

## INFLUENCIA DE LA MEDICINA TRADICIONAL FRENTE AL TRATAMIENTO DE LA DIABETES MELLITUS



**Carlos Ernesto Pinto**

Oficial de Emergencia y Rescate del Sistema Nacional de Protección  
Civil de Panamá

carlosernestopinto540@gmail.com

Fecha de recepción: 01/10/2017

Fecha de revisión: 05/11/2017

Fecha de aceptación: 25/11/2017

### RESUMEN

En los últimos años la diabetes mellitus ha trascendido su prevalencia de morbilidad y día tras día nuevos casos se diagnostican a nivel mundial, permitiendo de esta manera señalar, que se ha convertido en uno de los principales problemas de salud pública actuales. Por tal razón hoy en día los avances tecnológicos y distintos medicamentos son utilizados para el tratamiento de esta enfermedad con el fin de mantener a los pacientes que la padecen dentro de un sistema multidisciplinario que le permitan llevar un estilo de vida más saludable que incluyan cambios en alimentación, ejercitación y cumplimiento del plan terapéutico indicado por el médico responsable. Dándoles atenciones y Seguimiento a dichos pacientes en Hospitales públicos y clínicas de atención de salud primaria. Además de seguir con los tratamientos modernos brindados por las especialistas del tema tratado. Las personas acuden a los recursos de la naturaleza, que desde años precolombinos, eran muy utilizados en el manejo de muchas enfermedades; la conocida y muy aceptada comunitariamente como medicina tradicional o herbolaria. La hiperglucemia (niveles altos de glucosa en sangre) es la responsable directa de los síntomas típicos de la diabetes. En los primeros años, los niveles de glucosa no son excesivamente elevados así que la diabetes no presenta síntomas o son muy poco específicos y pasan desapercibidos, por lo que una persona puede estar años con un trastorno de tolerancia a la glucosa e incluso con diabetes mellitus tipo 2 sin saberlo. De ahí la evolución silenciosa de la enfermedad de hasta 10 o 12 año. Esto conlleva muchas veces un retraso del diagnóstico.

**Palabras clave:** Diabetes Mellitus, medicina tradicional, medicina moderna, salud pública, multidisciplinario.

## INFLUENCE OF TRADITIONAL MEDICINE AGAINST THE TREATMENT OF DIABETES MELLITUS

### ABSTRACT

In recent years diabetes mellitus has transcended its prevalence of morbidity and day after day new cases are diagnosed worldwide, thus allowing us to point out that it has become one of the main current public health problems. For this reason today, technological advances and different medications are used for the treatment of this disease in order to keep patients who suffer from it within a multidisciplinary system that allows them to lead a healthier lifestyle that includes changes in feeding, exercise and compliance with the therapeutic plan indicated by the responsible physician. Giving care and follow up to these patients in public hospitals and primary health care clinics. In addition to continuing with the modern treatments offered by the specialists of the treated subject. People come to the resources of nature, which since pre-Columbian years, were widely used in the management of many diseases; the well-known and widely accepted community as traditional medicine or herbal medicine. Hyperglycemia (high blood glucose levels) is directly responsible for the typical symptoms of diabetes. In the first years, glucose levels are not excessively high so diabetes does not present symptoms or are very unspecific and go unnoticed, so that a person can be years with a glucose tolerance disorder and even with diabetes mellitus type 2 without knowing it. Hence the silent evolution of the disease up to 10 or 12 years. This often leads to a delay in the diagnosis.

**Keywords:** Diabetes Mellitus, traditional medicine, modern medicine, public health, multidisciplinary.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la diabetes como una grave enfermedad crónica que se desencadena cuando el páncreas no produce suficiente insulina (una hormona que regula el nivel de azúcar, o glucosa, en la sangre), o cuando el organismo no puede utilizar con eficacia la insulina que produce.

La diabetes mellitus se ha convertido, sin duda alguna, en un importante problema de salud pública y una de las cuatro enfermedades no transmisibles seleccionadas por los dirigentes mundiales para intervenir con carácter prioritario. A través del informe mundial sobre la diabetes creada por parte de la OMS (2016), se estima que en las últimas décadas han aumentado sin pausa el número de casos y la prevalencia de la enfermedad.

