



I Jornada Científica de Farmacología y Salud. Fármaco Salud Artemisa 2021.

El uso de la Medicina Natural y Tradicional como forma de tratamiento para la Hipertensión Arterial.

Autores:

Yuniel Enrique Casas Núñez*¹

Fidel Márquez Bullain *²

Estrella María Aguilera Guzmán*³

**Universidad De Ciencias Médicas de Granma
Facultad Celia Sánchez Manduley. Manzanillo**

Tutores:

MsC. Dra. Madelín Rodríguez Martínez. Profesora Auxiliar. Especialista de II
Grado en MGI y de I Grado en Bioquímica Clínica.

Msc.Dra. Katia Fernández Reyes. Profesora Asistente. Especialista de 1er Grado
en Anatomía Humana.

*¹Estudiante de 2do año de Medicina. Alumno Ayudante de Ginecología y
Obstetricia. <https://orcid.org/0000-0001-5765-9082>.

*²Estudiante de 1er año de Técnico Superior en Enfermería. <https://orcid.org/0000-0003-1225-8327>.

*³Estudiante de 2do año de Medicina. Alumna Ayudante de Ginecología y
Obstetricia. <https://orcid.org/0000-0003-3690-8478>.

Curso 2020-2021

Año 63 de la Revolución

Resumen:

Introducción Las enfermedades cardiovasculares representan a nivel mundial una de las principales causas de muerte, la hipertensión arterial constituye un problema que descuidarlo podría ocasionar cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, insuficiencia renal entre otras. La Medicina Natural y Tradicional constituye una alternativa para el tratamiento de estas, así como las medidas de prevención y control que cada individuo sea capaz de emplear. El **objetivo** de la investigación es describir las diferentes técnicas de la Medicina Natural y Tradicional que se utilizan para el tratamiento de la hipertensión arterial, así como las medidas que se pueden tener en cuenta para la prevención de la enfermedad y su control. Para el desarrollo de la misma se realizó una revisión bibliográfica en bases de datos como SciElo, Scopus, Medline y LILIACS, seleccionando artículos con calidad científica publicados en los últimos cinco años referentes a la enfermedad objeto de estudio y a la Medicina Natural y Tradicional.

Conclusiones Como tratamiento para ayudar a reducir los niveles de presión arterial existen varias plantas medicinales que han sido probadas científicamente como el ajo ,la cebolla y la caña santa ,otras formas de mantener controlada la tensión arterial es disminuyendo la ingesta de sal en las comidas ya que así se hace más efectivo la acción de los fármacos antihipertensivos ,así como una dieta saludable con bajo niveles de grasa y realizando ejercicios físicos .

Palabras claves: Medicina natural y tradicional, hipertensión arterial, enfermedades cardiovasculares, prevención.

Introducción

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las enfermedades cardiovasculares son las principales causas de morbilidad y mortalidad en los adultos de los países industrializados y países en vías de desarrollo. La hipertensión Arterial es un problema que contribuye a la carga de cardiopatías, accidentes cerebrovasculares e insuficiencia renal, y a la mortalidad y discapacidad prematura. [1]

Las cifras de presión aumentan muy gradualmente con la edad, por lo que la prevalencia de hipertensión arterial depende notablemente del segmento etario considerado. La distribución de la prevalencia depende fundamentalmente de factores socioeconómicos y culturales, aunque con tendencia a igualarse en todas las zonas geográficas del planeta. A través de datos obtenidos de la Organización Mundial de la Salud más de uno de cada cinco adultos padece de tensión arterial elevada, un trastorno que causa aproximadamente la mitad de todas las defunciones por accidentes cerebrovascular o cardiopatía. Las complicaciones derivadas de la hipertensión son la causa de 9.4 millones de defunciones cada año en el mundo. [2]

