

EL ACEITE DE OLIVA EN LA LITIASIS BILIAR

Aceite de oliva, todo mal quita.
(REFRANERO ESPAÑOL.)

Untate con aceite, que si no sanares, te pondrás reluciente.
(REFRANERO ESPAÑOL.)

Y procura que se me dé un poco de aceite, vino, sal y romero para hacer el salustífero bálsamo, etc.
(CERVANTES.)

HEMOS querido encabezar este trabajo con dos muestras del refranero español y una cita del Príncipe de los Ingenios, para demostrar la antigüedad con que son reconocidas las cualidades terapéuticas del aceite de oliva. Y de todas las indicaciones del aceite de oliva, la más antigua y la más precisa, la que aparece cuidadosamente recogida en todos los Tratados de Patología y de Terapéutica, es la litiasis biliar, afección que aun conocida seguramente por la mayor parte de nuestros lectores, consideramos interesante decir en pocas y sencillas palabras en qué consiste.

Bajo la influencia hereditaria, por las infracciones higiénicas determinadas por el sedentarismo de la vida o por la excesiva alimentación, suelen formarse en la vesícula biliar (en la vejiga de la hiel), con más frecuencia en la mujer que en el hombre, cálculos pigmentarios de «bilirubinatos de cal» o de «colesterina», en forma de piedrecitas más o menos voluminosas y de bordes más o menos redondeados, que, al tratar de salir a través de las estrechas vías biliares hacia el intestino, producen los violentos y terribles cólicos hepáticos, que no se olvidan jamás por el que los ha padecido una sola vez y hasta por los que los hemos presenciado.

Suele ocurrir que la formación de esos cálculos, es decir, la duración de esa litiasis, exista de un modo latente y sin producir síntomas clínicos de ninguna clase, aun cuando la mayor parte de las veces, y aun mucho antes de que llegue a producirse el cólico, el individuo acusa un estado de dispepsia especial que produce sensación de plenitud gástrica, de pesadez, de ardores del estómago, seguidos algunas veces de náuseas y frecuentemente de vómitos biliosos o alimenticios. A veces se presentan vivos dolores de estómago, que tienen todas las características de verdaderos calambres gástricos.



En estos estados anteriores al cólico es cuando el enfermo debe ponerse en cura, acudiendo a un médico especializado o a un buen clínico general, que inmediatamente echará mano del recurso terapéutico por excelencia: el aceite de oliva.

Tanto el aceite de oliva como otros medicamentos utilizados en el tratamiento de esta afección se les denomina por los médicos medicamentos colagogos, coleréticos o colecistokinéticos, palabras que, en resumidas cuentas, tienen, poco más o menos, el mismo significado etimológico.

El aceite de oliva puede decirse, en última síntesis, que no es sino una mezcla natural de oleína y de ácido oleico, y parece demostrado que la oleína es un cuerpo graso que no ejercería acción alguna sobre la secreción biliar y sólo actuaría de lubricante sobre la excreción o eliminación de la bilis más o menos solidificada. En cambio, se concede suma importancia al ácido oleico, que goza de una fuerte acción colagoga o colerética; que acusa su presencia en la bilis segregada en exceso y que posee un marcada acción disolvente sobre los cálculos de colessterina.

El contenido de ácido oleico en el aceite de oliva es muy pequeño, puesto que oscila alrededor del tres por ciento solamente, y para utilizar su principal acción se ha intentado extraer este ácido oleico del aceite de oliva y administrarlo puro en cápsulas; pero este tratamiento intensivo ha sido casi totalmente desechado ante el peligro que ofrecía el manejo de una substancia de tal actividad, que a veces provocaba dolores agudísimos, hasta el punto de tener que ingerirlo la mayor parte de las veces combinado o mezclado con morfina.

Por esta razón, los clínicos siguen concediendo preferencia al uso del aceite de oliva puro o combinado con algunos antisépticos biliares.

