



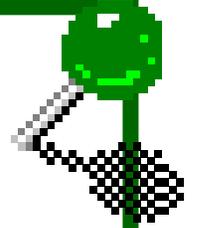
©2007 Cafe Lynnylu



CUENTA RETO DEL MILENIO



NICARAGUA



La miel y su uso farmacológico



CHEMONICS

Ing. James Johnson

Octubre 2008

La miel como remedio - terapéutico fue descubierta por nuestros antepasados de forma empírica y desde hace mucho tiempo se conocen, entre otras, sus propiedades antisépticas, dietéticas, edulcorantes, tonificantes, calmantes, laxantes y diuréticas.

Aunque para muchos países occidentales la miel es un simple edulcorante sustitutivo del azúcar, para otros es considerada como un auténtico medicamento utilizado en múltiples afecciones.

Concretamente, en la antigua URSS los campesinos llamaban a las abejas "las farmacéuticas aladas". No obstante, también se le han atribuido a este alimento medicamento unas acciones farmacológicas que no posee, ensalzando propiedades que no manifiesta.

Existen autores que defienden la teoría de que la miel tiene las propiedades medicinales de las plantas de las cuales procede, atribuyendo a las diferentes mieles monoflorales procedentes de plantas melíferas medicinales sus propiedades curativas (Nahmias, 1980).

Si bien es cierto que la mayoría de las plantas medicinales también son melíferas, no se puede generalizar y caer en el error de que tengan sus mismas propiedades, ya que las sustancias activas, a causa de los diferentes metabolismos de la planta, difícilmente llegan al néctar y cuando lo hacen no es en la cantidad suficiente para que sean eficaces.

En este trabajo se pretende pasar revista a las acciones y usos farmacéuticos de la miel, comprobados por experiencias clínicas, científicas o de uso popular, y que pueden llegar a explicar los verdaderos valores terapéuticos de este producto apícola.

TRATAMIENTO DE HERIDAS

La miel posee un gran poder antibiótico y emoliente, por lo que ha sido utilizada desde siempre en el tratamiento de heridas, quemaduras, úlceras, etc., debido a su contenido en una sustancia de efecto antimicrobiano denominada inhibina (Dolci, Du & Dziao,1937).

En los papiros de Eberts y Smith, que datan de antes del año 1500 a. C.ya se aconsejaba tratar con miel las heridas.

Hipócrates, en su obra "Consideraciones sobre el tratamiento de las heridas", recomienda curarlas con miel.

Avicena, en su libro "Cánones de la medicina", escribe sobre la eficacia de la miel en el tratamiento de las úlceras profundas infectadas.

Plinio el Viejo (28-70, d. C) considera que la mezcla de miel con aceite de hígado de bacalao es el mejor remedio para tratar las heridas.

Según loirish (1985), el Dr. Lücke en 1933 propone tratar las heridas infectadas con un ungüento a base de miel y aceite de hígado de bacalao. El autor parte del hecho de que la miel actúa favorablemente sobre la desinfección y cicatrización de heridas infectadas, mientras que el aceite de hígado de bacalao contribuye a la regeneración del epitelio.

También cita las experiencias del cirujano ruso Krinitski, que obtuvo buenos resultados al tratar 52 casos con este mismo ungüento de miel y aceite de hígado de bacalao. Doce enfermos presentaban osteomielitis, 7 estaban afectados de hidradermitis, 3 sufrían paranefritis y 30 mostraban quemaduras.

Según sus observaciones clínicas, la presencia de miel en la herida condujo a una elevación brusca del glutatión en el humor de la herida, jugando un papel importante en los procesos redox del organismo. Por tanto, se estimula la división y el crecimiento de las células y, en consecuencia, favorece la cristalización.

Ioirish (1985) también cita el caso de un médico ucraniano que utilizaba la miel en el tratamiento de heridas y úlceras rebeldes que cicatrizaban con dificultad. Relata el caso de un paciente mutilado de 25 años que tenía en el reverso de la planta del pie derecho una gran cicatriz.

En el centro de ésta tenía una úlcera de 3 x 5 cm con un fondo profundo, de color gris brillante y con bordes necrosados. Este estado persistía desde hacía meses, y después de aplicarle un unguento a partir de miel la herida cicatrizó al cabo de 22 días.

Heinerman (1988) recomienda la aplicación de miel en el tratamiento de úlceras, lesiones herpéticas, grietas y llagas.

Para las úlceras varicosas crónicas, quemaduras y lupus eritematoso, aconseja una mezcla de miel y vaselina (80: 20).

También indica que de 50 casos de ulceraciones de la piel tratadas con miel, del 38-76% se curaron completamente, del 10-20% sufrieron curaciones parciales y sólo del 2-4% no tuvieron ninguna mejoría, cosa que demuestra la gran actividad cicatrizante de la miel en estas afecciones y confirma la utilización de la miel incluso en cirugía hospitalaria.

