

**ARROZ FERMENTADO.** En China, desde hace siglos se usa el extracto de arroz como especia. Una sustancia derivada del arroz fermentado, usada en la cocina china, es comercializada como suplemento dietético bajo el nombre de colestina y ha resultado ser eficaz en reducir los niveles del colesterol, según diversas investigaciones. Tratadas 233 personas con cápsulas de colestina, durante 8 semanas, en doce consultorios diferentes, sus niveles de colesterol, como media, bajaron un 15%. La colestina se elabora con arroz fermentado con levadura roja, que es quien la produce, y su principal ingrediente es una forma natural de la lovastatina, un medicamento utilizado en los tratamientos para reducir la hipercolesterolemia.