

Té de manzanilla para diabetes



BBC Ciencia

Una taza de té de manzanilla diariamente podría ayudar a prevenir las complicaciones de la diabetes tipo 2, como la pérdida de visión y daños a los nervios y riñones.

Esa es la conclusión de un estudio en el que se alimentó a ratas diabéticas con un extracto de manzanilla.

Los resultados, dicen los investigadores de la Universidad de Toyama, Japón, mostraron que el extracto parece reducir los niveles de azúcar en la sangre y bloquear la actividad de una enzima asociada al desarrollo de complicaciones en la diabetes.

Según los científicos, que publicaron la investigación en *Journal of Agricultural and Food Chemistry* (Revista de Agricultura y Química de Alimentos), afirman que el hallazgo podría conducir al desarrollo de nuevos medicamentos contra la diabetes.

Los expertos subrayan, sin embargo, que los resultados son premilares y todavía será necesario confirmarlos en futuras investigaciones.

Los casos de diabetes tipo 2, que por lo general está vinculada a la obesidad y el sobrepeso, están en aumento en todo el mundo.

La enfermedad ocurre cuando el organismo no es capaz de regular adecuadamente los niveles de glucosa en la sangre.

Inhibidora

La manzanilla ha sido utilizada durante años como un remedio herbal para tratar una variedad de problemas, incluido el estrés, resfrío y cólicos menstruales.

En el nuevo estudio, los investigadores alimentaron durante 21 días con extracto de manzanilla a un grupo de ratas diabéticas y compararon los resultados con otro grupo de animales alimentados con una dieta normal.



La manzanilla logró reducir la actividad de una enzima asociada a las complicaciones de diabetes.

Los resultados mostraron que los niveles de glucosa en la sangre de los animales que se alimentaron con el extracto de manzanilla eran significativamente más bajos que los del otro grupo.

Los científicos creen que la manzanilla inhibe la producción de azúcar en el hígado.

Las pruebas también mostraron una reducción en la actividad de una enzima, llamada aldosa-reductasa, en muestras de tejido de las ratas que tomaron el extracto.

Esta enzima está encargada de convertir la glucosa en sorbitol, o alcohol de azúcar.

Y en la gente con diabetes tipo 2 la actividad de la aldosa-reductasa aumenta a medida que se incrementan los niveles de glucosa en la sangre.

Sin embargo, el sorbitol no se mueve fácilmente entre las membranas celulares y puede acumularse excesivamente, particularmente en las células del ojo y nerviosas, donde puede causar daños graves.

Dieta

Los expertos subrayan, sin embargo, que será necesario llevar a cabo más investigaciones para poder llegar a una conclusión firme.

Mientras tanto, no recomiendan a la gente con diabetes que aumenten su consumo de té de manzanilla.

Lo mejor, afirman los especialistas, es comer una dieta balanceada, hacer ejercicio regular y adherirse a las medicinas recetadas por el médico.

Hasta ahora ésta sigue siendo la forma más efectiva para que los pacientes diabéticos logren controlar sus niveles de azúcar en la sangre y su presión arterial.

Un buen control de la diabetes, agregan los expertos, es la mejor forma de reducir las graves complicaciones que pueden derivarse de la enfermedad, tales como enfermedad del corazón, infarto cerebral y ceguera.



La diabetes tipo 2, asociada a la obesidad, está en aumento en todo el mundo.

