

# Ginseng, “la raíz de todas las curaciones”.

Los Trabajadores Médicos  
Inst. Acupunt. Kalubowila, Sri Lanka



De la gran cantidad de hierbas conocidas por el hombre, el Ginseng es quizá la más fascinante. Es la única planta que durante milenios ha sido considerada como la panacea “curalotodo”. Ninguna otra planta ha sido usada tan ampliamente en Oriente para un número tan grande de desórdenes. Los chinos, cuya medicina tradicional es sin ninguna duda el método médico más sofisticado conocido hasta la fecha, han puesto unas esperanzas casi míticas en esta hierba milagrosa. Durante más de dos mil años, los médicos orientales la han prescrito como un tónico esencial, como un restaurador y como un componente usual en la fitoterapia, en el tratamiento de muchas enfermedades graves. Esta fitoterapia era, con frecuencia, combinada con la terapia acupuntural.

Aunque los chinos, los coreanos y los japoneses habían siempre utilizado, cual tesoro, esta raíz maravillosa a través de los siglos, ésta siempre fue desdeñada por los científicos occidentales hasta hace poco tiempo, considerándola como una “locura oriental”. El inicio de la curiosidad científica occidental sobre esta raíz puede ser debida al aumento de su popularidad entre los entusiastas de la alimentación natural, al mayor conocimiento espiritual, y a su uso por parte de los escolares chinos; habiéndose convertido en un pilar básico de la alternativa cultural del estilo de vida occidental.

Sus partidarios en Inglaterra se gastaron cerca de siete millones de libras esterlinas en el último año, y se ha estimado que cerca de seis millones de americanos consumen unas 300 toneladas de ella anualmente. Las multinacionales de Ginseng han tenido un aumento espectacular de ventas desde los 12,5 millones de dólares en 1971 hasta los 95 millones del año pasado. Se han construido laboratorios farmacéuticos especiales que transforman el Ginseng en cápsulas, tabletas y tónicos. También se puede hallar en forma de té, bebidas no alcohólicas, chicle e incluso en jabones. Incluso se han vendido licores conteniendo Ginseng. Para ciertas personas que deseaban una bebida especial algunos barmans de New York ofrecían cócteles con Ginseng.

El sistema de clasificación botánica de Ginseng no ha variado desde el principio, y ha tenido la misma familia y género desde siempre, a pesar de que la sistemática de clasificación ha variado considerablemente. Según la clasificación natural de Engler, el Ginseng se cataloga de la siguiente manera:

Tipo: Embryophita.  
Subtipo: Angiospermae.  
Clase: Dicotyledonaeae.  
Subclase: Arichichlamyaeae.  
Orden: Umbellifloreae.

Familia: Araliaceae.

Género: Panax.

El nombre científico de el Ginseng oriental es el de *Panax Ginseng C.A. Meyer*. El ruso Meyer denominó a la planta en 1843. Panax viene de las raíces griegas *pan*, que significa todo, y *axos*, que significa curación, de este modo, *Panax* quiere significar “cura todo”. La palabra “ginseng” se origina del nombre chino de la planta. (Ginseng significa “raíz humana” en chino, debido a su apariencia humana.)

Tiene las siguientes características agrarias:

1) Es una planta perenne que crece despacio. Su cultivo lleva mucho tiempo, de cinco a seis años desde la siembra hasta la recolección.

2) El Ginseng crece en lugares umbríos, y no debe exponerse a la luz solar directa.

3) El Ginseng debe ser cultivado en un suelo virgen, ya que es altamente sensible a la calidad del terreno. Una vez que un terreno ha sido usado en el cultivo del Ginseng, debe esperarse de 10 a 15 años para su replantación.

4) El Ginseng crece lentamente. Debe ponerse un extremo cuidado en no dañar sus raíces cuando se cultiva. Las raíces dañadas o las semillas inadecuadas ocasionan un crecimiento defectuoso. No pueden ser utilizados fertilizantes químicos en altas concentraciones. El Ginseng es extremadamente vulnerable ante los insectos y las enfermedades por hongos.

5) La planta cultivada necesita ayudas, como ser tapada ocasionalmente. Exige pues una inversión de capital que se amortiza poco a poco.

