

**EFEDRA.** Los extractos de la hierba *Ephedra sinica*, conocida también como Ma-huang, son usados por sus alegados efectos como ayuda en las dietas de pérdida de peso o como coadyuvante de un mejor rendimiento físico y deportivo. En los Estados Unidos, estos suplementos deben ir acompañados de una etiqueta informativa de que su uso puede facilitar ataques cardíacos y otros accidentes circulatorios, aun en personas sanas y en dosis normales, debido a un efecto constrictor de los vasos sanguíneos y al aumento de la frecuencia cardíaca.