



## descripción

Mangostán (*Garcinia mangostana*) es un árbol asiático conocido especialmente por su fruto, que también se llama mangostán. Mangostán es utilizado por la medicina tradicional del Sudeste Asiático para el tratamiento de las infecciones de la piel, heridas, diarrea, disentería e infecciones del tracto urinario. La piel de esta fruta es en la actualidad de un interés científico considerable: entre 2007 y 2012, sólo en PubMed fueron publicados más de 110 artículos sobre los efectos del mangostán. Las publicaciones sobre las numerosas xantonas que contiene la piel de la fruta las numeran en miles. Mangostán se puede utilizar para la obesidad, inflamaciones, infecciones, alergias y desórdenes cardiovasculares. Nuevos estudios son lanzados con frecuencia sobre los efectos que promueven la salud del mangostán, de los cuales no sólo se menciona el número creciente de xantonas, sino también se hacen evidentes más propiedades prometedoras.

## actuación

**Xantonas y otros ingredientes activos**

## indicaciones

**Enfermedades cardiovasculares**

## contraindicaciones

Poco se sabe sobre el uso de mangostán durante el embarazo o la lactancia. El uso terapéutico es, por lo tanto, desaconsejado para este público objetivo. Evite el uso de mangostán en personas con hipersensibilidad al mangostán o a uno de sus ingredientes. A parte de eso no se conocen contraindicaciones del mangostán.

## efectos secundarios

No se conocen efectos adversos del mangostán.

## interacciones

A causa del efecto antihistamínico del mangostán, es aconsejable proceder con precaución en personas que ya toman antihistamínicos regularmente.

## dosis

Investigaciones científicas se basan en zumo de mangostán y extracto de mangostán, así como xantonas aisladas. Una manera inequívoca de relacionar la cantidad de mangostán (extracto) con la efectividad, es en relación a la cantidad de mangostina que hay presente. Por lo tanto, es importante elegir un extracto de esta sustancia que haya sido estandarizado. Para la mayoría de los usos, una cantidad aproximada de 100 mg de mangostina son suficientes, pero, si fuese necesario y bajo supervisión profesional, se pueden dar dosis más altas.

## referencias

1. Hyun-Ah Jung, Rajendra G. Mehta, Bao-Ning Su, William J. Keller and A. Douglas Kinghorn, Antioxidant Xanthones from the Pericarp of *Garcinia mangostana* (Mangosteen), *J. Agric. Food Chem.* 2006, 54, 2077, 2082
2. Jay K Udani, Betsy B Singh, Marilyn L Barrett and Vijay J Singh, Evaluation of Mangosteen juice blend on biomarkers of inflammation in obese subjects: a pilot, dose finding study, *Nutrition Journal* 2009, 8:48doi:10.1186/1475-2891-8-48

3. Jiang HZ, Quan XF, Tian WX, Hu JM, Wang PC, Huang SZ, Cheng ZQ, Liang WJ, Zhou J, Ma XF, Zhao YX, Fatty acid synthase inhibitors of phenolic constituents isolated from *Garcinia mangostana*, *Bioorg Med Chem Lett*. 2010 Oct 15;20(20):6045-7. Epub 2010 Aug 15
4. José Pedraza-Chaverri, Noemí Cárdenas-Rodríguez, Marisol Orozco-Ibarra, Jazmin M. Pérez-Rojas, Medicinal properties of mangosteen (*Garcinia mangostana*), *Food and Chemical Toxicology* 46 (2008) 3227–3239
5. Keigo Nakatani, Norimichi Nakahata, Tsutomu Arakawa, Hideyuki Yasuda, Yasushi Ohizumi, Inhibition of cyclooxygenase and prostaglandin E2 - mangostin, a xanthone derivative in mangosteen, in C6 rat glioma cells, *Biochem Pharmacol*, 2002 Jan 1;63(1):73-9.
6. Keigo Nakatani, Masanori Atsumi, Norimichi Nakahata, Tsutomu Arakawa, Yasushi Ohizumi, Kenji Oosawa, Susumu Shimura, Inhibitions of Histamine Release and Prostaglandin E Synthesis by Mangosteen, a Thai Medicinal Plant, *Biol. Pharm. Bull.* 25(9) 1137–1141 (2002)
7. Mengyue Wang, Ke Li, Yuxiao Nie, Yingfang Wei and Xiaobo Li, Antirheumatoid Arthritis Activities and Chemical Compositions of Phenolic Compounds-Rich Fraction from *Urtica atrichocaulis*, an Endemic Plant to China, *Evid Based Complement Alternat Med.*, 2012;2012:818230. Epub 2011 Aug 22.
8. Miwako Kondo, Liliang Zhang, Hongping Ji, Yan Kou, and Boxin Ou, Bioavailability and Antioxidant Effects of a Xanthone-Rich Mangosteen (*Garcinia mangostana*) Product in Humans, *J. Agric. Food Chem.* 2009, 57, 8788–8792
9. Onakpoya I, Hung SK, Perry R, Wider B, Ernst E., The Use of *Garcinia* Extract (Hydroxycitric Acid) as a Weight loss Supplement: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomised Clinical Trials, *J Obes.* 2011;2011:509038. Epub 2010 Dec 14.
10. Sarin Tadtong, Amornrat Viriyaroj, Suwanna Vorarat, Sathaporn Nimkulrat and Sunit Suksamrarn, Antityrosinase and Antibacterial Activities of Mangosteen Pericarp Extract, *J Health Res* 2009, 23(2): 99-102

11. Shimokawa T, Kumar MV, Lane MD, Effect of a fatty acid synthase inhibitor on food intake and expression of hypothalamic neuropeptides, Proc Natl Acad Sci U S A. 2002 Jan 8;99(1):66-71. Epub 2001 Dec 26
12. Stichting Orthokennis:  
<http://www.orthokennis.nl/ResearchItem.asp?IDResearch=50>
13. Ulbricht, C.E., Natural Standard Herb & Supplement Guide, Mosby 2010, pp. 492-3
14. Young-Won Chin\* and A. Douglas Kinghorn, Structural Characterization, Biological Effects, and Synthetic Studies on Xanthones from Mangosteen (Garcinia mangostana), a Popular Botanical Dietary Supplement, Mini-Reviews in Organic Chemistry, 2008, 5, 355-364

Voornaam\*

---

Achternaam\*

---

Uw profiel

Selecteer profiel

---

E-mail\*

---

Ja, schrijf mij in voor de tweewekelijkse nieuwsbrief en blijf op de hoogte van de nieuwste inzichten over gezondheid, events en webinars.

Ja, ik ga akkoord met de [Privacy Statement](#) van Natura Foundation

Download

## Gerelateerde indicaties

infecciones (en general)  
inflamación (aguda)  
inflamación (de bajo grado)  
sobrepeso y obesidad  
aterosclerosis y arteriosclerosis  
alergia  
coronavirus



Natura Foundation ha formado en los últimos veinte años a más de 5.000 terapeutas, lo que le ha convertido en el instituto científico líder en medicina ortomolecular y nutricional y en PNI clínica.

### Contacto

Juan Ramón  
Jiménez, 6  
03730 Jávea  
Alicante

966 463 815  
info@naturafoundation.es

### Síguenos en



### Partners

BONUSAN

[Condiciones generales](#)

[Declaración de privacidad](#)

[Exención de responsabilidad](#)

[Copyright](#)