En este mismo informe nos indica que según las estimaciones, 422 millones de adultos en todo el mundo tenían diabetes en 2014, frente a los 108 millones de 1980. La prevalencia mundial (normalizada por edades) de la diabetes casi se ha duplicado desde ese año, pues ha pasado del 4,7% al 8,5% en la población adulta. Junto con estos datos también tenemos que factores de riesgo predisponentes a padecer de diabetes como lo son la obesidad y el sobrepeso también han ido incrementándose en gran medida durante los últimos años.

Para poder entender mejor como se da esta enfermedad, adjuntado al notorio impacto que está causando dentro de las gestiones de salud, los planes estratégicos estatales y en la economía de un país debemos ahondar un poco más sobre ¿Qué es la diabetes?

Como se mencionaba al principio, la diabetes mellitus más que todo es una enfermedad endocrina crónica, debido a que la persona que la padece tendrá que vivir con este diagnóstico desde que se le informa de dicho padecimiento y durante todo el cumplimiento de su ciclo vital como ser humano. Esto trae consigo tanto alteraciones en el estado físico, como emocional de la persona que la padece y sobre todo su entorno familiar y laboral.

Esta alteración metabólica altera la función normal del páncreas, órgano encargado de secretar una importante hormona llamado insulina, la cual es la responsable de la descomposición de la glucosa que es adquirida por el organismo a través de la ingesta de los alimentos y seguidamente permitir regular la cantidad de glucosa en el torrente sanguíneo, que es necesaria en el cuerpo para desempeñar las funciones vitales del ser humano y almacenando la restante en el hígado y músculos. El rango de glucosa que puede considerarse adecuado en sangre abarca de 60 a 110 mg/dL.

La diabetes puede presentarse de tres principales maneras según Francisco Pomares (2006):

**Tipo I: (Autoinmune o Idiopática):** consiste en la destrucción de la célula beta que induce un déficit absoluto de insulina, esto indica que el páncreas no produce insulina debido a que agentes inmunológicos atacan la hormona de la insulina destruyéndola. Este tipo de diabetes se caracteriza por su la aparición repentina, las personas presentan pérdidas de peso reciente y necesitan indudablemente de tratamientos de insulina para preservar la vida. Pueden estar muy arraigada a factores de riesgo genético y hereditario.

**Tipo II:** se desarrolla al presentar resistencia insulina (RI) predominante con déficit relativo de insulina o bien déficit de insulina predominante con RI relativo, esto quiere decir que el páncreas produce poca cantidad de insulina, o la insulina que produce no es funcional. Esta puede empezar a cualquiera edad, usualmente a los 30 años; suelen presentar obesidad o sobrepeso al momento de ser diagnosticado y utilizan hipoglucemiantes orales para mejorar los niveles de glicemia acompañada de algunas dosis de insulina inyectable. Este tipo está más relacionado al mal manejo de los estilos de vida.

Diabetes Gestacional: que aparece durante la gestación. Si los estilos de vida no son adecuados durante y luego del embarazo las probabilidades que las pacientes que la padecieron durante su periodo de gestación terminen padeciendo de diabetes tipo 2.

Según Brunner, S (2000). Las manifestaciones clínicas de la diabetes incluyen: Poliuria (incremento de la frecuencia y cantidad de orina), polidipsia (incremento de la sed y consumo de líquidos) y polifagia (aumento del consumo de alimentos desmedidamente). Otros síntomas incluyen fatiga y debilidad, cambios visuales repentinos, hormigueo, piel seca, heridas que tardan en cicatrizar e infecciones recurrentes.