En casi todos los países de ingresos altos, el diagnóstico y tratamiento generalizado de las personas hipertensas con medicamentos de bajo costo ha propiciado una reducción significativa de la proporción de personas con tensión arterial elevada, así como de la tensión arterial media en todas las poblaciones, lo que ha contribuido a reducir la mortalidad por enfermedades del corazón. En cambio, en los países de ingresos bajos y medianos la hipertensión no solo es más prevalente, sino que también afecta a más personas porque el número de habitantes de estos países es mayor que el de los países de ingresos elevados. [2]

Por su parte la Organización Panamericana de la Salud estima que la hipertensión arterial afecta entre el 20-40% de la población adulta de la región, lo que significa

que en las Américas alrededor de 250 millones de personas padecen de presión alta. [2]

En Cuba, según el anuario estadístico de salud, en 2018 se elevó el reporte de la prevalencia por la dispensarización para la hipertensión arterial, cuya tasa fue de 222.52 por cada 1000 habitantes, en tanto se reportaron 3427 defunciones por causa de enfermedades hipertensivas, predominando como grupo etario el de 60 a 64 años.[2]

La hipertensión arterial se diagnostica cuando se constatan cifras de tensión arterial de 140mmHg o más (sistólica o máxima) y 90mmHg o más (diastólica o mínima), constatados por esfigmomanómetro. Con frecuencia cursa sin síntomas, lo que la hace más peligrosa y estimula su prevención, pues sus consecuencias pudieran ser muy evidentes y lamentables. [3]

Como alternativa o complemento para ayudar a reducir los niveles de presión existen varias plantas medicinales que han sido probadas científicamente. Estas forman parte de la Medicina Natural y Tradicional, utilizada desde la antigüedad, la cual ha ido evolucionando y perfeccionándose, utilizándose en la actualidad. [3]

La Medicina Natural y Tradicional está considerada como la especialidad que incluye un conjunto de métodos y técnicas terapéuticas que consisten en restablecer el equilibrio en el individuo y entre él y el universo. Conocida internacionalmente como alternativa, energética, complementaria, forma parte del acervo de la cultura universal, es decir de conceptos y prácticas que se han heredado de generación en generación. En ella se incluye la homeopatía, fitoterapia, acupuntura, ozonoterapia, apiterapia, moxibustión, entre otras.[4]

Ella parte de considerar que el desarrollo humano se hace sostenible en la medida que sea posible ampliar un sistema de salud basado en un es-tilo de vida sano, en armonía con la naturaleza, con pleno respeto al entorno y con el empleo de

medios al alcance de todos. Existen razones ético-filosóficas para favorecer su promoción y utilización, posee valor científico, resuelve problemas de difícil manejo y tiene un aporte económico, al resultar menos costosa. [5]

Por estas razones se realizó esta investigación con el objetivo de describir las diferentes técnicas de la Medicina Natural y Tradicional que se utilizan para el tratamiento de la hipertensión arterial, así como las medidas que se pueden tener en cuenta para la prevención de la enfermedad y su control.

Desarrollo:

Fitoterapia:

La Medicina Natural y Tradicional es ampliamente utilizada en todo el mundo. La fitoterapia constituye el uso de productos de origen vegetal para la prevención, la curación y el alivio de una amplia variedad de síntomas y enfermedades. En la fitoterapia, el uso de las plantas medicinales varía en dependencia de la parte de la planta que se utiliza en la preparación del producto, las cuales pueden ser: la planta en su totalidad, los tallos, las hojas, las flores, las semillas o las raíces. También varía su uso en dependencia de la forma de indicación, como: material vegetal fresco o seco, preparaciones galénicas indicadas por el médico y confeccionadas por el propio paciente, especialidades fitoterapéuticas elaboradas por centros especializados y distribuidas a las farmacias por lotes para su venta y la extracción química de principios activos para uso de la ingeniería genética u otros procedimientos. Es de gran importancia que la población conozca no solo que los productos naturales provenientes de las plantas son elaborados y comercializados de forma industrial, sino que muchos pueden ser confeccionados por el propio paciente a partir de la indicación médica, lo que hace muy fácil y económica su obtención.^[6]

-El Ajo:

Esta planta por sus excelentes propiedades hipotensoras es muy utilizada para bajar la presión arterial. El ajo (*Allium sativum*) pertenece a la familia Liliaceae junto con la cebolla y otras liliáceas. Etimológicamente la palabra *allium*, se cree que proviene de la palabra celta *all*, que significa "picante, caliente". Y el término *sativum* es una contracción de *seminativum* que significa "que se puede sembrar"^[7]

Se trata de una planta herbácea, formada por bulbos divididos. Con floración entre los meses de febrero y abril. El ajo está formado por una raíz bulbosa, compuesta de 6 a 12 bulbitos, los llamados "dientes de ajo" y que conforman a su vez lo que conocemos con el nombre de cabeza de ajos. Cada uno de estos bulbitos está

envuelto por una especie de túnica blanca, a veces incluso puede ser alorjizo, membranoso, transparente y muy fina, parecida a las que cubren todo el bulbo. Desu parte inferior nacen las partes fibrosas que se introducen en la tierra para poder alimentarse y al tiempo anclarse.^[7]

Entre los componentes activos principales está constituido por el bulbo subterráneo, conocido vulgarmente como cabeza de ajo.Éste, a su vez, está constituido por un número variable de bulbillos (los dientes), que están insertados sobre un eje aplastado. El ajo contiene numerosos componentes activos, de entre los que destacan sus compuestos azufrados. Si el bulbo está intacto y fresco, el componente mayoritario identificado es la aliína o sulfóxido de S-alil-cisteína (aminoácido azufrado).^[7]

La administración regular de ajo a pacientes con hipertensión esencial puede inducir una reducción de la tensión sistólica entre 12 y 30 mmHg, y de la diastólica entre 7 y 20 mmHg. Estudios recientes han determinado que el suplemento de 300 mg de extracto de ajo 3 veces al día resultó ineficaz para disminuir la tensión arterial. Otros investigadores señalan que determinados componentes del ajo (saponinas y carbohidratos afines a la fructosa) actúan como inhibidores del enzima adenosina deaminasa (ADA) en la aorta. La adenosina está presente en cantidades significativas en el ajo. Si el enzima ADA es inhibida, más adenosina se encuentra disponible de esta forma la adenosina puede ayudar a dilatar los vasos sanguíneos y a relajar la musculatura lisa intramural. Ambos efectos conducen a reducir la presión arterial.^{[7][8]}

El ajo contiene gamma-glutamilcisteína, un inhibidor de la Enzima Convertidora de la Angiotensina natural. Este químico, en combinación con el alto contenido de alicina, le da al ajo la capacidad de dilatar las arterias, lo que reduce la presión arterial.^[9]

-Caña santa:

La caña santa (*Cymbopogon citratus*) es una especie de hierba perteneciente a la familia de las poáceas. El jarabe de caña santa al 10% se administra por vía oral para una dosis de 2 cucharadas 3 veces al día. Es ampliamente utilizada en la hipertensión y en múltiples afecciones.^[10]

-La cebolla:

La cebolla (*Allium cepa*) es una planta herbácea bienal perteneciente a la familia de las amarilidáceas. Es la especie más ampliamente cultivada del género *Allium*. La tintura de cebolla al 50% es aplicable por vía oral para una dosis de 20 gotas en medio vaso de agua 3 veces al día. Esta solución es recomendable aplicar en situaciones de incrementos de la tensión arterial.^[11]

-La pasiflora:

La pasiflora (*Passiflora incarnata*) es una planta trepadora de rápido crecimiento perteneciente al género *Passiflora* conocido comúnmente como flores de la pasión. El extracto fluido de pasiflora se debe de administrar 20 gotas en medio vaso de agua antes de acostarse. Es utilizado para tratar la ansiedad, así como las crisis hipertensivas por su potente efecto sedante. ^[12]

-Acupuntura y auriculoterapia:

La acupuntura (AP), una técnica milenaria de la Medicina Tradicional China (MTC), que forma parte del grupo de las estrategias no farmacológicas y ha sido propuesta como una terapia complementaria para el control de las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) por la Organización Mundial de la Salud.^{[13][14]}

