

# Preguntas y Respuestas sobre el Mangostán

## Con el Dr. Fred Templeman

XANTHOMYST PLUS™ CONSULTOR  
Y ASESOR MÉDICO



### 1. ¿De dónde proviene la fruta del mangostán?

*Garcinia mangostana*, o mangostán púrpura, es originario del sudeste asiático, específicamente de países como Tailandia, Malasia, Indonesia y Filipinas. Su cultivo se ha extendido a otros países en Sudamérica (Brasil, Colombia), África (Madagascar) e incluso a destinos poco comunes como Martinica en el Caribe. Se cultiva comercialmente en 11 países diferentes.

### 2. ¿Por qué es tan popular?

El mangostán es la fruta más cara en los mercados de los países donde se cultiva. Su pulpa interna, segmentada y de color blanco, tiene un sabor dulce y ácido, junto con una textura cremosa y jugosa. Su sabor ha sido descrito como una combinación de durazno, uva y fresa. En Tailandia, ha sido nombrada la "**Reina de las Frutas.**" Su cáscara externa, o "pericarpio," es extremadamente rica en fitonutrientes y ha sido utilizada durante siglos en disciplinas médicas tradicionales.

### 3. ¿Cuál es la fuente del valor del mangostán para los humanos?

Las plantas están expuestas a las mismas amenazas ambientales peligrosas que causan enfermedades en los humanos, como virus, bacterias, hongos, parásitos y la radiación del sol. El mangostán elabora complejos antivirales, antibacterianos, antifúngicos y también produce sustancias para controlar parásitos. Estas, al ser consumidas por el cuerpo humano, pueden proporcionar beneficios similares, ayudando a fortalecer el sistema inmunológico y a combatir estas amenazas de manera natural.

Además, los mangostanes contienen muchos elementos nutricionales que nuestro cuerpo utiliza para crecer y prosperar. Estos nutrientes se encuentran principalmente en los pigmentos del pericarpio.

### 4. ¿Qué familias de nutrientes se encuentran en el mangostán?

El mangostán contiene una variedad de polifenoles, incluidos xantonas, flavonoides y taninos. **Las xantonas, que son únicas del mangostán, son los polifenoles más estudiados en la fruta y se han considerado como candidatos prometedores para mejorar la salud.** El mangostán también contiene catequinas, antocianinas, quercetina y resveratrol, todos tipos de flavonoides con diversos beneficios para la salud. Los taninos son otro grupo de polifenoles presentes en el mangostán que han demostrado tener su propia lista de efectos estudiados.

# Preguntas y Respuestas sobre el Mangostán

## Con el Dr. Fred Templeman

XANTHOMYST PLUS™ CONSULTOR  
Y ASESOR MÉDICO



### **5. Si el mangostán ha sido ampliamente estudiado por científicos por sus beneficios para la salud, ¿por qué no podemos difundir esta información al mundo?**

Aunque los científicos han estudiado la fruta del mangostán desde 1850 y, hasta hoy, más de 26,000 citas están registradas en la base de datos científica Google Scholar sobre la fruta, los estudios no cumplen con los criterios establecidos por el gobierno de los Estados Unidos para calificar como un “medicamento.” Solo los “medicamentos” pueden estar vinculados a afirmaciones médicas para el diagnóstico o tratamiento de una enfermedad.

Las empresas que venden suplementos solo están permitidas a usar afirmaciones de “estructura y función” basadas en la investigación científica relevante. Por ejemplo, “ayuda a apoyar un sistema inmunológico saludable, sistema respiratorio, etc.” Estas afirmaciones deben estar respaldadas por evidencia científica, pero no pueden hacer afirmaciones directas sobre la cura, prevención o tratamiento de enfermedades.

Las personas que hayan experimentado efectos beneficiosos al usar un suplemento tienen el derecho, protegido por la Primera Enmienda que garantiza la libertad de expresión, de hablar sobre su propia experiencia. Sin embargo, no es apropiado utilizar la experiencia de terceros para reforzar la creencia en los efectos de un suplemento, ya que esto puede ser visto como una forma indirecta de hacer afirmaciones de salud no comprobadas o no autorizadas por organismos regulatorios.

### **6. Si el mangostán es tan extraordinario, ¿por qué las empresas de suplementos no han realizado la investigación que les permitiría hablar más explícitamente sobre sus beneficios para la salud?**

Los ensayos clínicos aleatorizados, controlados y doble ciego son el tipo de evidencia médica requerida por ley para justificar cualquier afirmación pública específica sobre la salud o enfermedades. Este proceso es extremadamente costoso. El Centro para el Estudio del Desarrollo de Medicamentos de la Universidad de Tufts declaró recientemente que los costos de investigación y desarrollo de medicamentos ahora alcanzan los \$2.9 mil millones por nuevo medicamento. A esto se suma el hecho de que los productos naturales o botánicos no pueden, por ley, ser patentados como lo son los medicamentos, lo que hace evidente que los suplementos no pueden cumplir con los requisitos legales que permitirían a nuestra industria hacer afirmaciones médicas.

No obstante, se han realizado numerosos experimentos “in vitro” (en tubos de ensayo y placas de Petri) y “in vivo” (utilizando modelos animales). Incluso existen ensayos en humanos, o “ensayos clínicos”. Por ejemplo, varios estudios han investigado los posibles efectos terapéuticos del mangostán en diversas condiciones de salud.

Entre los suplementos, el mangostán ha sido bien estudiado, con más de 26,000 citas disponibles en la base de datos “Google Scholar”.