6) El cultivo del Ginseng es manual, y resulta muy difícil su mecanización. Requiere mucha experiencia y una habilidad especial. Debido a su alta sensibilidad, no se pueden hacer cultivos a gran escala, y su producción masiva para atender la gran demanda es difícil.

Su distribución geográfica se sitúa entre los 30 y 48 grados de latitud norte, en el Asia Oriental.

La apariencia del *Panax Ginseng* es poco llamativa. Cultivada, la planta madura, alcanza una altura de medio metro y tiene unas delicadas flores de color púrpura que se transforman en cápsulas de bayas de color rojo claro, rodeadas cada una de ellas de cinco hojas serradas y bien delimitadas. El corazón verdadero de la planta es su raíz carnosa, de color gris-blanco. En la planta madura, la raíz alcanza una longitud de diez a quince centímetros y viene a pesar una media de 200 gramos; teniendo generalmente dos ramas o “muslos”, a causa de los cuales los antiguos chinos la denominaran Ginseng, o “raíz humana”. La forma humana de esta raíz hizo que

alcanzara una gran reputación como potente afrodisiaco.

El Ginseng se ganó la estima de los chinos y fue durante más de cuatro mil años la planta medicinal más utilizada. China no es el único lugar donde se ha utilizado el Ginseng desde épocas remotas, pues los *Vedas*, que son las escrituras sagradas hindúes, y que reflejan unas enseñanzas orales de más de cinco mil años de antigüedad, tienen muchos himnos dedicados a las maneras de conservar la salud y estar en perfecta forma. Un himno describe al Ginseng como "la raíz que se extrae de la tierra y que fortalece los nervios". El himno sigue diciendo: "la fortaleza del caballo, de la mula, de la cabra y del carnero combinadas con la del buey colman al hombre que lo consume".

Los antiguos textos médicos chinos describen su eficacia contra las fiebres, impotencia, malaria, gastritis, gusanos, migraña, artritis, insomnio, depresión mental, pérdida de memoria, resfriado común y un sinnúmero de otros padecimientos. Los soldados chinos lo utilizaban para tener los reflejos rápidos y para aliviar las heridas de guerra. Los emperadores chinos lo tomaban para aumentar su longevidad.

Es prácticamente imposible indicar cuándo se utilizó por primera vez el Ginseng con fines medicinales. Sin embargo, el uso del Ginseng y su mitología nacieron probablemente en las áreas montañosas de Manchuria. Existe una tradición china según la cual el Ginseng se descubrió y se usó por primera vez como medicina en las "provincias orientales" de Kirin, Shen-King y Heilung-Chiang. Los bosques de cedros de Manchuria pueden haber brindado muy bien el ambiente idóneo para el desarrollo del Ginseng, y durante siglos se ha dicho en China que esa era la zona del Ginseng. Aunque su descubrimiento y utilización medicinal es probable que se desarrollara tras larga experimentación ya desde los tiempos prehistóricos, la historia del Ginseng sólo se puede seguir desde que comienza la historia escrita.