Chiray y Pavel, en su admirable obra *La vésicule biliaire*, así como Roger, Widal y Teissier, en el tomo XVI de su monumental *Nouveau traité de Médecine*, describen detalladamente la acción del aceite de oliva en la litiasis biliar y el método mejor para su administración.

El aceite de oliva puede ser empleado en dosis pequeñas o a dosis masivas. Cuando se receta en pequeñas dosis, debe ordenarse al enfermo el ingerir una cucharada de las de café todas las mañanas en ayunas. Cuando se desea administrarlo a dosis altas, se ordenará el tomar de primera dosis cincuenta centímetros cúbicos, aumentan-

...la día veinticinco centímetros cúbicos más hasta llegar a doscientos diarios. Cuando se ha llegado a esta dosis se suspende el tratamiento durante seis o más días. Puede tomarse el aceite de oliva mezclado con un poco de zumo de limón o con una poca cerveza. Un buen procedimiento para administrar el aceite de oliva a estas altas dosis, sin que produzca repugnancia, es el ingerirlo helado.

Ramond, Borresco y Zizine han demostrado que el aceite de oliva actúa de forma que, saponificado en el duodeno, deja en libertad la glicerina y los jabones formados, en particular los oleatos alcalinos. Gracias al ácido oleico, produciría la contracción de la vesícula biliar, y gracias a la glicerina dejada en libertad, se produciría el efecto colerético o eliminador de la bilis.

La beneficiosa acción del aceite de oliva en los casos de litiasis biliar ha sido demostrada por la presencia de pequeños cálculos negruzcos en las deposiciones de los enfermos, habiéndose encontrado a veces cálculos relativamente voluminosos.

Completaremos esta ligera exposición del alto valor terapéutico del aceite de oliva en la litiasis biliar dando a nuestros lectores algunos consejos higiénicos que contribuyan al mejor éxito del tratamiento oleoso.

Deberá el enfermo someterse a un ejercicio físico regular y moderado. La cultura física, la marcha sin exceso, los baños simples o alcalinos frecuentes, las fricciones alcohólicas o secas por todo el cuerpo, menos sobre la región del hígado.

Deberán privarse de prolongados viajes en tren y en automóvil, así como de todos los deportes violentos y esfuerzos bruscos.

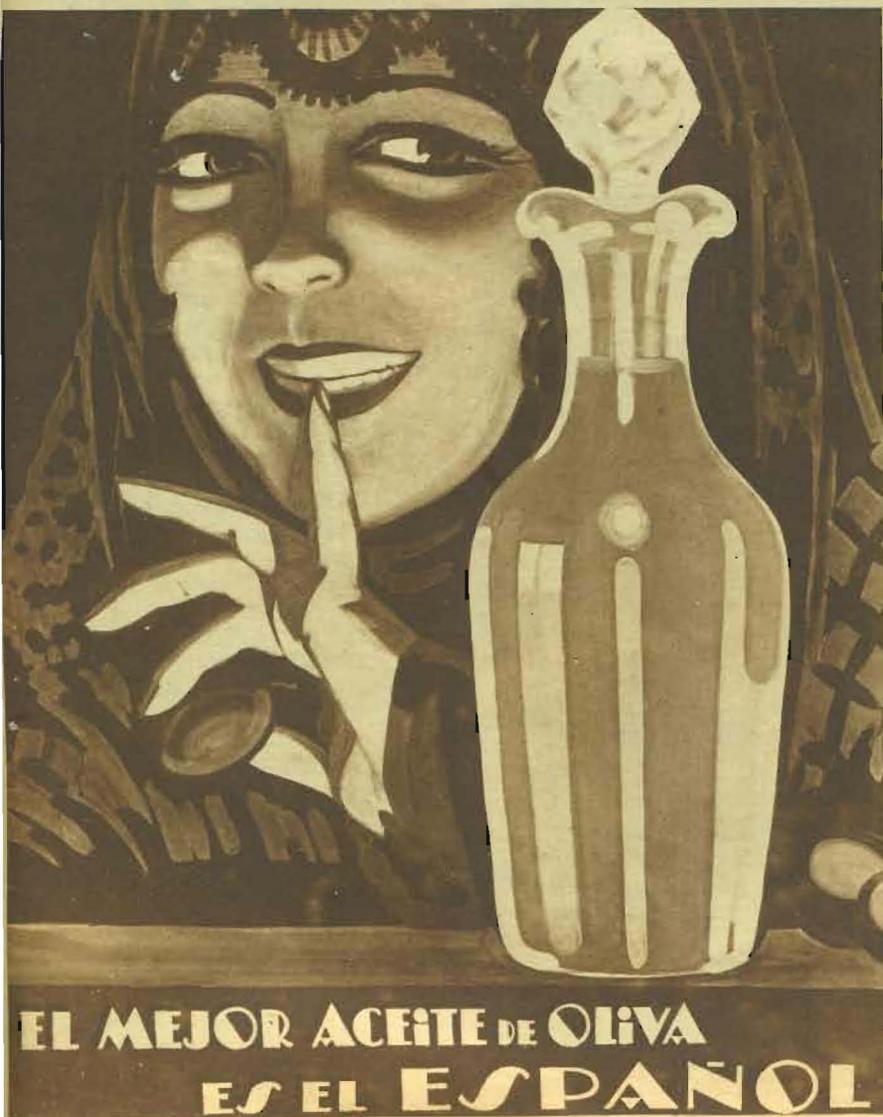
Una alimentación inadecuada es la causa más importante entre las que pueden provocar y sostener el mal funcionamiento hepático y, por tanto, de las vías biliares, hasta el punto de que el régimen dietético a seguir es la parte que exige más atención en los cuidados de esta clase de enfermos.

