

Diosmina: usos, beneficios, efectos secundarios y más

¿Qué es la diosmina?



Aunque se sabe que las naranjas, los limones y otros cítricos son una excelente fuente de vitamina C, estas frutas también contienen diosmina, un compuesto flavonoide poco conocido que posee propiedades antioxidantes y antiinflamatorias.

La diosmina a menudo se conoce como un flebotónico, una clase de agentes terapéuticos utilizados para mejorar la salud de las venas. También se dice que mejora la salud de otros tipos de vasos sanguíneos.

Utilizado por primera vez terapéuticamente en la década de 1960, la diosmina está ampliamente disponible en forma de suplementos dietéticos. En muchos casos, la diosmina se toma en combinación con hesperidina, otro flavonoide de los cítricos. La diosmina también se puede producir extrayendo hesperidina de las cortezas de cítricos y modificando sus componentes.

¿Para qué se usa la diosmina?

La diosmina a veces se usa como remedio para los siguientes problemas de salud:

- Insuficiencia venosa crónica

- [Diabetes](#)
- Hemorroides
- [Hipertensión Arterial](#)
- Linfedema (hinchazón de los brazos)
- Síndrome premenstrual
- Colitis ulcerosa
- Venas varicosas

Además, se dice que la diosmina estimula la circulación, protege la salud del hígado y reduce la inflamación posterior a la cirugía.

Beneficios para la salud de la diosmina

Varios estudios sugieren que la diosmina puede ayudar con ciertas condiciones de salud. Aquí hay un vistazo a algunos hallazgos clave sobre la diosmina y sus posibles beneficios para la salud:

Enfermedad Venosa Crónica

La enfermedad venosa crónica se refiere a las afecciones que afectan a las venas de las piernas. Por ejemplo, la insuficiencia venosa crónica es una afección en la que las venas no devuelven la sangre de las piernas hacia el corazón, y se asocia con venas varicosas, inflamación del tobillo y calambres nocturnos en las piernas.

La diosmina y la hesperidina pueden ayudar a tratar la enfermedad venosa crónica, según un estudio publicado en la revista *Phlebology*. El estudio incluyó a 136 personas con enfermedad venosa crónica. Después del tratamiento con diosmina y hesperidina micronizadas (u otros tratamientos o un placebo), las reducciones en el volumen de líquido en la pierna fueron más frecuentes en aquellos que tomaron diosmina y hesperidina.

Hemorroides

Varios estudios indican que la diosmina y otros flavonoides pueden ser beneficiosos en el tratamiento de las hemorroides. Por ejemplo, un estudio publicado en *Techniques in Coloproctology* evaluó la efectividad de la diosmina, hesperidina y la troxerutina en personas con hemorroides agudas. Después de 12 días de tratamiento, el dolor, el sangrado y la proporción de personas que informaron hinchazón persistente y trombosis, disminuyeron significativamente en los que tomaron la mezcla de flavonoides.

Efectos secundarios

La diosmina puede desencadenar una serie de efectos secundarios que incluyen:

Foromed

Noticias de salud, nutrición, estilo de vida y todo lo necesario para estar informado sobre la salud y el bienestar que las personas necesitan día a día

<http://foromed.com>

- Diarrea
- Dolor de cabeza
- Dolor de estómago.

Precauciones

En un informe de un caso, la diosmina se asoció con niveles elevados de creatina fosfoquinasa y deshidrogenasa láctica sérica.

La diosmina puede interactuar con medicamentos, como la antihistamínica fexofenadina, el medicamento antiepiléptico carbamazepina y la medicación anticoagulante (a veces conocidos como "anticoagulantes").

También se debe tener en cuenta que el autotratamiento de cualquier condición con diosmina y evitar o retrasar la atención estándar puede tener consecuencias graves.

Consideraciones

Debido a la investigación limitada, es demasiado pronto para recomendar suplementos de diosmina para cualquier condición. Si aún está considerando usar diosmina, asegúrese de consultar primero a su proveedor de atención médica.

Referencias:

Giannini I, Amato A, Basso L, y col. [Mezcla de flavonoides \(diosmina, troxerutina, hesperidina\) en el tratamiento de la enfermedad hemorroidal aguda: un ensayo prospectivo, aleatorizado, triple ciego, controlado](#). Tech Coloproctol. 2015 jun; 19 (6): 339-45.

Belczak SQ, Sincos IR, Campos W, y col. [Medicamentos veno-activos para la enfermedad venosa crónica: un ensayo aleatorizado, doble ciego, controlado con placebo de diseño paralelo](#). Flebología. 2014 Aug; 29 (7): 454-60.

Descargo de responsabilidad: La información contenida en este sitio es para propósitos educativos solamente y no es un sustituto para el consejo, diagnóstico o tratamiento por un médico licenciado. No está pensado para cubrir todas las posibles precauciones, interacciones con medicamentos, circunstancias o efectos adversos. Debe buscar atención médica inmediata para cualquier problema de salud y consultar a su médico antes de usar la medicina alternativa o hacer un cambio en su régimen.