La acupuntura produce el restablecimiento del equilibrio energético, mientras que la auriculoterapia procura llevar su acción al órgano (la función), por tal motivo se puede observar que, mientras la acupuntura trabaja sobre lo general, la auriculoterapia trabaja sobre lo específico. Es por ello que la auriculoterapia dirigida directamente al órgano, región o función enferma del individuo, corrigiendo el desequilibrio funcional.^[15]

En la HTA por hiperactividad de la energía de hígado, se pueden emplear los puntos hígado 3 (H3), vesícula biliar 20 y 34 (VB20 y VB34), riñón 3 (R3),

estómago 36 y 40 (E36 y E40), así como intestino grueso 11 (IG11) y corazón 7 (C7). En la HTA por déficit renal se pueden emplear los puntos VB 20, Pericardio 6 (Pc6), R3, bazo 6 (B6), C3 y E36.^[16]

En estos momentos se conocen alrededor de 200 puntos biológicamente activos en la oreja, con los cuales se pueden tratar numerosas enfermedades. Entre ellos hay de 70 a 90 puntos de mayor importancia. La ventaja de la auriculopuntura consiste en que se aprende fácil, es de un amplio uso, tiene un manejo simple y pocas reacciones secundarias, se utiliza en las enfermedades funcionales y en las orgánicas. Su acción analgésica, sedativa, anticonvulsivante, antiinflamatoria, antitúrgica, antipirética e hipotensora es muy rápida.^[17]

-Moxibustión:

La moxibustión es la práctica de quemar moxa seca (*Artemisia vulgaris*), dispuesta en pequeñas pilas en forma de cono, sobre los puntos de acupuntura. La moxibustión puede ser directa, en la que los conos de moxa se dejan quemar completamente hasta la superficie de la piel, o indirecta, en la que se eliminan antes de que las fibras ardientes toquen la piel. Los efectos secundarios consisten en quemaduras de primer y segundo grado. Se plantea la estimulación en el punto E36 en primavera, en días alternos por un mes.^[18]

-Homeopatía:

La Homeopatía es el sistema médico, filosófico, natural y holístico, estructurado en Alemania por Samuel Hahnemann, en 1796, que aplica una farmacoterapia bioenergética e individualizada. Los fundamentos teóricos y metodológicos que rigen esta práctica y la consecuente prescripción del medicamento están implícitos en los principios básicos de la similitud, (*similia similibus curantur*), la patogénesis, los solventes polares activados, la individualidad patológica y medicamentosa, la predisposición miasmática, la natural *morbora medicatrix* y la bioenergía de los organismos vivos.^[19]

-Medidas de prevención:

Otras formas de mantener controlada la tensión arterial es disminuyendo la ingesta de sal en las comidas ya que así se hace más efectiva la acción de los fármacos antihipertensivos. También evitar la obesidad, que constituye un factor

de riesgo para diversas patologías, sobre todo cardiovascular y metabólicas. Está directamente relacionada con la hipertensión, de manera que cuando hay una reducción del exceso de peso las cifras tensionales también disminuyen. Además, hacer ejercicios físicos contribuye a reducir la tensión arterial, a controlar el peso y a mejorar el metabolismo lipídico. Además, tiene una acción beneficiosa en el sistema circulatorio y nervioso. Lo más recomendable es practicar alguna actividad aeróbica moderada durante unos 20-30 minutos, como mínimo 3 veces por semana. Evitar el estrés por la correlación existente entre el estrés y los niveles de presión arterial, todas las técnicas y modificaciones del estilo de vida que tiendan a disminuir el estrés son útiles para los individuos hipertensos. Eliminar el tabaquismo ya que el consumo de tabaco es nocivo para la salud en general, pero en caso de la hipertensión multiplica el riesgo de sufrir complicaciones cardiovasculares.^[20]

Conclusiones:

La Medicina Natural y Tradicional ha demostrado ser muy eficaz como forma de tratamiento para un sinnúmero de enfermedades. Por esta razón se hace necesario el estímulo a estudiantes y profesionales para el estudio de la misma. La hipertensión arterial es una enfermedad que no tiene cura absoluta, pero utilizando correctamente las distintas técnicas que ofrece la medicina alternativa puede ser controlable. También resulta importante el empleo de medidas de prevención para evitar padecer la enfermedad y sus complicaciones, así como cambiar todo estilo de vida que no contribuya al mejoramiento del estado de salud de las personas que padecen esta enfermedad.

