

No hay remedio casero que cure o evite el Covid-19

A raíz del desespero popular por la incontenible propagación del virus, y la esperanza de una solución pronta, algunos aprovecharon para crear y publicitar sin fundamentos científicos, posibles soluciones basadas en diversas plantas conocidas y de fácil acceso, y que han sido ancestralmente utilizadas como remedios caseros, atribuyéndoles propiedades que la ciencia aún no ha podido constatar.

Millones de inquietos buscaron y aún buscan información en Google, la recomendación milagrosa que, partiendo de algunos vegetales que utilizamos con frecuencia en la cocina como jengibre, ajo, limón, o algunos procesados como bicarbonato, y otros minerales, pudiera ser la panacea contra la pandemia que nos acosa.



Las personas pueden consumir su té con confianza.

Cerca de 75 % de las búsquedas en internet, relacionadas con la Covid-19, tenían que ver con los remedios caseros que podrían atacar el virus, a los que muchos han acudido para “atacar” o prevenir los síntomas de la enfermedad como tos, dolor de garganta y fiebre.

Aun habiendo en las redes numerosos “testimonios” sobre la presunta curación o inmunidad contra el virus, no se logra la certeza de que sí fue la solución adecuada para evitar el contagio o para curar la enfermedad, una vez contraída.

Lo que dice la ciencia

¡No hay remedios para el coronavirus! Así de categórica es la posición de investigadores, especialistas y demás autoridades vinculadas con el covid-19, empezando por la Organización Mundial de la Salud, OMS.»

Explican que los productos que consumimos habitualmente para calmar ciertas molestias respiratorias, estomacales o que tienen efectos relajantes, efectivamente pueden generar algún alivio, pero no previenen, y menos, curan, el covid-19. Pese a que se sabe que hay unos 400 estudios dirigidos a confirmar o negar las propiedades de algunos remedios caseros, la OMS no cuenta con un solo estudio que pueda sustentar estas afirmaciones.

La Medicina, fundamentada en evidencias, ha desarrollado una terapéutica médica según la cual sólo los estudios científicos, denominados clínicos, suficientemente controlados, son la base que permite recomendar un tratamiento específico.

Y hasta ahora, ningún remedio casero supuestamente útil para el tratamiento de infección por coronavirus cumple esta condición. Incluso advierten los especialistas, en diferentes artículos hallados en la red, que un tratamiento casero, puede ser contraproducente.

Cualquier preparado que no esté validado por un médico o un especialista en nutrición, o cuya preparación no cumpla las condiciones que lo hagan apto para el consumo humano puede ser dañino para la salud, causando inclusive eventos de intoxicación, o anafilaxis (sensibilidad exagerada del organismo debida a la acción de ciertas sustancias orgánicas).

Plantas para infusiones

Muchos aconsejan combatir el coronavirus con infusiones de plantas medicinales, habida cuenta de que tienen capacidad curativa. Pero, aunque en algunas plantas sí han evidenciado su capacidad medicinal, estas propiedades benéficas suelen hacer efecto en dosis muy elevadas. Es por ello, que la gran mayoría de los vegetales con propiedades medicinales se sintetizan en los laboratorios para crear medicamentos.

Por ejemplo, dice un experto, una proteína del brócoli es eficaz en tratamientos antitumorales. Pero haría falta consumir más de tres kilos diarios de esta verdura para beneficiarse. Así que, siendo cierto que el orégano, la salvia, la albahaca, el romero, el tomillo, y otras, pueden tener alguna propiedad como antivíricos o antiinflamatorios, una infusión de ellas tendría poca utilidad frente al coronavirus.

Por ello, insisten los especialistas: No hay fruta, verdura, planta o especia que por sí solo pueda protegernos. Lo único que recomiendan los expertos, es que una persona sana puede obtener las vitaminas y minerales suficientes para cuidar su salud y reforzar su sistema inmune, a través de una alimentación saludable

Suplementos vitamínicos y antibióticos

El consumo de suplementos vitamínicos, tampoco ha demostrado utilidad en la prevención del contagio de coronavirus. Micronutrientes, como las vitaminas D y C o el zinc, son fundamentales para el buen funcionamiento del sistema

inmunológico y tienen un papel vital para la salud y el bienestar nutricional.

Pero en la actualidad, no hay indicación alguna sobre el uso de estos suplementos como tratamiento anticovid. El consumo de suplementos vitamínicos solo estaría aconsejado para personas con carencias detectadas y bajo la supervisión de un experto en dietética o nutrición.

Con respecto a los antibióticos, antivirales genéricos y otros medicamentos, poco se sabe de su real eficacia, frente al virus. Pero está claro que un antibiótico creado para impedir la proliferación de bacterias, de nada sirve contra un virus. Su uso está desaconsejado para infecciones virales, como es el caso de resfriados, gripe, o, en esta ocasión, coronavirus.

Los únicos medicamentos que aconsejan las autoridades sanitarias en caso de infección, son aquellos que mitiguen los síntomas, como los indicados para la tos, la fiebre o el malestar general.

Finalmente, la OMS explica en su web que “aunque algunas soluciones de la medicina occidental o tradicional o remedios caseros pueden resultar reconfortantes y aliviar los síntomas leves de la covid-19”, hasta el momento ninguno demostró prevenirla o curarla.

De modo que la conclusión es que la gente puede consumir estos productos, utilizados responsablemente, tal como se ha hecho tradicionalmente, pero queda claro que ellos no van a solucionar el problema del coronavirus.

Los más solicitados:

**Manzanilla:* Según investigadores del tema, las infusiones de manzanilla “en general se usan para el estrés, la tensión y la digestión. Son calmantes naturales, pero no tienen una propiedad antiviral específica.

**Eucalipto:* El agua con esencia de eucalipto, genera una especie de estimulación, pero no porque el eucalipto tenga un efecto curativo. No hay evidencia de que infusiones con eucalipto o manzanilla tienen un beneficio respiratorio”.

**Jengibre:* Suele utilizarse para aliviar “problemas respiratorios”, pero “no para un virus”. “Tiene acción antiinflamatoria, mejora el dolor muscular y la tos, y de ahí puede ser que se asocie a los síntomas del coronavirus, pero no es específico” para curarlo.

**Limón:* Alivia síntomas, pero no elimina el virus. Es falso que tomar una infusión con limón, miel, jengibre, manzanilla y eucalipto cure el coronavirus

Igual, la infusión de sauco, jengibre, pimienta y miel no cura el covid, aunque puede tener efectos expectorantes.

En el caso de recetas que incluyen varias plantas, “es muy difícil evaluar el efecto de las mismas en combinación, porque son varias sustancias y las probabilidades de interacción son muy altas.

Lo que se conoce de algunos de los componentes de estos remedios es que pueden ser útiles en el manejo de manifestaciones sintomáticas, por ejemplo como expectorantes del resfriado común, pero no existe evidencia de que ataquen al agente causal de la coronavirus.

Información de La Nación