

5 de Agosto de 2010

Volumen 1—Número 2

**Boletín de salud natural**

**Director Científico:**

**Dr Jorge R. Alonso**

- Plantas Medicinales
- Alimentos
- Nutracéuticos
- Suplementos
- Consejos

**NATUFARMA**

**Contenido:**

- Extractos de Regaliz **1**  
en úlceras gástricas.
- Nuevos hallazgos con **1**  
el aceite de Menta
- Achicoria y manejo de **2**  
la osteoartritis
- El Jengibre como **2**  
agente desintoxicante
- Granadas y su activi- **3**  
dad en leucemias
- Centella asiática en **3**  
úlceras gástricas
- Creatina y reducción **4**  
de fatiga muscular

[www.remediosnaturales.org](http://www.remediosnaturales.org)

**Efecto comparativo entre un extracto de Regaliz y los antiácidos  
Omeprazol y Misoprostol en úlceras gástricas.**

El regaliz (*Glycyrriza glabra*) es una planta de reconocida actividad en casos de úlceras gástricas. No por casualidad, uno de los primeros agentes antiulcerosos gástricos fue obtenido de esta especie, nos referimos a la Carbenoxolona.

El presente estudio procuró determinar la efectividad de una decocción (25 ml/kg, vía intragástrica) de regaliz en el tratamiento de úlceras gástricas en ratas inducidas por aspirina en altas dosis, comparado con omeprazol (2.3 mg/kg; i.p.) y misoprostol (50 mg/kg; i.g.).

Los distintos productos fueron administrados durante tres días consecutivos, media hora antes de una alta dosis de aspirina dada en los animales (3 días), suficiente para causar daño en la mucosa gástrica.



Fueron realizadas pruebas antes y después de la aparición de la lesión ulcerosa. Una vez concluido el estudio se pudo determinar que el misoprostol es capaz de prevenir la formación de la úlcera gástrica, no así el regaliz ni el omeprazol. Sin embargo, el extracto de regaliz demostró, tras su administración a lo largo de 4 semanas, una total repa-

ración de la lesión ulcerosa gástrica durante la fase de tratamiento, la cual fue equiparable al omeprazol y misoprostol.

De tal modo los investigadores concluyen que sería recomendable iniciar ensayos clínicos con decocciones de regaliz dado el bajo costo que representa, no superando las 4 semanas de tratamiento.

**Referencias**

G. Gulluoglu and Fikret Vehbi Izzettin. Comparative effectiveness of *Glycyrrhiza glabra* vs. omeprazole and misoprostol for the treatment of aspirin-induced gastric ulcers. *African J Pharmacy Pharmacology* Vol. 3 (12):615-620, 2010.



**Nuevos hallazgos con el aceite de menta piperita en salud humana**

La menta (*Mentha x piperita*) es una planta cuyo aceite esencial presenta excelentes propiedades espasmolíticas y antibacterianas (*E. coli*, *S. aureus*, *Pseudomonas aeruginosa*, *S. faecalis*, *Klebsiella pneumoniae*).

No obstante, el presente trabajo pudo establecer el contenido de compuestos polifenólicos presentes y sus diferentes actividades en determinadas situacio-

nes patológicas. Dichos componentes del aceite esencial demostraron muy alta capacidad antioxidante, comparable al de compuestos químicos empleados en alimentación.

Lo interesante fue que su suministro a animales evidenció descensos significativos del ácido úrico y en los niveles elevados de colesterol total. Por otra parte, también evidenció efectos antiproliferativos en diver-

sas líneas de tejidos tumorales. Estos hallazgos sumados a los ya conocidos del aceite de menta, hacen de él un potencial agente terapéutico en varios tipos de enfermedades.

**Referencias**

Sharafi S Rasooli I, Owlia P., Protective effects of bioactive phytochemicals from *Mentha piperita* with multiple health potentials. *Phcog Mag* July 2010.

No me  
satisface  
aquella ciencia  
que no haya  
sabido hacer  
virtuoso a  
quienes la  
profesan.

**(Salustio)**

## El rizoma de Jengibre puede desintoxicar el organismo de productos tóxicos y carcinógenos

El Jengibre (*Zingiber officinale*) es una especie empleada tanto medicinal como culinariamente. A nivel medicinal es muy reconocida su propiedad antiemética y digestiva, a lo cual se le han sumado en recientes investigaciones, propiedades antiinflamatorias e inmunestimulantes. En el presente trabajo se pudo demostrar que su incorporación en animales puede favorecer la eliminación de xenobióticos (agentes con potencial capacidad tóxica y protumoral) los cuales pueden aparecer en alimentos como en productos de limpieza. En tal sentido, se dividieron dos grupos de animales.



