

## Atender enfermedades crónico-degenerativas con saberes tradicionales

- En México: 8.6 millones de personas vive con diabetes, 15.2 millones padece hipertensión y 96 millones tiene sobrepeso/obesidad
- El extracto de fruta entera de xoconostle, coadyuvante sinérgico para controlar el nivel de glucosa

La diabetes es una enfermedad metabólica crónica cuyo padecimiento se ha incrementado en las últimas décadas; datos de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) refieren que, en las Américas, aproximadamente 62 millones de personas la padecen.

Durante la pandemia de Covid-19, se ha observado que quienes viven con diabetes tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones e, incluso, morir. El virus prospera más rápido en un ambiente de glucosa elevada en la sangre, así lo afirmó la doctora Gabriela Medina Pérez, de la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo (UAEH).

En la conferencia “México, Covid-19 y diabetes. Alternativas de tratamiento a partir de saberes tradicionales de los pueblos originarios”, la doctora Medina Pé-



Foto: Miguel Sosa

Dra. Gabriela Medina

rez ofreció un panorama general de las enfermedades crónico-degenerativas en México y de la relación que tienen con los hábitos de alimentación.

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut, 2018) reporta que 96 millones de personas tiene sobrepeso/obesidad; 8.6 millones padece diabetes y 15.2 millones de tienen hipertensión.

Al referirse a las enfermedades crónico-degenerativas en México, la investigadora informó que, de acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (Ensanut, 2018):

- 96 millones de personas tiene sobrepeso/obesidad; 8.6 millones padece diabetes y 15.2 millones de tienen hipertensión.

# México, Covid-19 y diabetes

Alternativas de tratamiento a partir de saberes tradicionales de los pueblos originarios

A nivel mundial, México ocupa el lugar número 12 en cuanto a fallecimientos por diabetes. “Mueren 88.9 personas por cada 100,000 habitantes”, los datos son preocupantes y se deben atender con celeridad. Además, no se deben olvidar las complicaciones derivadas del padecimiento como son la visión disminuida y la afectación hepática por consumo de antidiabéticos orales.

- La situación descrita tiene relación directa con el tipo de alimentación de los mexicanos que incluye el alto consumo de alimentos procesados. La Organización Panamericana de la Salud (OPS) refiere que México es el mayor consumidor de alimentos ultra procesados en América Latina y el cuarto en todo el mundo (OPS;2015).
- Los tratamientos para controlar la diabetes son variados, la mayoría encaminados a controlar el nivel de glucosa a partir de fármacos, mejorar la nutrición y la alimentación.

Para contribuir en la atención de quienes padecen diabetes, el grupo de investigación del Instituto de Ciencias Agropecuarias de la UAEH, al que pertenece la doctora Medina Pérez, ha realizado estudios en torno a los alimentos, particularmente los relacionados con los saberes de los pueblos originarios.

El equipo analizó la composición nutricional del xoconostle, un fruto ácido del nopal que se cultiva y consume en México desde la época precolombina<sup>1</sup>, y determinó que contiene compuestos bioactivos fenoles y flavonoides con actividades inhibitoras eficaces contra enzimas clave vinculadas a la diabetes mellitus.

El extracto de fruta entera de xoconostle es una opción natural, reduce los niveles de glucosa en la sangre y funciona muy bien como coadyuvante sinérgico con los medicamentos prescritos por los médicos para controlar el nivel de glucosa; además, no provoca reacciones adversas para quienes lo consumen, concluyó Gabriela Medina Pérez, doctora en Ciencias del Doctorado Transdisciplinario Desarrollo Científico y Tecnológico para la Sociedad.

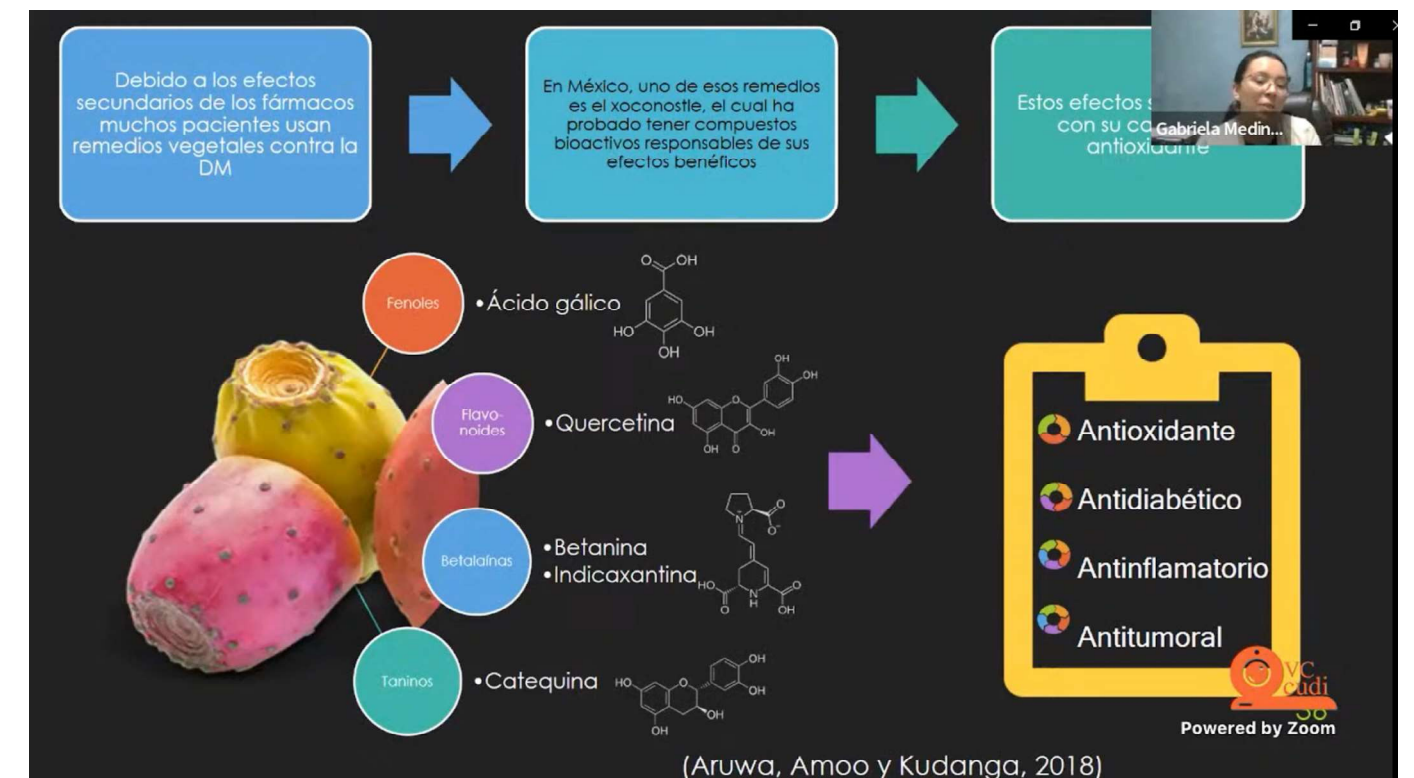


Imagen de la presentación de la Dra. Gabriela Medina Pérez

1. La medicina tradicional mexicana le atribuye propiedades antiinflamatorias, antioxidantes y antidiabéticas y antitumorales.