AFECCIONES CUTÁNEAS Y COSMETICA

Los antiguos tratados de medicina rusa, como comenta Ioirish (1985), reflejan numerosos consejos sobre la forma de tratar las enfermedades de la piel con miel. Indica que 27 pacientes que sufrían de forúnculos y carbúnculos, fueron tratados exitosamente con miel. Asimismo, resalta casos de curaciones de tuberculosis cutánea con la aplicación de vendas impregnadas con miel.

La miel tiene una acción benéfica sobre la piel a causa de las propiedades nutritivas, emolientes y bactericidas que posee y que la convierten en un excelente cicatrizante, como hemos indicado. La miel también nutre los tejidos epiteliales y las ramificaciones nerviosas subcutáneas.

Así, la miel tiene buenas aplicaciones en cosmética a causa de sus propiedades calmantes, demulcentes, antiinflamatorias, epitelizantes, emolientes, hidratantes, refrescantes y tonificantes. Se puede utilizar en forma de lociones, geles, emulsiones, soluciones, cremas, jabones, ungüentos, stiks y pastas, entre otras formas, como indica Propersino (1988).

Se considera a la miel como un buen remedio para las arrugas, según Heinerman (1988), ya que proporciona suavidad y frescor a la piel. Recomienda su aplicación en forma de mascarillas y es un buen remedio para las pieles secas.

Antiguamente, ya Hipócrates y Avicena señalaban las propiedades de la miel para otorgar a la piel del rostro matices de frescor y juventud.

Como se ha indicado, la miel no sólo suaviza la piel, sino que además la nutre.

Gracias a su propiedad higroscópica, absorbe las secreciones cutáneas y actúa como desinfectante. Del mismo modo, la miel proporciona elasticidad y tesor a la piel, borrando arrugas y asperezas.

Los baños de miel también ejercen una acción médico profiláctica sobre la piel y sobre todo el organismo en dosis de 200-250 g de miel por baño. Se pueden aplicar en baños fríos, tibios y calientes.

CÓMO ACTÚA LA MIEL SOBRE LAS HERIDAS

La miel dio buenos resultados en el tratamiento de la úlcera venosa de las piernas, úlceras de las piernas de etiología diversa, ulceraciones del pie de diabético, llagas átonas post-trasplante, abscesos y quemaduras y heridas quirúrgicas infectadas en los miembros inferiores. Todas las heridas tratadas se curaron, con la excepción de las que iban asociadas a una insuficiencia arterial.

Las infecciones desaparecieron rápidamente, incluidas las causadas por Pseudomonas. Queda comprobado que los apósitos empapados en miel son la mejor modalidad de aplicación de la miel sobre una herida y de mantenerla ahí por un tiempo suficiente. No obstante, previamente hay que rellenar de miel las anfractuosidades de la lesión, de tal forma que esté en contacto con toda la superficie dañada. Los senos infectados pueden rellenarse de miel con la ayuda de un catéter.

En el caso de las heridas de fuerte exudación, se observó que con la renovación del apósito también se quitaba la miel de encima de la herida, cuando los tapones Gamgee (tapones de algodón de envoltura poco pegajosa empleados como apósitos, como tapones compresivos para proteger la herida contra el frío y los traumas) se empleaban empapados en miel, dejando así la herida limpia para la aplicación del nuevo apósito.

Con los tapones adhesivos con alginato (tapones muy absorbentes y biodegradables, con contenido de alginato, un producto extraído de algas marinas) no se conseguía el mismo efecto. Varios pacientes se vieron obligados a renunciar a este tratamiento, por considerarlo demasiado doloroso. Algunos empezaron el tratamiento con una miel cuya acidez había sido neutralizada, y así se comprobó que era la acidez de este producto de la colmena lo que provocaba la sensación dolorosa.

Pese a su escaso tenor en agua "libre", la miel asegura un medio húmedo para la cicatrización, que en estas condiciones se desarrollará lo mejor posible. La miel no produce la deshidratación de los tejidos, gracias a sus efectos osmóticos, sino que dirige los líquidos de la circulación subyacente hacia los tejidos dañados. De esta manera, encima del apósito se va formando una capa de miel diluida, que impedirá su adherencia y, en consecuencia, evitará que con el cambio del apósito se quite también el tejido nuevo.

Otra consecuencia favorable del efecto osmótico es que asegura a la herida el oxígeno y los elementos nutritivos necesarios a los tejidos traumatizados, por medio del flujo linfático que induce. Los componentes de la miel aportan un suplemento de elementos nutritivos, que aumenta la tasa de crecimiento del tejido de granulación.