Los dos tipos de diabetes (tipo 1 y tipo 2) pueden causar graves daños al cuerpo cuando el nivel de glucosa en la sangre está constantemente elevado. Los problemas más comunes son del corazón, los riñones, la vista, el sistema nervioso y los pies. Estudios recientes sobre diabetes indican que se pueden controlar estos problemas si el azúcar en la sangre se mantiene en un nivel lo más normal posible, se pierde peso y se hace ejercicio. (Ann Albright, 2010)

*“Yo soy hijo de una persona con diabetes. Por no haberme informado, me descuidé. . . Es posible que tal vez exista algo que no se pueda evitar. Pero lo que sí podemos hacer es educarnos antes, saber alimentarnos. Podemos romper esa cadena que hace que tú, por ser latino, vayas a ser, o seas una persona con diabetes. Yo creo que la diabetes se puede vencer con la educación. (Un padre de familia con diabetes, 35 años)”*

Estas palabras citadas anteriormente nos permiten conocer la importancia de la educación en salud y la necesidad evidente de información adecuada, útil y orientada que sirva de recurso para poder disminuir los riesgos de padecer diabetes.

Dentro de las recomendaciones que nos hace la doctora Ann Albright en su guía para el manejo de la diabetes, podemos rescatar las siguientes:

- Incluya una variedad de alimentos en sus comidas
- Coma menos grasa, azúcar y sal.
- Disminuir el consumo de alcohol.
- Hacer una actividad física a diario.
- Es importante saber cuándo y cómo tomar los medicamentos. El nivel de azúcar en la sangre puede bajar mucho al tomar pastillas para la diabetes o insulina.

La opción de medicamentos alópatas que tienen las personas para el tratamiento y control de la diabetes incluyen la insulina y varios agentes antidiabéticos orales tales como las sulfonilurias, biguanidas, inhibidores de la alfa-glucosidasa y glinidas, las cuales son utilizadas como monoterapia o en combinación para lograr mejorar la regulación glucémica. Muchos de estos antidiabéticos tienen efectos adversos, y en el control de la diabetes crónica pierden su efectividad según Castro, F (2009) quien citó a Kumar (2007). Así, el manejo de la diabetes sin efectos adversos se ha convertido en un reto. Lo anterior también repercute en un alto costo dado que son tratamientos que los pacientes necesitan de por vida, de tal manera que la búsqueda de opciones terapéuticas más efectivas y seguras sigue siendo un área de investigación fértil

Castro, F (2009) que citó a Bayley (2005) nos refiere, en su investigación sobre el uso de plantas medicinales en el tratamiento de la diabetes, que más de 400 tratamientos naturales con plantas para la diabetes mellitus han sido registrados, pero solo un pequeño número de estos han recibido evaluación científica y médica para probar su eficacia. Los tratamientos tradicionales están desapareciendo en las sociedades occidentales, pero algunas son prescritas por los practicantes de la medicina alternativa o tomados por los pacientes como complementos de las terapias convencionales. Sin embargo, los remedios con plantas, permanecen como tratamientos principales en países subdesarrollados.

### **Medicina Tradicional o Herbolarias**

El uso de las plantas en la cura de enfermedades es tan antiguo como las mismas enfermedades y es ahí donde nuestros abuelos y generaciones anteriores recurrieron primeramente antes de la medicina moderna.

La ciencia fototerapia (cura de las enfermedades por medio de plantas) ha progresado en los últimos años y hoy es posible la cura de casi todas, por el uso continuo de plantas ya se conoce la presencia de algunas de ellas y sus principios químicos farmacodinámicos activos. El empleo de las planta en terapias a enfermedades a lo largo y ancho de nuestro país y parte de nuestro continente es muy amplio, remontándonos a las incursiones que realizaron las culturas precolombina y que atreves de los años se han utilizan por generaciones

Los muchos adelantos tecnológicos de la medicina occidental, no pueden desterrar de nuestra cultura ese arraigado instinto o herencia que tenemos de permanecer fieles a la medicina tradicional heredada de generación en generación.

En Panamá a pesar de que contamos con la presencia en neutros pueblos o corregimientos de centros de salud, hospitales, personal médico, enfermeros(as) y especialistas en diversos campos de la medicina moderna se siente vigorosa aun la imagen destacada y comprometidas con su gente de las personas que tienen los conocimientos de herbolaria conocidos comúnmente como curanderos o hierberos, que a través de su terapias basadas en hierbas contribuyen a solucionar los males y padecimientos físicos y psicológicos de la población creyente en esta medicina alternativa que nos brinda la naturaleza.