Una mitad consumió en su dieta habitual extractos de jengibre durante un mes, en tanto el otro grupo solo recibió la dieta habitual. Ambos grupos fueron sometidos al suministro de benzopirenos (agentes carcinógenos) vía intraperitoneal y luego sacrificados. Al finalizar el estudio, se demostró que el grupo que

recibió jengibre en su dieta, promovió un alto nivel de enzimas antioxidantes en microsomas hepáticos que cumplen funciones de eliminación de tóxicos, como ser las enzimas *glutatión-transferasa* y *quinona-reductasa*. También se comprobó alta actividad enzimática en riñones, pulmones e intestino, lo que demuestra el nivel de depuración orgánica promovido por el jengibre en los órganos diana de los procesos tóxicos.

### Referencias

K. Nirmala\*, T. Prasanna Krishna . *International J. Nutrition Metabolism* Vol. 2 (3) : 056-062, March 2010

## Extractos de Achicoria demuestran su eficacia y muy buena tolerabilidad en pacientes con osteoartritis.

La achicoria (*Cichorium intybus*) es una planta comestible, y a la vez medicinal (generalmente a nivel hepático).

En el presente trabajo se procuró demostrar otros aspectos poco conocidos en ella, como ser su capacidad antiinflamatoria en procesos osteoarticulares.

En efecto, fue llevado a cabo un ensayo clínico de fase 1, randomizado, a doble ciego y controlado con placebo, para determinar su seguridad y tolerancia, a la vez que se registró también su eficacia parcial.

El estudio fue llevado a cabo en 40 pacientes, todos mayores de 50 años y con

diagnóstico confirmado de osteoartritis. Los pacientes fueron dividido en tres grupos. El primer grupo (8 pacientes) recibió 600 mg/día de extractos de achicoria; el segundo grupo (8 pacientes) recibió 1.200 mg del extracto y el tercer grupo (24 pacientes) 1.800 mg. Todos los grupos recibieron la medicación durante un mes.

Finalizado el mismo, se pudo comprobar la muy buena tolerabilidad del extracto, y solo un paciente (del tercer grupo) debió dejar el ensayo por malestar digestivo.

En cuanto a la remisión de síntomas, los pacientes del tercer grupo (los que recibieron las dosis más altas)

fueron los que manifestaron las principales mejoras, alegando menores molestias durante la movilización articular y reducción en los dolores.

En tal sentido, se proseguirán los estudios en las siguientes fases de ensayo clínico con un número mayor de pacientes a efectos de corroborar estos alentadores resultados preliminares, en especial teniendo en cuenta los efectos adversos que suelen generar las medicaciones antiinflamatorias en artritis.

### Referencia

Olsen *et al.* *BMC Musculoskeletal Disorders* 2010, 11:156

## Extractos de Granada demuestran beneficios en Leucemia

La leucemia fue descubierta por los alemanes Virchow y Bennett en 1845. Desde entonces, la ciencia médica busca una salida triunfante en esta patología, lo cual ha logrado en muchas ocasiones en los últimos años merced a los diagnósticos tempranos que nos brinda la tecnología.

No obstante, estamos lejos aún de poder dar respuesta satisfactoria en el 100% de los casos y por ello se sigue en la búsqueda de nuevos fármacos que resulten activos en estas circunstancias. El presente trabajo, llevado a cabo en Tailandia, puso en contacto diver-

sos extractos de frutas de ese país frente a células leucémicas de las líneas U937, K562, HL60 y MOLT4.

También fueron testeadas células mononucleares normales. Entre los otros frutos sometidos al ensayo figuraron la mangosta, la papaya y la lima kaffir.

Al terminar el estudio, se pudo demostrar que todos los extractos de frutas presentaban fuerte actividad inhibitoria sobre las líneas de células leucémicas U937, K562 y MOLT4. Sólo el extracto de frutos de Granada demostró también actuar sobre la línea celular

HL60. También a diferencia de los otros extractos frutales, la Granada demostró no ejercer efectos citotóxicos sobre células mononucleares normales, algo que suele verse normalmente durante los tratamientos con agentes oncológicos de síntesis.

En resumen, los extractos de Granada se vislumbran como un recurso adicional frente a casos de leucemia.

### Referencias

**Chadarat A. et al. African J. Pharmacy Pharmacology Vol. 4(1). pp. 013-021, January, 2010**



## La Centella asiática, de manera experimental, ejerce efectos protectores en úlceras gástricas superior a Omeprazol

Los poderes cicatrizantes de la Centella asiática han sido puestos de manifiesto innumerable cantidad de veces en lesiones ulcerativas en piel fundamentalmente.