En este medio húmedo, la alta osmolaridad de la miel protege el tejido cutáneo de la maceración y sus propiedades antibacterianas impiden el crecimiento bacteriano. Su gran viscosidad constituye una barrera protectora contra el riesgo de infección cruzada de las llagas.

Un buen número de autores estiman que la actividad antibacteriana de la miel se debe exclusivamente al efecto osmótico de los azúcares de alta concentración que contiene. Pero hay numerosos estudios microbiológicos que muestran que muchas mieles tienen componentes cuyo efecto antibacteriano es más acusado que el de la osmolaridad.

Aunque el peróxido de hidrógeno, el agente antibacteriano mayor de la miel, haya sido eliminado del arsenal de los productos de curación de las heridas a causa de su efecto irritante, la concentración que puede alcanzar al nivel de un apósito con miel (como regla general, alrededor de 1 nmol/l en la miel) es varios miles de veces más floja que la de una solución al 3% de peróxido de hidrógeno.

La miel puede ser un agente antibacteriano potente. Ensayos con mieles dotadas de una actividad antibacteriana mediana mostraron que, incluso diluidas diez veces o incluso más, son capaces de inhibir las especies de bacterias que lo más a menudo infectan las heridas, siendo poco importantes las variaciones de sensibilidad de las cepas de *Staphylococcus aureus* y *Pseudomonas* aisladas en clínica.

Otro mecanismo a través del cual la miel elimina la infección de las heridas está representado por su efecto activador del sistema inmune, pues se ha señalado que estimula la mitosis de los linfocitos B y T y activa los leucocitos neutrófilos. Hay más, suministra una importante aportación de glucosa, fundamental para el crecimiento explosivo del número de fagocitos.

Igualmente, la miel ejerce una acción anti-inflamatoria y estimula la angiogénesis.

AFECCIONES DE LAS VÍAS RESPIRATORIAS SUPERIORES

El uso de inhalaciones a partir de miel se remonta a una época muy antigua.

Ioirish (1985) relata las curaciones de 20 pacientes afectados de atrofia evolutiva de las vías respiratorias superiores. El autor utiliza un inhalador pulverizador, adoptado para pulverizar soluciones acuosas, usado con una solución de 10% de miel, durante 5 minutos. De los 20 enfermos tratados, solo dos no mejoraron. Haciendo uso de las inhalaciones, la miel actúa sobre las mucosas de la nariz, laringe y sobre los alvéolos pulmonares. De este modo, la miel ejerce un efecto bactericida local y fortificante general del organismo.

Por otra parte, este mismo autor cita diversas propiedades de la miel en el tratamiento de rinitis aguda y crónica, faringitis, bronquitis y otras enfermedades respiratorias.

La miel también ha mostrado grandes propiedades béquicas, utilizándose como antitusígena en infinidad de jarabes.

Heinerman (1988) recomienda su uso en caso de afonías, ronqueras, laringitis y ataques de tos.

AFECCIONES PULMONARES

La utilización de la miel de abejas para curar afecciones pulmonares es un método conocido desde antaño.

Hipócrates indicaba que una bebida a base de miel es un buen expectorante y calmante de la tos.

Avicena recomendaba que al aparecer los primeros síntomas de tuberculosis se tomase una mezcla de miel con pétalos de rosa.

La miel mezclada con avellana constituye también un buen remedio para la tos crónica y favorece la expectoración.

En los casos de tuberculosis está recomendado tomar miel disuelta con leche o miel mezclada con grasa animal.

En el siglo pasado, las personas que padecían las hemorragias pulmonares tomaban miel pura o mezclada con jugo de zanahoria y nabo.

No obstante todo lo relatado, la verdad es que no han de atribuir propiedades curativas específicas para la tuberculosis por parte de la miel.

Únicamente se puede afirmar que siendo un tónico contribuye al hecho de que el organismo aumente la resistencia a las infecciones.

Ioirish (1985) relata el caso de unos pacientes afectados de tuberculosis que tomaban 100-150 g de miel por día, observando que mejoraban su estado general, se producía un aumento de peso, una disminución de los abscesos de tos, un incremento de la cantidad de hemoglobina y una disminución de la velocidad de sedimentación de eritrocitos. Con tres pacientes afectados de absceso pulmonar, después de la ingesta de miel se observó una mejora del apetito, un aumento de peso, una disminución de la expectoración, una regulación de la diuresis y una mejora del aparato digestivo, con regulación del estreñimiento

AFECCIONES CARDÍACAS

El músculo cardíaco o miocardio trabaja constantemente y en consecuencia tiene necesidad de un suministro continuo de energía en forma de glucosa.

La miel contiene gran cantidad de glucosa fácilmente asimilable y produce un efecto muy favorable sobre el miocardio.

En todos aquellos casos en que la cura depende de la capacidad de trabajo de corazón, está indicada la miel con la finalidad de excitar su actividad y nutrir sus células.