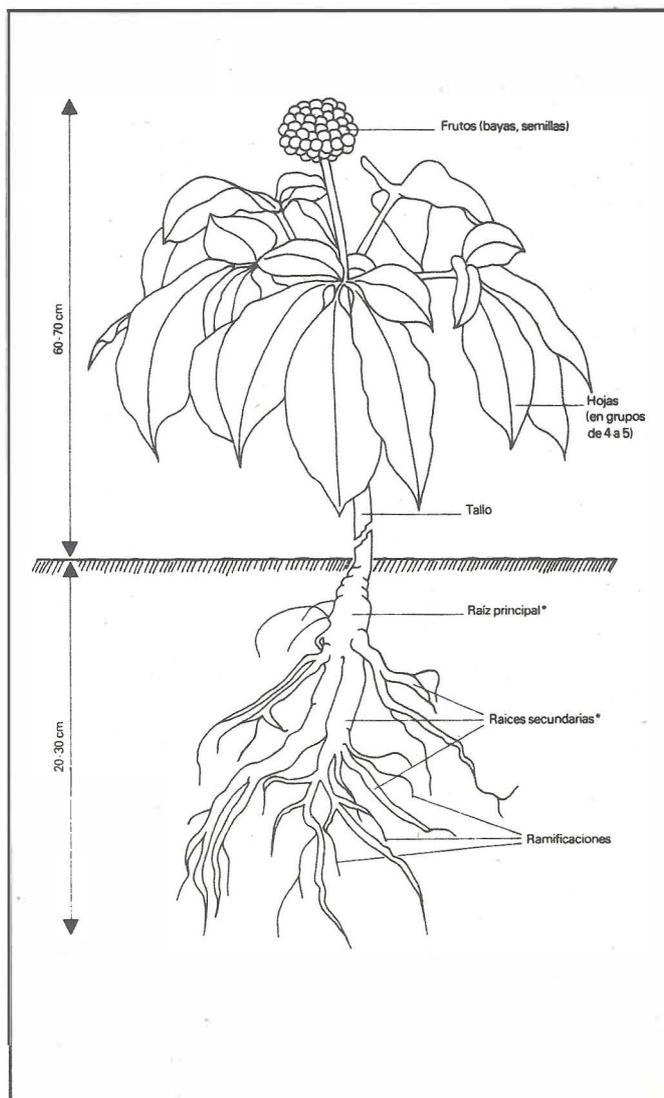
La primera descripción del Ginseng como tónico maravilloso en la historia de la Medicina está en un libro chino de la era Chien Han (33-48 a. de J.C.). Entre las descripciones de la época de la dinastía Sui, y en el libro chino titulado *Han Yuan*, destacan los datos acerca de la producción de Ginseng en el monte Ma-da San de Koryo (podría ser el monte Kai Ma Dai San de la Corea actual). En el libro *Ku Ching Pai Lu*, escrito por un autor budista de la dinastía Sui, hay otros datos del Ginseng en Koryo (Corea). También en el libro *Ming I Pie Lu* de Tao Hung King, podemos hallar una descripción del envío de Ginseng de Paekehe (Po tsi), uno de los tres reinos de Corea, hacia China, en el tiempo del emperador Wu, de la dinastía de Liang. Antes de esto, Koryo y la dinastía Wei de China habían tenido frecuentes intercambios de materias primas, y existen datos de que se habían enviado por 92 veces tributos de Ginseng, por medio de emisarios de Koryo. De todas estas informaciones, deducimos que los envíos de Ginseng desde Koryo hasta China se hacían con regularidad.

En el libro atribuido a Shen Nung llamado *Pen T' sao*

*Ching* (El libro de las hierbas), se indica el hecho de que once tipos de hierbas medicinales se producían en Koryo. De estas medicinas, se menciona especialmente al Ginseng y a los fragmentos de oro en conexión con el arte de la preparación del "elixir de la vida".

El 12 de Abril de 1711, el padre Jartous, un jesuita misionero francés, envió una carta a otro sacerdote, describiéndole ciertos aspectos de su misión en India y China. La carta dice lo siguiente:

"Desde Pekín, Sr. mío, deseo que la paz del Señor esté con Vd. De acuerdo con la orden del Emperador de China, estamos tratando de trazar un mapa de la región Tártara (zona nordeste de China en la actualidad, y zona de Manchuria de la era Koguryo 37 a. de J.C.-668 d. de J.C. y que corresponde a la región de Manchuria y a la península de Liaotung, perteneciente al territorio de Corea). He tenido la oportunidad de ver la famosa planta, el Ginseng, que no es muy conocida en Europa, y que se considera como un objeto precioso en China. En Julio de 1709, llegamos a Calca, donde los tártaros viven a una distancia de 40 Ri (Ri es una distancia coreana equivalenten-



te a 400 metros) del reino de Chosen (Corea). Un hombre nos trajo en un cesto cuatro piezas de raíz de Ginseng que había recogido en las montañas vecinas. Le envió un dibujo detallado de una de las raíces, para que lo vea. La explicación del dibujo se la pongo al final de esta carta. Muchos eruditos médicos de China han escrito numerosos libros acerca del efecto medicinal del Ginseng”.

Esta carta fue publicada bajo el título “*The description of Tartarian Ginseng*” en la revista “*Philosophical Transactions of the Royal Society of London*”, en 1711.

