

## MACA ROJA

### CONDICIONES DE SALUD EN LAS QUE LA MACA ROJA PUEDE AYUDAR

USO TRADICIONAL	INVESTIGACION MODERNA
Osteoporosis	Osteoporosis
Menopausia	Prostatitis
Estrés	Hiperplasia benigna de próstata
Vigorizante	Estrés
Energizante	Depresión
Mejora el ánimo	Antioxidante
Afrodisíaco	Fotoprotector celular contra rayos UV
	Eleva el sistema inmunológico

**ESPECIE** *Lepidium peruvianum* variedad Roja

**UBICACIÓN** La Maca se encuentra en el Perú, ha sido sembrada sin éxito en otros Países. Su cultivo se realiza a más de 4,000 metros sobre el nivel del mar en tierras de alta mineralización que descansan un mínimo de 7 años antes de volver a ser utilizados.

En su cultivo no se utilizan pesticidas ni fertilizantes químicos.

#### DESCRIPCION

Es una planta bianual, lo que quiere decir que produce semillas cada dos años. La parte utilizada es la raíz, que tiene forma y aspecto parecido al rabanito. Puede presentarse en 11 colores y combinaciones de colores. El más frecuente es el amarillo, seguido por el morado, negro, rojo, gris, blanco y combinaciones. Tiene hasta 8 cms de diámetro, es picante cuando está fresca, y ligeramente amarga cuando está seca.

Herbácea pequeña, crece pegada al suelo para protegerse de las inclemencias del tiempo en las alturas que habita. Tiene de 12 a 20 hojas radicales.

Las flores son crucíferas, las semillas de hasta 2mms, son ovoides.

#### FUENTES

Effect of ethanol extract of *Lepidium meyenii* Walp. on osteoporosis in ovariectomized rat.

Author: Zhang,-Y; Yu,-L; Ao,-M; Jin,-W

J-Ethnopharmacol. 2006 Apr 21; 105(1-2): 274-9

Beneficial effects of *Lepidium meyenii* (Maca) on psychological symptoms and measures of sexual dysfunction in postmenopausal women are not related to estrogen or androgen content.

Brooks, Nicole A; Wilcox, Gisela; Walker, Karen Z; Ashton, John F; Cox, Marc B; Stojanovska, Lily  
Menopause.null null; 15(6): 1157-62

Dose-response effect of Red Maca (*Lepidium meyenii*) on benign prostatic hyperplasia induced by testosterone enanthate.

Gasco,-M; Villegas,-L; Yucra,-S; Rubio,-J; Gonzales,-G-F



Phytomedicine. 2007 Aug; 14(7-8): 460-4

Effect of chronic treatment with three varieties of *Lepidium meyenii* (Maca) on reproductive parameters and DNA quantification in adult male rats.

Gasco,-M; Aguilar,-J; Gonzales,-G-F

Andrologia. 2007 Aug; 39(4): 151-8

Effect of three different cultivars of *Lepidium meyenii* (Maca) on learning and depression in ovariectomized mice.

Rubio,-J; Caldas,-M; Davila,-S; Gasco,-M; Gonzales,-G-F

BMC-Complement-Altern-Med. 2006; 6: 23

Red maca (*Lepidium meyenii*) reduced prostate size in rats.

Gonzales,-G-F; Miranda,-S; Nieto,-J; Fernandez,-G; Yucra,-S; Rubio,-J; Yi,-P; Gasco,-M

Reprod-Biol-Endocrinol. 2005; 3(1): 5

Antagonistic effect of *Lepidium meyenii* (red maca) on prostatic hyperplasia in adult mice.

Author: Gonzales, G F; Gasco, M; Malheiros-Pereira, A; Gonzales-Castañeda, C

Andrologia. 2008 Jun; 40(3): 179-85

Red maca (*Lepidium meyenii*) reduced prostate size in rats

Gustavo F Gonzales, Sara Miranda, Jessica Nieto, Gilma Fernández, Sandra Yucra, Julio Rubio, Pedro Yi, Manuel Gasco

Reprod Biol Endocrinol. 2005; 3: 5. Published online 2005 January 20. doi: 10.1186/1477-7827-3-5

PMCID: PMC548136

Maca (*L. meyenii*) for improving sexual function: a systematic review

Byung-Cheul Shin, Myeong Soo Lee, Eun Jin Yang, Hyun-Suk Lim, Edzard Ernst

BMC Complement Altern Med. 2010; 10: 44. Published online 2010 August 6. doi: 10.1186/1472-6882-10-44

PMCID: PMC2928177

Int J Dermatol. 2011 Aug;50(8):928-38. doi: 10.1111/j.1365-4632.2010.04793.x.

Photoprotection against the UVB-induced oxidative stress and epidermal damage in mice using leaves of three different varieties of *Lepidium meyenii* (maca).

Gonzales-Castañeda C, Rivera V, Chirinos AL, Evelson P, Gonzales GF.

Faculty of Sciences and Philosophy, Department of Biological and Physiological Sciences, Universidad Peruana Cayetano Heredia Lima, Peru.

Photodermatol Photoimmunol Photomed. 2008 Feb;24(1):24-31.

Hypocotyls of *Lepidium meyenii* (maca), a plant of the Peruvian highlands, prevent ultraviolet A-, B-, and C-induced skin damage in rats.

Gonzales-Castañeda C, Gonzales GF.

Department of Biological and Physiological Sciences, Faculty of Sciences and Philosophy, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Peru

Plant Foods Hum Nutr. 2007 Jun;62(2):59-63.

The influence of maca (*Lepidium meyenii*) on antioxidant status, lipid and glucose metabolism in rat.

Vecera R, Orolin J, Skottová N, Kazdová L, Oliyarnik O, Ulrichová J, Simánek V.

Institute of Pharmacology, Medical Faculty, Palacký University, Hnevotínská 3, 775 15, Olomouc, Czech Republic.

Actividad antioxidante de la Maca

[http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bibvirtual/Publicaciones/ing\\_quimica/v12\\_n2/pdf/a11v12.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/Bibvirtual/Publicaciones/ing_quimica/v12_n2/pdf/a11v12.pdf)

[http://sisbib.unmsm.edu.pe/bVrevistas/Anales/v70\\_sup/pdf/a02vol70sup.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bVrevistas/Anales/v70_sup/pdf/a02vol70sup.pdf)

Actividad anti estrés y energética

<http://redalyc.uaemex.mx/pdf/379/37912410005.pdf>

Diccionario Enciclopédico de Plantas útiles del Perú. Brack Egg, Antonio. PNUD – Centro de Estudios Regionales Andinos Bartolomé de las Casas

All information is for informational purposes only, and not intended to diagnose, treat, cure, mitigate, or prevent any disease. No statements have been evaluated by the FDA. We always suggest talking to your physician concerning any questions you may have about supplement/drug interactions.

Extended Disclaimer [Click Here](#)

NutritionHealers