

## Enjuague hepático: beneficios, usos, efectos secundarios y más

### Enjuague hepático y sus para beneficios de salud



En la medicina alternativa, un enjuague hepático es un tipo de dieta de desintoxicación. Por lo general, **implica beber dos vasos de jugo de manzana orgánico cada dos horas durante dos días y comer solo frutas y verduras**. Al final de los dos días, las personas toman de una a dos cucharadas de sales de Epsom disueltas en agua, seguidas de media taza de aceite de oliva con jugo de limón al acostarse.

### ¿Por qué la gente prueba el enjuague hepático?

Algunos defensores de la medicina alternativa afirman que la descarga del hígado puede ayudar con la desintoxicación y también ayudar en el tratamiento natural de los cálculos biliares.

**El jugo de manzana tiene un alto contenido de ácido málico**, por lo que se cree que actúa como un solvente para debilitar las adherencias entre los glóbulos sólidos. Se usa sal de Epsom (sulfato de magnesio) porque se cree que relaja el músculo liso y dilata el conducto biliar para permitir que las partículas sólidas más grandes (como los cálculos biliares) salgan de la vesícula biliar. El aceite de oliva sin refinar se utiliza para estimular la vesícula biliar y el conducto biliar para

contraer y expulsar los cálculos biliares.

La gente, a menudo, nota pequeños pellets o bolas en sus heces, que pueden variar en tamaño y color. Aunque los defensores del enjuague hepático dicen que estas bolas son cálculos biliares, los críticos del rubor dicen que las bolas no son realmente cálculos biliares, sino que son complejos blandos de minerales, aceite de oliva y jugo de limón producidos en el tracto digestivo. Aunque es un remedio casero popular, **no hay pruebas suficientes para demostrar que es efectivo o seguro.**

### Posibles efectos secundarios

Debido a la falta de investigación, se sabe poco sobre la seguridad del enjuague hepático.

Los efectos secundarios conocidos incluyen:

- Náuseas
- Vómitos
- Diarrea
- Calambres abdominales.

**El enjuague hepático puede no ser seguro para las personas que tienen cálculos biliares.**

Una gran cantidad de aceite hace que la vesícula biliar se contraiga, lo que hace posible que un cálculo biliar se aloje en la abertura angosta de la vesícula biliar y requiera una cirugía de emergencia de la vesícula biliar.

Dado que los cálculos biliares son comunes en América del Norte y que muchas personas con cálculos biliares son asintomáticas, la ausencia de síntomas relacionados con la vesícula biliar no significa una ausencia de riesgo. **Este procedimiento solo debe realizarse bajo la supervisión de un profesional de la salud calificado.**

### Usando el enjuague hepático para la salud

Debido a la investigación limitada, es demasiado pronto para recomendar el enjuague hepático para cualquier propósito de salud. También es importante tener en cuenta que el autotratamiento de una enfermedad crónica con y evitando o retrasando la atención estándar puede tener consecuencias graves. Si está considerando intentar un enjuague hepático, asegúrese de consultar primero a su médico.

Referencias:

Mills S, Bone K. Principios y práctica de la fitoterapia. Londres: Churchill Livingstone, 2000; 57-8.

**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>

---

Murray M, Pizzorno J. Textbook of Natural Medicine Vol.1 y 2. Edimburgo: Harcourt Publishers, 1999.

Kelley WD. Una respuesta al cáncer, 1999. [[http://www.whale.to/cancer/k/Chapter\\_4.html](http://www.whale.to/cancer/k/Chapter_4.html)]

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.