Referencias Bibliográficas:

1. Cuba. Centro Nacional de Información de Ciencias Médicas. Biblioteca Médica Nacional. Hipertensión. Estadísticas Mundiales. Factográfico-co salud [Internet]. Abr 2017 [citado 18 May 2021];3(4):[aprox. 10 p.]. Disponible en: <http://files.sld.cu/bmn/files/2017/04/factografico-de-salud-abril-20171.pdf>

2. Vitón Castillo AA, Lazo Herrera LA, Fundora Gonzáles C, Báez Pérez OL. Aplicación de la Medicina Natural y Tradicional en el tratamiento de la hipertensión arterial. RevProgaleno [Internet]. 2019 [citado 10/01/2020]; 2(3):198-210. Disponible en: <http://www.revprogaleno.sld.cu/index.php/progaleno/article/view/126>
3. Luzuriaga Calle MC. El ajo como agente hipotensor [Internet]. Cuenca,Ecuador: Universidad Católica deCuenca; 2011 [citado 11 mayo 2019]. Disponible en: <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=33&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj8lcfTmdziAhWvzlkKHQNzALU4HhAWMAJ6BAQCEAI&url=http%3A%2F%2Fspace.ucacue.edu.ec%2Fbitstream%2Feducacue%2F5382%2F4%2FEI%2520Ajo%2520como%2520agente%2520hipotensor%2520.pdf&usq=AOvVaw2Kbj2A1Yc882S2zFJJ78zq>
4. Antucho Espinosa S, Antucho Espinosa E, María Espinosa E. Estudio experimental y controlado en farmacia comunitaria: influencia de la administración de un complemento alimenticio de ajo en la evolución del hipercolesterolemia. Farmacéuticos Comunitarios [Internet]. 2018 [citado 11 mayo 2019]; 10(1): [Aprox.6p.]. Disponible en: <https://www.raco.cat/index.php/FC/article/view/336040>
5. Domínguez EM, Rojas Pérez S, Agüero Batista NN. Investigaciones actuales del empleo de Alliumsativum en medicina. Rev Zoilo Mar [Internet]. 2016 [citado 11 mayo 2019]; 41(2) Disponible en: <http://revzoilomarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/631>
6. Domínguez EM, Rojas Pérez S, Agüero Batista NN. Investigaciones actuales del empleo de Alliumsativum en medicina. Rev Zoilo Mar [Internet]. 2016 [citado 11 mayo 2019]; 41(2) Disponible en: <http://revzoilomarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/631>