# Preguntas y Respuestas sobre el Mangostán Con el Dr. Fred Templeman

XANTHOMYST PLUS™ CONSULTOR  
Y ASESOR MÉDICO



## 7. ¿Puede el mangostán, en cualquier forma, utilizarse junto con medicamentos?

Los medicamentos farmacéuticos son procesados por el hígado en los mismos sistemas enzimáticos que procesan los alimentos, y el mangostán es un alimento. Los medicamentos farmacéuticos alteran la velocidad a la que el hígado puede procesar ciertos alimentos y, a su vez, los alimentos pueden afectar este proceso. Por lo tanto, la cantidad de medicamento que puede ser procesada podría cambiar. Sin embargo, para ser claros, ¡es el medicamento el que cambia la velocidad de procesamiento, no el alimento!

Como resultado, es posible que haya alguna alteración en la administración de medicamentos con el uso de alimentos, incluido el mangostán. Sin embargo, en la práctica, durante más de 10 años fui responsable de reportar cualquier reacción grave entre alimentos y medicamentos causada por el mangostán vendido por una empresa muy grande que tenía millones de clientes. En todo ese tiempo, nunca tuve que enfrentarme a una reacción médica grave que pudiera atribuirse al uso del mangostán.

Por lo tanto, si te preocupa tomar medicamentos junto con tu suplemento de mangostán, debes consultar a tu médico.

## 8. ¿Es necesario suspender un suplemento de mangostán antes de someterse a una cirugía?

Es aconsejable suspender el uso del mangostán cuando se tiene programada una cirugía por dos razones. Primero, el metabolismo del mangostán en el cuerpo utiliza las mismas enzimas del citocromo P-450, que también participan en el metabolismo de los medicamentos utilizados para la anticoagulación.

Segundo, y más importante en mi opinión, es el hecho de que los problemas con la coagulación de sangre o las hemorragias son extremadamente comunes después de una cirugía y, si ocurre algún problema, puedes estar seguro de que el cirujano culpará a cualquier cosa, excepto a la cirugía misma. Suspender el uso de mangostán de 3 a 5 días antes de la cirugía eliminará la posible excusa del cirujano ante una complicación quirúrgica.

## 9. ¿Cómo debo comenzar a usar XANTHOMYST PLUS™ para mejorar mi salud?

Recomiendo que hagas una lista de los síntomas o problemas de salud que tienes y luego los monitorees usando una simple escala analógica del uno al cinco de severidad, siendo cinco el peor nivel. Preferiblemente, haz esto cuando ordenes **\*\*XANTHOMYST PLUS™\*\*** para que tengas varios días antes de que llegue tu producto para establecer una línea base de severidad para tus problemas.

# Preguntas y Respuestas sobre el Mangostán Con el Dr. Fred Templeman

XANTHOMYST PLUS™ CONSULTOR  
Y ASESOR MÉDICO



Después de comenzar a usar XANTHOMYST PLUS™ en la porción recomendada, deberías regresar a tu registro base y hacer una evaluación de cualquier posible cambio. Esto debería hacerse idealmente a intervalos de una semana durante al menos dos meses.

Proceder de esta manera te permite ser muy específico en cuanto a lo que estás observando como cambios, en lugar de depender simplemente de una sensación general de bienestar o la falta de ella. También te ayudará a entender con qué problemas específicos XANTHOMYST PLUS™ te está ayudando en la porción que estás utilizando.

## **10. Si no estoy notando beneficios con el uso de XANTHOMYST PLUS™ después de dos semanas, ¿qué debo hacer?**

El cuerpo de cada persona funciona de manera diferente. Lo que es una porción suficiente para una persona puede no serlo para otra, o viceversa, una persona puede necesitar mucho menos que otra, e incluso menos que la porción básica recomendada. Se recomienda experimentar con las porciones aumentando o disminuyendo ligeramente las cantidades, para que entiendas exactamente cuánto necesita tu cuerpo para experimentar un efecto.

## **11. Si mis síntomas o problemas parecen empeorar después de comenzar a usar XANTHOMYST PLUS™, ¿qué debo hacer?**

Ocasionalmente, cuando comenzamos a tomar un suplemento para ayudar con una afección de salud, puede haber un aumento temporal de los síntomas al comenzar. Reducir la porción puede disminuir la intensidad de lo que se llama una "reacción de desintoxicación". Las reacciones de desintoxicación normalmente no duran más de dos semanas y tienden a disminuir en intensidad con el tiempo.

Si el aumento de los síntomas continúa más allá de dos semanas, por favor contacta a la empresa y solicita una consulta con su asesor médico.

Dr. Templeman  
Presidente  
Phytoceutical Research, LLC

Phytoceutical Research, LLC (Phytoceutical) no ofrece asesoramiento médico, y el texto, ilustraciones, fotografías, animaciones y demás información (Contenido) disponible en este sitio web o por correo electrónico es solo para fines informativos generales. Deberías consultar a un médico para obtener asesoramiento médico profesional. No debes ignorar el asesoramiento médico profesional basado en el contenido de este sitio web o correo electrónico, ni confiar en dicho contenido en lugar de obtener asesoramiento médico profesional.

# Preguntas y Respuestas sobre el Mangostán Con el Dr. Fred Templeman

XANTHOMYST PLUS™ CONSULTOR  
Y ASESOR MÉDICO



Phytoceutical renuncia a toda responsabilidad por cualquier consejo, tratamiento, diagnóstico o cualquier otra información médica, servicios o productos que obtengas basándote en el contenido de este sitio. La información en este sitio web o correo electrónico no debe considerarse completa ni adecuada para ningún propósito.

**Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA).  
Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar o prevenir ninguna enfermedad.**