Una de las más importantes funciones del hígado es la antitóxica, puesto que este órgano es el encargado de proteger a todo el organismo contra los venenos que le llegan del exterior. Convendrá, por consi-



**ACEITE TAN PURO
COMO EL DE ESPAÑA
NO LO HAY**

TIERRA



**EL MEJOR ACEITE DE OLIVA
ES EL ESPAÑOL**

guiente, evitar todo alimento o bebida (alcohol) que puedan introducir principios irritantes capaces de proporcionar al hígado un exceso de trabajo. Se prohibirán, por la misma razón, algunas clases de carnes, riñones, menudillos y, sobre todo, los alimentos gelatinosos, dado el papel preponderante del hígado en la formación del ácido úrico que de ellos se deriva. Se ingerirán en pequeñas cantidades alimentos ricos en colesantina, como la yema de huevo.

Serán prohibidas, sobre todo, las grasas y alimentos grasos. La observación clínica, de acuerdo con la fisiología, nos enseñan a cada paso que son las grasas los alimentos que el hígado soporta peor, siendo el aceite de oliva el único cuerpo graso que no sólo soporta perfectamente el hígado, sino que contribuye eficazmente al tratamiento de sus afecciones.

Todas las consideraciones precedentes militan en favor no del régimen lácteo, que algunos prescriben de una manera sistemática en todos los casos, y que es frecuentemente mal tolerado por el hígado, sino por un régimen mixto, con el minimum de elementos tóxicos y con el aceite de oliva como única grasa.

La mejoría de los enfermos del hígado depende en gran proporción del buen funcionamiento del estómago y del intestino. Es menester que sólo lleguen al hígado sustancias alimenticias que hayan sufrido en sus etapas bucal, gástrica e intestinal una desintegración lo más perfecta posible. Se comprende perfectamente que si los alimentos han sido incompletamente transformados, la actuación del hígado sobre ellos se realizará en condiciones mucho menos favorables.

De ahí la necesidad de una buena masticación, triturando convenientemente los alimentos y favoreciendo su impregnación salivar; de una cierta regularidad horaria de las comidas y de la ausencia de alimentos muy ácidos, muy fríos o muy calientes. Aquí sí que se puede afirmar que en un término medio está la virtud curativa.

Recomendemos, finalmente, la necesidad de exámenes médicos frecuentemente repetidos.

DOCTOR BENITO DE OBULCO