Esta publicación llegó a manos de otro sacerdote francés, el padre François Lafitan de Montreal, Canadá. Cuando mostró el dibujo publicado en el artículo a los indios Mohawk, la reconocieron inmediatamente, fueron a los bosques con el padre y encontraron allí ginseng. Lafitan envió una muestra a Francia, y un botánico verificó en 1714 que el *Panax quinquefolium* (Ginseng americano) era una nueva estirpe de la familia de las Araliáceas. Originalmente, el *Panax quinquefolium* se halló desde los fríos y ricos bosques de Quebec y Manitoba al norte, hasta el golfo de México en el sur. Cuando los chinos tuvieron noticia del descubrimiento, empezaron a importar el Ginseng norteamericano y establecieron unas transacciones que aún perduran. Pero, como todas las variedades de Ginseng salvaje, la variedad americana está en peligro de desaparición. La exportación de ginseng salvaje está hoy en día muy controlada por los gobiernos de Estados Unidos y Canadá.

El Ginseng se catalogó como una droga oficial en la farmacopea de los Estados Unidos desde 1840 hasta 1880, pero luego fue retirado de ella. Hoy en día, el Ginseng sólo se nombra como una planta herbácea no oficial en el boletín número 89 del “U.S. Department of Agriculture Bureau of Plant Industry”. La Food and Drug Administration de los Estados Unidos clasifica al Ginseng como un aditivo alimentario para los tés. El Ginseng no está catalogado en la mayoría de las farmacopeas occidentales, y muchos países occidentales no permiten que los vendedores de Ginseng elogien sus virtudes medicinales.

Se ha dicho que las inscripciones chinas que representan al Ginseng aparecieron en el último período de la era Ha, hace unos dos mil años. No sabemos si el uso que se le daba entonces era el mismo de hoy en día, debido a que no hay descripciones minuciosas. Sin embargo, el libro *Shang Han-Lun* de Chang Chung-Ching, en la dinastía Han, describe los efectos terapéuticos de la planta.

En este libro hay 113 tipos de prescripciones, de los cuales 21 contienen Ginseng. Se piensa que este Ginseng sería el *Panax ginseng*, debido a que la descripción de sus indicaciones terapéuticas en las prescripciones médicas del *Shang Han-Lun* es la misma que la encontrada en escritos de períodos posteriores.

Garriques, de U.S.A., en 1854, extrajo del Ginseng americano (*Panax quinquefolium*) una substancia de tipo saponina que denominó panaquilon.

El grupo Saito, del Japón; el grupo U-Han, de Corea;

y el grupo Elyakov, de la U.R.S.S.; pudieron separar hasta trece tipos diferentes de saponinas, y comprobaron que dichas saponinas sólo se hallaban en el Ginseng.

Los lazos económicos de Europa y China durante el siglo XVII provocaron una moda por el Ginseng entre la aristocracia europea. El Ginseng era la mercancía más valiosa que recorría la antigua ruta de la seda y que cruzaba los Alpes a través del paso Brenner para llegar a Europa.

Los médicos tradicionales chinos y coreanos, no solo consideraban al Ginseng como un agente medicinal, sino también como un agente preventivo. Cuando se administraba regularmente durante un tiempo, se creía que prevenía gran variedad de padecimientos. Según sus creencias, el mayor valor que tenía era el de restaurador y mejorador de la salud general, ocasionando una mejor autocuración del cuerpo. Se cree que el Ginseng potencia los mecanismos inmunes corporales.

Para una mente científica occidental, una hipótesis de este tipo es muy difícil de comprobar, ya que un estudio controlado debería controlar la salud de miles de consumidores y no-consumidores de Ginseng, durante varios años. A pesar de ello, se han realizado numerosos trabajos científicos serios sobre el tema y se han dado muchas conferencias científicas internacionales acerca de ello en las últimas décadas.

Muchos experimentos científicos controlados han sugerido que el Ginseng es algo más que un “tónico”. En 1948, un científico ruso, Israel Brekhman, administró pequeñas cantidades de extracto de Ginseng a los soldados rusos. Comprobó que mejoraron en un seis por ciento el tiempo de las marcha campo a través. Más tarde, Brekhman realizó estudios similares sobre ratones de laboratorio, y demostró que el Ginseng incrementaba la histamina de los animales en un 35% en las pruebas de marcha y de natación.