También existen razones para suponer que la glucosa contribuye a la flebectasia (dilatación de las venas) y por eso mejora la circulación de la sangre del sistema coronario. Según Ioirish (1985), el consumo prolongado, durante 1-2 meses, de 50-140 g de miel por día, en pacientes afectados con trastornos cardíacos, conduce al mejoramiento del estado general, a la normalización de la composición de la sangre, a la elevación de la cantidad de hemoglobina y del tono cardiovascular.

AFECCIONES DEL TRACTO GASTROINTESTINAL

Muchos trabajos experimentales señalaban que la miel favorece el proceso de asimilación a nivel del intestino y sobre todo eficaz en casos de estreñimiento.

La miel progresa a través del tracto gastrointestinal y tiene influencia sobre los movimientos peristálticos.

Si se da a un grupo de pacientes una papilla de bario mezclada con miel, se retiene en el estómago de 1 a 2 horas más, en comparación con la papilla sola.

La miel también tiene incidencia sobre la secreción de jugo gástrico.

Se ha demostrado que la miel de tilo disminuye la secreción de jugo gástrico. Numerosos autores, basándose en observaciones clínicas, han llegado a la conclusión de que la miel de abejas, sola o mezclada con los principales alimentos, disminuye la acidez gástrica.

Por lo tanto, se puede utilizar como medicamento y alimento dietético en casos de afecciones gastrointestinales acompañadas de hiperclorhidria, gastritis y úlceras.

Ioirish (1985) relata las experiencias del Hospital de Irkutsk en la ex URSS donde fueron tratados 600 enfermos de úlcera gástrica. En 302 casos la enfermedad cursó de forma normal: 76 pacientes sufrían hiperclorhidria, 67 tenían una acidez normal, 54 presentaban hipoclorhidria y 24 se quejaban de aclorhidria.

El tratamiento clásico, dieta y medicamentos, llevó a la convalecencia del 61% de los enfermos y persistieron los dolores en el 18%. En cambio con el tratamiento con miel se proporcionó la cura del 79,7 al 84,2% de los enfermos y cuando terminaron el tratamiento sólo el 5,9% presentaba dolores.

Los exámenes radiológicos mostraron que las úlceras habían desaparecido en el 29% de los enfermos sometidos al tratamiento clásico y en el 59,2% de los que fueron tratados con miel.

El tiempo de hospitalización de los enfermos tratados por el último método fue por término medio más corto. Además se observó que la miel actuó como tónico general del organismo y se observó un aumento de peso, mejorando la composición de la sangre, normalizando la acidez del jugo gástrico y una disminución de la irritabilidad del sistema nervioso.

Se ha demostrado que la miel de tilo disminuye la secreción de jugo gástrico.

El mismo autor citado anteriormente recoge las experiencias del Hospital Ostroúmov de Moscú sobre 155 pacientes y llega a conclusiones semejantes: la miel normaliza la acidez y la secreción del jugo gástrico, suprime la pirosis, la eructación y los dolores.

En el caso de úlceras gástricas, la miel ejerce un doble efecto.

Por un lado tiene una acción local que favorece la cicatrización de la úlcera de la mucosa gástrica semejante a la que ejerce sobre las heridas y ulceraciones externas.

Por otro lado, tiene una acción fortificante de todo el organismo, sobre todo del sistema nervioso.

Este último efecto es de gran importancia, ya que hay una influencia marcada de la disfunción de los receptores del estómago con la aparición de este tipo de dolencias.

Como terapéutica se recomienda tomar miel como un medicamento 1,5 - 2 horas antes de desayunar y 3 horas después de cenar.

Un efecto excelente se consigue al tomar miel diluida en agua tibia.

El consumo de esta solución contribuye a la dilución de la mucosa de las paredes gástricas y a la rápida absorción de los azúcares sin irritar el intestino.

Además provoca una disminución de la acidez gástrica.

Contrariamente, una solución fría de miel, aumenta la acidez y disminuye el peristaltismo.

El consumo de miel inmediatamente antes de comer también estimula la secreción de jugo gástrico.

La miel también tiene propiedades terapéuticas eficaces en ciertos problemas de asimilación o de insuficiencia digestiva.

Por sus propiedades antisépticas, su acción sobre la flora intestinal es destacable, especialmente en lactantes.

En los problemas de estreñimiento una cucharada sopera de miel acompañada de fruta es lo más aconsejable como remedio natural.

Heinerman (1988) considera la miel como antidiarreica y la recomienda en caso de diarreas y disentería, aprovechando su poder antibiótico.

También Chezeries (1982) destaca estas acciones de la miel sobre el estómago y el aparato digestivo en general.

**UNA MEZCLA DE FIBRAS ALIMENTICIAS CON MIEL
CONTRA LOS ARDORES DE ESTOMAGO Y EL REFLUJO
ESOFÁGICO.**