Mencionaremos algunas de las plantas utilizadas por nuestros ancestros y abuelos para el tratamiento de distintas enfermedades como por ejemplo la diabetes y como la elaboraban ellos estas son:

- Balsamina
- Contra gabilana
- Cedrón
- Casco de vaca
- Guarumo

Estas plantas son preparadas y ingeridas por la personas en tés o bebidas las cuales toman por un periodo de tiempo según las dosis que los hierberos les prescriben; es una alternativas que muchas personas buscan hoy en día a pesar de los avances en el tratamiento de esta enfermedad.

**De esta forma preparan el té las personas que los utilizan:**

- Ingredientes: 1 rollo o lo que empuñe una mano de bejuco de balsamina, polvo de pepita de cedro amargo y agua.
- Preparación: cocine el bejuco de balsamina a media tasa agregar polvo de pepita cedrón.
- Dosificación: Media tasita por nueve días.
  
- Ingredientes: 10 hojas de contra gabilana y un litro de agua.
- Preparación: hierva las hojas y haga un té.
- Dosificación: tres tasitas por días por tiempo prolongado.
  
- Ingrediente: 5 hojas de guarumo, 1 litro de agua.
- Preparación: se hierbe como un té.
- Dosificación: por un tiempo prolongado de dos tacitas de té por día, una semana y otra no (ayuda a reducir colesterol).

- Ingredientes: 5 hojas de casco vaca.
- Preparación: se hierva la hoja hasta que cocine bien.
- Dosificación: se toma una tasa en la mañana y una en la tarde por una semana.

**Efectos secundarios:**

No se ha probado si estos tés tienen efectos secundarios a las personas con las que conversamos y que hacen de esta medicina una alternativa; me informan que hasta el momento no han sentido efectos secundarios, pero ellos no abusan de la ingesta de estos tés, solo lo hacen por un tiempo determinado.

**Recomendaciones:** Siempre es deber de cada uno informar a sus médicos que está tomando estos tipos de tés y no dejar los medicamentos recetados por los doctores.

La convivencia con la diabetes se asienta sobre tres pilares básicos:

- La alimentación
- El ejercicio físico
- El tratamiento farmacológico.

Los pacientes diabéticos deben llevar una dieta sana, variada y equilibrada. La práctica de ejercicio físico regular ha demostrado mejorar el control de la glucemia, los factores de riesgo cardiovascular y el perfil lipídico, así como facilitar la pérdida de peso y aumentar el grado de bienestar. También es altamente recomendable dejar de fumar, ya que el tabaquismo actúa como factor de riesgo cardiovascular.

La medicación es un complemento para aumentar el efecto de la buena alimentación y del ejercicio, constituyendo la insulina la base farmacológica en la diabetes tipo 1, y distintos fármacos orales o insulina, en la diabetes tipo 2. El autocontrol en el hogar mediante análisis regulares y el seguimiento médico son fundamentales para prevenir y retrasar la progresión de complicaciones serias relacionadas con la enfermedad y reducir la mortalidad

Puede concluirse que la diabetes es la enfermedad que está afectando cada día más a muchas personas de distintas clases sociales; y a pesar de que estamos en un siglo de muchos avances en la medicina, todavía existen el medicamento o la medicina alternativa la cual nos brinda la naturaleza y que está al alcance de todos.

Sin embargo, a pesar de las ventajas que nos ofrece la naturaleza poco a poco muchas plantas están desapareciendo debido a la tala de los bosques y la quema que realizan los agricultores en muchos lugares del país, destruyendo muchas plantas medicinales y otras que quizás sean la cura o tratamiento a distintas enfermedades que existen hoy en día.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Albright, A. (2010). Controle su diabetes. Guía para el cuidado de su salud. Tercera Edición. Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. Atlanta.

Castro, F. (2009). Uso de plantas medicinales y suplementos dietéticos para el control glucémico de la diabetes. Investigación Científica. (Documento en PDF) recuperado de: <http://www.veralmex.com/pdf/glucemico.pdf>

Informe mundial sobre la diabetes. (2016). Organización Mundial de la salud. (Documento en PDF). Recuperado de: [www.who.int/diabetes/global-report](http://www.who.int/diabetes/global-report)

Rambla, V. (2006). Guía clínica de actuación en diabetes y riesgo cardiovascular. Generalitat Valenciana. Valencia, España.