En Bulgaria, el profesor Petkov, del Instituto de Investigación Médica Avanzada y Especializada, de Sofía, observó los posibles efectos del Ginseng sobre el cerebro. Petkov estudió los reflejos condicionados de ratas alimentadas con extracto de Ginseng, y midió asimismo la actividad electro-encefalográfica de gatos en comparación con un grupo control. En un tercer experimento, un grupo de voluntario humanos tomó unas bebidas fuertemente aromatizadas, la mitad de las cuales tenían extracto de Ginseng, y luego se les sometió a unas pruebas. Petkov concluyó que el Ginseng aumentaba la habilidad memorística, la capacidad de aprendizaje y la forma física.

Los astronautas rusos tomaron Ginseng para resistir mejor las infecciones en sus cápsulas espaciales. Este uso preventivo entra de lleno en el espíritu de su uso tradicional como medicina preventiva.

Desde los primeros trabajos de Brekhman y Petkov, científicos de una docena de países han estudiado los efectos biológicos del Ginseng. En estudios independientes realizados sobre estudiantes suecos, sobre pacientes alemanes y sobre funcionarios de telégrafos rusos, se de-

mostró que el Ginseng mejoraba la alerta mental e incrementaba la energía. Aunque los científicos no se ponen de acuerdo con los beneficios del Ginseng, y en su modo de actuar, lo más probable es que actúe por la vía de los sistemas endocrino y nervioso autónomo. Algunas autoridades establecen la hipótesis de que su mecanismo de acción es principalmente de tipo fisiológico, causando una mejor homeostasis, y en este sentido tiene un gran paralelismo con el fenómeno de la acupuntura.

## LOS EFECTOS DEL GINSENG SOBRE EL METABOLISMO Y LA DIVISIÓN CELULAR

### a) *Metabolismo de los carbohidratos:*

En 1959, Petkov indicó que el Ginseng tenía un efecto inhibitorio sobre la hiperglucemia inducida artificialmente y un efecto sinérgico con la insulina. Kimura y sus colaboradores (1967) confirmaron el efecto del Ginseng en la reducción de los cuerpos cetónicos y de la glucemia en ratas diabéticas por aloxano y en ratas diabéticas por anti-insulina. Kim y sus colaboradores concluyeron que el Ginseng debía actuar sobre el sistema enzimático de la glicogénesis corporal, más que sobre los sistemas enzimáticos oxidativos del metabolismo **hidro-carbonado**. Por el contrario, Oura y sus colaboradores (1972) hallaron que cuando se administraba Ginseng a un grupo animal con niveles normales, el extracto de Ginseng tenía un

efecto reductor del glucógeno hepático mucho más significativo que en un grupo control. Sin embargo, también halló que cuando administraba glucosa a un grupo experimental, el extracto de Ginseng facilitaba la formación de glucógeno. De estos experimentos dedujo que el Ginseng tenía un efecto contrario al de la insulina.

### b) *Metabolismo lipídico:*

Nahm (1961) examinó los efectos citológicos del Ginseng sobre la aorta, el corazón, las arterias coronarias y la arteriosclerosis hepática de conejos que tenían hipercolesterolemia causada por una administración prolongada de colesterol. Observó menos cambios arterioscleróticos en los conejos que habían tomado Ginseng.

Yamamoto y sus colegas (1969) demostraron que el Ginseng disminuía el contenido en lípidos de ciertos tejidos como el de los hepatocitos.