7. Estanquero Ramos Y, López Hernández Y, Sánchez Gutiérrez L, Frómeta Hernández H. Sangría en el ápex de la oreja para tratamiento de las urgencias hipertensivas. Medimay[Internet]. 2018 [citado 08 Nov 2019];25(1):[aprox.8p.].Disponible en:<http://revcmhabana.sld.cu/index.php/r cmh/article/view/119020>.Kasprowicz S, Lio PA. Medicina comple-mentaria y alternativa. En: Bologna JL, ScafferJV, Cerroni L, editores.Dermatología. 4ta ed. España: Elsevier; 2019 [citado 08 Nov 2019]. Disponible en: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/book/3-s2.0-B9788491133650001339>
8. Martínez Pérez JR, Bermúdez Cordoví LL, Cruz Paz Z, Falcón Diéguez Y. Efectividad de la combinación medicamentos/auriculoterapia/fitoterapia en el tratamiento de pacientes con hipertensión arterial. Rev Electrón [Internet]. 2015 [citado 08 Nov 2019];40(11):[aprox. 15 p.]. Disponible en: <http://revzoilomarinello.sld.cu/index.php/zmv/article/view/349>
- 10 Pérez M, Acebey LL, Riera MC, Ferriol M. Tratamiento de la urgencia hipertensiva con aurículopuntura en pacientes con diagnóstico de hipertensión arterial descompensada. Acta Médica Centro [Internet]. 2016 [citado 08 Nov 2019];10(3):[aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://www.revactamedicacentro.sld.cu/index.php/amc/article/view/682>
- 11 Moré Chang CX, Cabrera Hernández A, Blanco Ramos C, Morón Vázquez AM, Junco Bringa D, Hernández Moré EJ. Miniguíahomeo-pática para instruir sobre el tratamiento de la hipertensión arterial. EDUMECENTRO [Internet]. Dic 2018 [citado 08 Nov 2019];10 210 (4):[aprox. 10 p.].Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_0arttext&pid=S2077-28742018000400009&lng=es
- 12 Alfonso Guerra JP. Hipertensión arterial en la atención primaria de salud [Internet]. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2009 [citado 28 Feb

2017]. Disponible en: http://www.bvs.sld.cu/libros/hipertension_arterial/completo.pdf

- 13 Hipertensión [Internet]. La Habana: Infomed - Centro Nacional de Información de Ciencias Médicas; c1999-2017 [citado 28 Feb 2017]. Disponible en: <http://temas.sld.cu/hipertension/>
- 14 MedlinePlus - Información de Salud de la Biblioteca Nacional de Medicina [Internet]. Bethesda (MD): Biblioteca Nacional de Medicina (EE. UU.) [citado 28 Feb 2017]. Dieta DASH; [aprox. 2 pantallas]. Disponible en: <https://medlineplus.gov/spanish/dashdiet.html>
- 15 Organización Panamericana de la Salud. Séptimo Informe del Comité Nacional Conjunto de los Estados Unidos de América sobre Prevención, Detección, Evaluación y Tratamiento de la Hipertensión Arterial [Internet]. Washington, D.C.: OPS; 2003 [citado 28 Feb 2017]. Disponible en: http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/2010/JNC7_interactivo.pdf
- 16 Zúñiga Monier B, Caballero Orduño A. La medicina tradicional y natural y los ensayos clínicos: un reto de las ciencias médicas en el siglo XXI. MEDISAN. 2016;20(4):578-85. Acceso: 16/10/2017. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192016000400019&lng=es
- 17 Pulsan A, García Collado M, Fernández Ortega M, Torres Quiala M. Fitoterapia y apiterapia en la obra de José Martí. Revista Información Científica. 2015;92(4):945-55. Acceso: 26/09/2017. Disponible en: <http://www.revinfcientifica.sld.cu/index.php/ric/article/view/212/1384>
- 18 González Rodríguez R, Cardentey García J. Conocimiento sobre Medicina Natural y Tradicional por residentes de Medicina General Integral. Rev. Med. Electrón. 2016;38(5):689-96. Acceso: 26/09/2017. Disponible en:

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242016000500004&lng=es

19 Alonso Méndez HC, Acosta Buergo JA. Algunas reflexiones sobre la ética de la Medicina Tradicional China en la Medicina Tradicional y Natural en Cuba. Revista Cubana de Medicina Natural y Tradicional. 2018;2(1). Acceso: 15/04/2017. Disponible en: <http://revmnt.sld.cu/index.php/rmnt/article/view/40/45>

20 Martínez Sánchez LM, Martínez Domínguez GI, Molina Valencia JL, Vallejo Agudel EO, Gallego González D, Pérez Palacio MI, et al. Uso de terapias alternativas y complementarias en pacientes con dolor crónico en una institución hospitalaria, Medellín, Colombia. 2016;23(6):280-6. Acceso: 21/10/2017. Disponible en: http://biblioteca.universia.net/html_bura/ficha/params/title/uso-terapias-alternativas-complementarias-pacientes-dolor-cronico-institucion-hospitalaria-medellin/id/69686422.html