La propuesta de este trabajo, fue poder comprobar también propiedades cicatrizantes en úlceras gástricas producidas por etanol.

Por tal motivo, se tomaron 5 grupos de ratas. El primer grupo recibió placebo; el segundo grupo Omeprazol, el tercer grupo extracto de centella asiática 100 mg/kg; el cuarto grupo 200 mg/kg y el quinto grupo 400 mg/kg.(todos de centella)

Una hora después, cada grupo recibió una dosis alta de etanol. La experiencia se llevó a cabo a lo largo de 14 días, tiempo en el cual se procedió a la autopsia de los animales para ver los cambios ocurridos en tejido

mucoso gástrico. Las lesiones principales fueron observadas como era de esperar en el primer grupo, observándose infiltrados leucocitarios y edemas multifocales. El grupo que recibió Omeprazol obtuvo menor cantidad de lesiones. De los grupos que recibieron Centella Asiática, se comprobó que el quinto grupo (el de la dosis más alta) no

mostraba infiltrados leucocitarios ni edemas, siendo significativamente mayor el grado de gastroprotección frente a los otros grupos, lo cual abre las puertas a futuros ensayos clínicos con esta especie.

### Referencias

**Abdulla M. et al. J Medicinal Plants Res. 4 (13): 1253-1259, 4 July 2010**

### CURSOS ON LINE PARA PROFESIONALES DE SALUD

El próximo 4 de setiembre darán inicio la 4a. Ed. de los cursos a distancia exclusivos para profesionales de la salud, dirigidos por el Dr. Jorge Alonso, en las siguientes asignaturas:

- Fitomedicina
- Fitodermatología estética
- Alimentos Funcionales y Nutraceuticos

Puede hacer su inscripción y recabar información escribiendo a fitomedic@gmail.com y fitomedicina@sinectis.com.ar

*La experiencia clínica, como toda experiencia, se basa en éxitos, verdades, pero también en errores y mentiras.*  
**(J. Orgaz)**

### LABORATORIO



**Farma Activ**  
SUPLEMENTO DIETARIO NATURAL



### Tópicos a tratar

- Legislación
- Investigaciones
- Fitomedicamentos
- Alim. Funcionales
- Suplem. Dietarios
- Med. Orthomolecular
- Medicina Ayurvédica
- Remedios naturales en Veterinaria

### Inscríbese en:

fitomedic@gmail.com  
info@remediosnaturales.org

## 1ras. JORNADAS SOBRE REMEDIOS NATURALES "De la planta al medicamento"



16 de octubre de 2010  
8.30 a 20.45 hs



Aula Magna de la Facultad de Medicina de la  
Universidad de Buenos Aires

Participe con su stand. Escriba hoy mismo a:  
[info@remediosnaturales.org](mailto:info@remediosnaturales.org)

### La Creatina reduce la fatiga durante el ejercicio intenso. Ensayo clínico.

La creatina es un ácido orgánico nitrogenado que se encuentra en los músculos y células nerviosas de algunos organismos vivos. Es un derivado de los aminoácidos muy parecido a ellos en cuanto a su estructura molecular. Se sintetiza de forma natural en el hígado, el páncreas y en los riñones a partir de ciertos aminoácidos. En los últimos años ha cobrado importancia en relación a la actividad deportiva, la ganancia de masa muscular y la reducción en la fatiga muscular durante trabajos musculares de esfuerzo. En el presente ensayo clínico, a doble

ceigo y controlado con placebo, se intentó demostrar si los suplementos de creatina mejoran determinados parámetros vinculados a la masa corporal, ganancia de peso, y resistencia física entre otros. Para ello se seleccionaron 20 jóvenes en edades comprendidas entre 20 y 23 años, de ambos sexos. Los mismos fueron divididos en dos grupos, recibiendo la mitad de ellos placebo y la otra mitad 0,03 g/kg de creatina. El tiempo de evaluación fue de 6 semanas. Finalizado el ensayo, se midieron parámetros vinculados con la

extensión de piernas, flexión de rodillas, ganancia de peso y fatiga muscular. El estudio determinó que el grupo que recibió creatina demostró resultados significativos en cuanto a una mayor resistencia a la fatiga y cansancio muscular, sin aumento de peso ni grasa corporal y con niveles incrementados de creatina en sangre. Esto plantea la posibilidad de incorporar la creatina en prácticas de portivas de elite, sin riesgos de doping.

#### Referencias

Rawson E et. al. Nutrition. June 2010. (in press) .