### c) *Metabolismo proteico:*

Oura y sus asociados (1971-1972) informaron que el Ginseng ejercía un efecto acelerador de la biosíntesis del RNA y de las proteínas. Durante la purificación parcial del extracto de Ginseng, obtuvieron una fracción que contenía principalmente una saponina del Ginseng del sistema protopanaxadiol y la denominaron fracción prostisol (protein synthesis stimulating factor: factor estimulador de la síntesis proteica). Informaron que el prostisol incrementaba la función de la enzima DNA-



RNA dependiente polimerasa en los núcleos hepáticos, pero que ello no influía sobre la síntesis del DNA. El DNA, que es activamente sintetizado en estos núcleos, era transferido al citoplasma y de este modo se facilitaba la formación de polisomas, que tenían una alta capacidad de síntesis proteica. Cuando se administraba extracto de Ginseng a ratas, durante un período prolongado, el examen con microscopio electrónico mostraba un desarrollo diferenciado del áspero retículo endoplasmático de los hepatocitos, al cual se había adherido gran número de polisomas. La síntesis de la proteína plasmática sanguínea y de la albúmina sérica estaba particularmente acelerada, y la síntesis de alfa, beta y gamma globulinas se hallaba también mejorada por el Ginseng.

Han y sus colaboradores informaron que la panax saponina A (correspondiente al ginsenósido, un cristal de saponina del Ginseng), mejoraba la incorporación de 14-C leucina en la proteína del hígado y del suero de las ratas, y el característico efecto estimulante mostraba características de concomitancia con la actividad antiinflamatoria de esta sustancia.

#### *d) Efecto del Ginseng sobre la división celular:*

A partir de un estudio sobre el metabolismo de hierro radiactivo, Oura y sus colaboradores (1972) observaron que la incorporación de Fe-59 a los eritrocitos de la rata podía ser incrementada con una terapéutica a base de Ginseng, lo que indicaba que este producto mejoraba las funciones hematopoyéticas y el metabolismo férrico en las ratas. Yamamoto y sus colaboradores (1969) observaron que el prostisol doblaba los índices de mitosis de las células nucleadas de la médula ósea de las ratas. Los índices de mitosis no sólo se incrementaban en las células mieloides y eritroides, sino también en los reticulocitos sanguíneos. *In vitro*, la adición de extracto de Ginseng mejoraba la síntesis de DNA en las células nucleadas de la médula ósea, y los índices de mitosis se incrementaban tanto en las células mieloides como eritroides, lo que sugería que la acción del Ginseng no estaba mediada por una proteína eritroide.

#### *e) Efecto del Ginseng sobre las funciones inmunes:*

La teoría adaptogénica de Brekhman (1966) impulsó enormemente la investigación de las saponinas del Ginseng. Oura y sus colaboradores (1967) confirmaron que las hormonas adrenocorticotropas como la cortisona inhibían la síntesis de gamma-globulinas, mientras que el Ginseng no disminuía la síntesis de anticuerpos, sugiriendo así que no había ninguna sustancia de acción similar a la hormona adrenocorticotropa en el Ginseng. En 1970, Kim y sus colaboradores establecieron que el extracto de Ginseng ejercía una acción restauradora sobre la deplección inicial del ácido ascórbico contenido en las glándulas suprarrenales de ratas con estrés, y que el efecto sobre el mecanismo del estrés también se manifestaba en animales hipofisectomizados, lo que indicaba que el Ginseng actuaba de una manera periférica sobre el mecanismo del estrés en respuesta a éste. Choi y sus colaboradores (1972) hallaron que la administración de

extracto de Ginseng protegía las células hepáticas de los animales de la lesión por tetracloruro de carbono y por irradiación con rayos X. Han y sus colaboradores (1977) informaron que el Ginseng extraía los peroxilípidos de las membranas de las células hepáticas, depositadas en ese lugar por un alcoholismo agudo. También informaron que la acción antioxidante estaba presente en el extracto del Ginseng y sugería la presencia de un compuesto fenólico añadido a las saponinas del Ginseng.

## CONCLUSIONES

Hay otros aspectos únicos del Ginseng que son importantes desde un punto de vista clínico. Al parecer, es la única planta que demuestra claramente la filosofía de la curación tradicional que se esconde tras ella; ciertamente, no hay otra planta que haya sido objeto de un estudio científico tan extenso y que haya ofrecido unas conclusiones tan paradójicas y complejas.

Sean cuales fueren sus mecanismos de acción, la diversidad de sus efectos puede ser debida al comparativamente amplio espectro de sus componentes químicos que han podido ser aislados, teniendo cada uno de ellos unas propiedades fisiológicas diferentes, pues algunos producen unos efectos estimulantes y otros una acción sedativa.

