 83(3):269-73.

33. Wolf A, et al. Dietary L-arginine supplementation normalizes platelet aggregation in hypercholesterolemic humans. J Am Coll Cardiol. 1997 Mar 1; 29(3):479.

34. Podjarny, E., et al. Pregnancy-induced hypertension in rats with adriamycin nephropathy is associated with inadequate production of nitric oxide. Hypertension. 1997; 29:986-991.

35. De Gouw HW, Verbruggen MB, Twiss IM, Sterk PJ. Effect of oral L-arginine on airway hyper-responsiveness to histamine in asthma. Thorax. 1999 Nov; 54(11):1033-5.

36. De Gouw HW, Marshall-Partridge SJ, et al. Role of nitric oxide in the airway response to exercise in healthy and asthmatic subjects. J Appl Physiol. 2001 Feb; 90(2):586-92.

37. Fried R, Merrell WC. The Arginine Solution. New York, New York. Warner Books, 1999. pp 4-5.

38. Stevens BR, Godfrey MD, Kaminski TW, Braith RW. High intensity dynamic human muscle performance enhanced by a metabolic intervention. Med Sci Sports Exerc. 2000 Dec; 32(12):2102-8.

39. Heitzer, T., Just, H., and Munzell, T. Antioxidant Vitamin C Improves Endothelium Function in Chronic Smokers. Circulation. 1996; 94:9.

40. Zeiher, A.M., Schachinger, V., and Minners, J. Long-Term Cigarette Smoking Impairs Endothelium-Dependent Coronary Arterial Vasodilator Function. Circulation. 1995; 92:1094-1100.

41. Barbul A, et al. Arginine enhances wound healing and lymphocyte immune responses in humans. Surgery. 1990 Aug; 108(2):331-6; discussion 336-7.

42. Braga M, Gianotti L Raedelli G, et al. Perioperative immunonutrition in patients undergoing cancer surgery: results of a randomized double-blind phase 3 trial. Arch Surg. 1999 Apr; 134(4):428-33.

43. De-Souza DA, Greene LJ. Pharmacological nutrition after burn injury. J of Nutri. 1998 May; 128(5):797-803.

44. Kirk SJ, et al Arginine stimulates wound healing and immune function in elderly humans. Surgery. 1993 Aug; 114(2):155-9; discussion 160.

45. Bednarz B, Wolk R, Chamiec T, et al. Effects of oral L-arginine supplementation on exercised induced QT dispersion and exercise tolerance in stable angina pectoris. Int J Cardiol. 2000 Sep 15; 75(2-3): 205-10.

46. Aikawa K, Yokota T, et al. Endogenous nitric oxide-mediated relaxation and nitrinergic innervation in the rabbit prostate: the change with aging. Prostate. 2001 Jun 15; 48(1):40-6.

47. Fini M, et al. Effect of l-lysine and L-arginine on primary osteoblast cultures from normal and osteopenic rats. Biomed Pharmacother. 2001 May; 55(4):213-21.

48. Sahin AS, Atalik KE, Gunel E, Dogan N. Nonadrenergic, noncholinergic responses of the human colon smooth muscle and the role of K+channels in these responses. Methods Find Exp Clin Pharmacol. 2001 Jan-Feb; 23(1):13-7.

49. Ohta Y, Nishida K., Protective effect of l-arginine against stress-induced gastric mucosal lesions in rats and its relation to nitric acid-mediated inhibition of neutrophil infiltration. Pharmacal Res. 2001 Jun; 43(6):535-41.

50. Khattab MM, Gad MZ, Abdallah D. Protective role of nitric oxide in indomethacin- induced gastric ulceration by a mechanism independent of gastric acid secretion. Pharmacol Res. 2001 May; 43(5):463-7.

51. De Nicola L, Bellizzi V, Minutolo R, et al. Randomized, double-blind, placebo controlled study of arginine supplementation in chronic renal failure. Kidney Int. 1999 Aug; 56(2):674-84.

52. Reckelhoff JF, et al. Long-term dietary supplementation with L-arginine prevents age related reduction in renal function. Am J Physiol. 1997 Jun; 272(6 Pt 2):1768-74.

Para más información, póngase en contacto con:

soundconcepts
creative business solutions

Para obtener copias adicionales de este periódico visite:
www.largininesearch.com
O llame al tel.:1-877-225-3520

© Derechos de autor reservados, en español, 2011. Sound Concepts. Traducido al Castellano por John S. Baker. Estas declaraciones no han sido evaluadas por la FDA. Estos programas y productos no tienen la intención de diagnosticar, tratar, curar o prevenir enfermedad alguna. Siempre consulte con un doctor o profesional del cuidado de la salud antes de empezar este o cualquier otro programa de salud o de acondicionamiento físico. Si tiene menos de 18 años de edad, o está embarazada, dando de lactar, o es alérgico(a), o tiene cualquier otra condición médica, favor de consultar con un doctor antes de usar. Descontinuar su uso en caso de cualquier reacción alérgica.