

Ledo. DANKMAR HACHENBURG

**"LA DIETA DE FRUTAS CRUDAS (MANZANAS Y BANANOS) COMO  
TRATAMIENTO DE LAS DIARREAS"**

**C O N C L U S I O N E S**

**Sobre 50 casos.**

En concordancia con las opiniones asentadas en los últimos quince años en la literatura mundial, puedo expresar que la dieta con purés de frutas crudas (manzanas y bananos) no solamente es siempre equivalente a cualquier régimen recomendado para el tratamiento de las diarreas en general (a partir del séptimo a noveno mes de vida), sino que en la mayoría de los casos es netamente superior, constituyendo un verdadero factor terapéutico que obra de manera rápida, segura y fisiológica.

Este régimen está indicado como tratamiento exclusivo en las colitis, enterocolitis, gastroenterocolitis agudas, banales, —febriles o afebriles— y nos deja en estos casos prescindir de los purgantes, desinfectantes intestinales y astringentes, si bien no excluye las medidas generales contra des- hidratación o choque cuando éstos existan.

En las colitis, enterocolitis, gastroenterocolitis crónicas esenciales, es decir **sin etiología específica** (sea a bacilos de Koch o a protozoos u otros agentes especiales) el régimen de frutas crudas a menudo basta sólo para curarlas, combinado con una dieta de transición adecuada para cada caso. Otras veces se debe combinar nuestro régimen con medidas terapéuticas generales cuya selección depende de las complicaciones individuales que presenta el enfermo respectivo y que detallamos más arriba. Pero también entonces el régimen representa un factor coadyuvante de gran importancia acelerando el<sup>1</sup> restablecimiento del enfermo.

En las diarreas —agudas o crónicas— **condicionadas por protozoos** es indispensable aplicar simultáneamente con el régimen de frutas crudas una inmensa y suficientemente dosificada medicación específica para obtener una curación definitiva. Hay que hacer hincapié que en estos casos se logra a veces una curación pasajera de todos los síntomas, sólo con la administración del régimen de frutas crudas, lo que demuestra el gran valor siquiera coadyuvante, que posee nuestra dieta hasta en tales casos, pero para extirpar la infección protozoica a fondo no podemos prescindir de las drogas reconocidas para tal fin.

En la disentería bacilar se comprobó igualmente la eficacia del régimen.

En las diarreas de la tifoidea y paratifoidea se tolera nuestro régimen bien, pero sin modificar el curso mismo de la enfermedad.

El mayor adelanto representa el régimen de frutas crudas para una terapéutica provechosa de la celiaquía y del espruo, cuadros estos donde se le puede adjudicar calidades curativas exclusivas comparado con cualquier otro régimen en lo que concuerdan todos los observadores unánimemente.

Esto tiene igual validez para los casos bastante frecuentes de formas abortivas de la celiaquía.

Con respecto al mecanismo de acción con que obra la dieta de frutas crudas en las diarreas se pudo comprobar lo siguiente:

Todos los factores que se acusan como esenciales en esta dieta para explicar su eficacia, obran en conjunto y de una manera compleja.

Lo más importante entre ellos sería lo siguiente:

Alta dispersión y gran superficie absorbitiva del puré de frutas, posibilitado principalmente por su contenido en pectina hidrosoluble, puesto en estado coloidal por el cernimiento fino a que se somete durante su preparación.

Posible acción destoxicante del ácido galacturónico componente esencial de la pectina.

Acción mecánica del puré de frutas por su volumen elástico que desplaza el contenido anormal del intestino.

Cambio de la flora bacteriana a raíz de la ingestión de mayores cantidades de las frutas en cuestión (comprobado por extensas investigaciones bacteriológicas).

Riqueza del régimen de frutas crudas en electrolitos (alcalinidad potencial) disueltos en agua cuya detención se facilita por los mismos electrolitos.

En este aspecto el banano es superior a la manzana

Ligera acción desinfectante (?) y astringente de los ácidos orgánicos contenidos en las frutas en cuestión (ácido málico y ácido tánico) si bien la mayoría de los investigadores actualmente en estos factores atribuyen un papel muy subordinado.

Riqueza en calorías y vitaminas con la que se distingue especialmente el banano.

Por lo general se puede decir que ambas frutas, la manzana y el banano, han demostrado casi iguales cualidades terapéuticas, dando algunos autores la preferencia al banano por sus mayores valores calóricos, vitamínicos y alcalinos .

Sin embargo puede haber casos donde empíricamente una de las dos frutas daría mejor resultado, lo que al fin depende del ensayo individual.

Con respecto a mi casuística que confirma ampliamente las opiniones y resultados de otros investigadores (vea los comentarios de cada observación) quiero empero destacar especialmente que un gran número de mis enfermos con diarreas a causa de ameba histolítica sobre cuya dietética sólo con este régimen no encontré ensayos en mayor escala, demostró el mismo no solamente su perfecta tolerancia hasta en los casos más graves, sino también su alto valor terapéutico coadyuvante.

Los fracasos fueron motivados:

1<sup>o</sup>—Por tratarse de diarreas concomitantes o condicionadas por cuadros morbosos de por sí incurables (tb.miliar, anemias del tipo pernicioso muy progresadas, hipoproteine- mia y avitaminosis graves en sus últimas fases, etc.)

2<sup>o</sup>—Infección paratífica o tífica.

3<sup>o</sup>—Edad avanzada con estado infeccioso muy virulento .

4<sup>o</sup>—Paludismo latente como probable causa de colitis rebelde.

5<sup>o</sup>—Cronicidad del proceso colítico con probables alteraciones anatómicas de consideración e intolerancia absoluta para todo alimento.

6° — Relativa intolerancia estomacal para el puré de frutas siendo vomitado el mismo; esto ocurrió de manera constante sólo en un caso de colitis crónica con gastritis y hepatitis concomitante.

Por lo demás, se puede decir que también en aquellos casos que no se beneficiaron con el régimen de frutas crudas, casi siempre se lo toleró sin inconvenientes y sin producir nunca daño alguno.