Los antiguos que proclamaron al Ginseng como un "curalotodo" realizaron sus experiencias con la planta salvaje, que hoy en día ha desaparecido virtualmente. En la actualidad, el Ginseng más valioso es el que crece salvaje en las escarpadas y frías montañas de Manchuria, en China, y en ciertas partes de Corea del Sur. Se ha dicho que es varias veces más efectivo y potente que sus descendientes cultivados —aunque no ha podido ser comprobado por los investigadores occidentales en una prueba de laboratorio, ya que es casi imposible conseguirlo en Occidente—. Por desgracia, el Ginseng salvaje de China y Corea se halla prácticamente extinto, tras centurias de asidua búsqueda del espécimen. En Corea, sólo quedan unas pocas plantas en estado salvaje. Una raíz silvestre de 50 a 100 años de edad, se puede conseguir en un estado natural a un precio de 70 a 115 dólares el gramo. El Ginseng salvaje crece en los lodazales con mucha vegetación. Tarda unos dos años en germinar sus bayas, pero su raíz no madura para su recolección hasta unos 20 años más tarde.

Un floreciente negocio de Ginseng cultivado ha tomado el relevo. Corea, China y Japón tienen programas de cultivo extensivo del Ginseng. Los rusos también están produciendo excelentes raíces en muchas de sus granjas estatales del Asia Central. En los Estados Unidos, la parte central de Wisconsin tiene el terreno mejor drenado para el crecimiento de la raíz, y cerca del 90% de todo el Ginseng cultivado de los Estados Unidos crece en una sola finca de 600 acres. El año pasado, los cultivadores americanos de Ginseng exportaron cerca de 180 toneladas de esta planta, principalmente en dirección a Hong Kong, del que una buena parte se distribuye en forma procesada a través de toda la parte oriental de Asia.

Sin embargo, se acepta generalmente que el Ginseng de

alta calidad solo pueda ser el de Corea. De hecho, el cultivo del Ginseng ha sido un aspecto de la vida coreana desde hace más de cinco siglos. Hoy en día, unos 56.000 agricultores coreanos están dedicados a ésta tarea. Las exportaciones totales de Ginseng coreano exceden de los 100 millones de dólares EE.UU., y los principales mercados son el Japón, Hong Kong, Taiwan y EE.UU.

La raíz de Ginseng de calidad se reconoce por su color. Cuando se hierve al vapor, antes de secarla, se torna de color rojo, mientras que las raíces de poca calidad permanecen blancas. El mercado, sin embargo, tiene numerosas trampas para el inexperto. Hay un floreciente negocio de Ginseng falso que llega a comercializar zanahorias secas en lugar de Ginseng. La raíz del Ginseng cultivado es carnosa y gorda, mientras que la valiosa variedad de Manchuria es larga y delgada, "tan esponjosa como el corazón de un ángel" (según las palabras de un antiguo experto chino).

Durante siglos, los antiguos chinos investigaron cuál

podía ser la naturaleza del Ginseng. Una fábula de la provincia de Kirin proclamaba que la planta nació en una noche de Agosto en los bosques de cedros en el cruce de dos corrientes montañosas, que desaparecían y se convertían en esta raíz. En otras palabras, los cinco elementos de la creación, o sea, fuego, tierra, metal, agua y madera se equilibran correctamente en la raíz de Ginseng y ofrecían una verdadera panacea para todos los males. Esta leyenda quizá hunde algo más en el misterio a esa antigua planta "curalotodo" que se conoce como Ginseng.

---

Extraído de: Seventh World Congress of Acupuncture. Reviews and Abstracts. Editor Lasath Wijesinghe, B.M.I.C.H., Colombo, Sri Lanka, 1981, pp. 84-89. Trad. y selección: E. Fonsdeviela y J. Ll. Berdonces.

**Nota:** Existe una única preparación farmacéutica comercializada en España que incluye esta planta (un extracto de ginsenósidos del polvo de la raíz) como substancia aislada, y otra en la que está asociada a complejos vitamínicos y minerales.

Por otra parte, hay en el mercado preparaciones suficientes de la planta en estado íntegro o bruto.