

REVISTA DE REVISTAS

Las curas de frutas. — J. Luis YAGÜE Y ESPINOSA.

CURA DE UVAS.—Indicada en los pletóricos, cardiopatas, litíasicos biliares, nefríticos, procesos renales de todas clases, estreñidos y hemorroidarios, diatesis úrica. Contraindicada en los diabéticos, enteríticos, hiperclorhídricos y ulcerosos gastro-duodenales e insuficiencias hepáticas.

La verdadera cura se hace en tres veces: por la mañana, en ayunas, cuando menos una hora antes del desayuno, tomando la mitad de la dosis diaria, y una hora antes de comer y cenar la cuarta parte de la cantidad. Esta cantidad variará entre $\frac{1}{2}$ y 2 kilos. Lavar bien los racimos, tirando el hollejo, las pepitas y los granos excesivamente verdes o averiados; puede también tomarse el zumo exprimido en pasa-purés, pero no parece dar tan buenos resultados. Es aconsejable la uva blanca para la práctica de la cura. En general, la cura se efectúa tomando la cantidad indicada sólo en ayunas.

Los mostros industriales que se encuentran en el mercado, no parecen ser útiles más que para los efectos de desintoxicación, sin que modifiquen sensiblemente el peristaltismo intestinal, a no ser en cantidades muy crecidas.

CURA DE CIRUELAS.—Indicada en el estreñimiento y colitis mucosa-membranosa. Contraindicada en los estados enteríticos.

Cura exclusivamente en ayunas, de $\frac{1}{4}$ a 1 kilo, mondadas y de preferencia jugosas (tipo Claudias). Aun cuando aconsejada la compota de ciruelas pasas o desecadas en su substitución, los resultados difieren sensiblemente, ya que entonces la acción primordial es debida a la celulosa de la cubierta, que se ingiere también y que obra como cuerpo extraño, aumentando el volumen fecal.

Es el remedio dietético más eficaz para combatir el estreñimiento.

CURA DE HIGOS.—Substituye a la de ciruelas en el estreñimiento y enterotoxemias, cuando aquellas frutas no pueden emplearse crudas, pero origina con mayor frecuencia procesos cólicos agudos y hasta se le hace responsable de algunas apendicitis. Tomas en ayunas de $\frac{1}{4}$ a $\frac{1}{2}$ kilo de sigos frescos, mejor que brevas, con posibilidad de repetir en la merienda. Los higos secos son más bien astringentes.

CURA DE ALBARICOQUES.—La menos beneficiosa de las curas frutales aconsejadas para el estreñimiento. El fruto debe ser muy maduro, de clase fina y muy azucarado (tipo pequeño, del denominado "del hueso dulce" o "de Toledo"). Parece preferible tomarlo mondado, pues la celulosa de la cubierta puede determinar fenómenos entéricos. Cura también a efectuar en ayunas y a la merienda, si se quiere.

CURA DE NARANJAS.—Indicada en el estreñimiento, estados tóxicos y artrismo. En ayunas, ingestión cuando menos de cuatro naranjas con su pulpa y como merienda o después de las comidas, a placer. Suele ser mal tolerada por el estómago, por originar hiperacidez, pues es preferible emplear las especies más ricas en zumo, que suelen ser las más ácidas. Cabe emplear también, con menor éxito terapéutico, las limas o limones dulces.

CURA DE MELOCOTONES.—Asimismo para el estreñimiento, pero, a diferencia de las anteriores, se efectúa con el fruto cocido, en compota o conservado (en la industria, proceder "al natural"). No parece aconsejable, existiendo la posibilidad de emplear los anteriores.

CURA DE FRAMBUESAS.—También laxante. No se practica en España por la escasez y carestía de este fruto. Su acción parece debida más bien a los azúcares polipéptidos que contiene que a la celulosa, escasísima.

CURA DE MANZANAS.—Parece haber un error en la nomenclatura de esta cura, toda vez que el efecto laxante lo origina muy débil y en forma de jarabe, que precisa la adición de un fármaco. La mermelada o el fruto asado, tomados como postre, facilitan la exoneración intestinal, sin diferencia con otras mermeladas.

CURA DE MEMBRILLOS.—Indicada en los diarreicos y contraindicada en los estreñidos, hipertensos y renales.

La cura se hace exclusivamente con el fruto cocido, y debe condicionarse por tanto a la época de su existencia, muy breve en el mercado. El cocimiento total del fruto mondado, cortado a trozos, pero con su corazón, azucarado moderadamente, es administrado en ayunas en cantidades de 200 a 300 gramos, y después de las comidas *ad libitum*.

A falta del fruto, por no ser su temporada, se puede usar la jalea de membrillo comercial, si bien sus resultados son inferiores.

Es cura que no hemos visto señalada por autor ninguno, útil y aconsejable en los casos indicados.

CURA DE ARÁNDANOS.—Los arándanos o mirtilos se aconsejan como astringentes. No se emplean crudos, sino confitados. En España no se cría el fruto más que en contadas regiones (provincias vascongadas, Asturias), por lo que apenas se conoce el uso.

CURA DE LIMONES.—Indicada como muy eficaz en el escorbuto, diatesis úrica, reumatismo, y aconsejada como diurética en los cardíacos, como febrífuga en el paludismo y como hemostática en la hemofilia y diversas manifestaciones de tal índole. Contraindicada en la úlcera gástrica, hiperclorhídrica, raquitismo, fosfaturia y tuberculosis.

Comenzar por un limón diario, aumentando uno cada día hasta llegar a diez o veinte, disminuyendo en igual forma hasta terminar en ninguno. Preferible tomarlo en limonadas, una hora después de las comidas y alguna en ayunas. Parece útil no pasar de diez en el día. Suele originar frecuentes alteraciones gastro-intestinales y nerviosas.

CURA DE PLÁTANOS.—Indicadísima en la tuberculosis pulmonar, pues, a más de la elevada proporción de hidrocarbonados que aporta, es béquico y expectorante. La cantidad de seis plátanos diarios, de preferencia en el primer desayuno, media mañana y merienda, pero la cifra señalada no tiene límite.

Cura beneficiosísima, no hallada en publicaciones anteriores.

CURA DE FRESAS.—No hemos conseguido hallar más que su mención, por lo que ignoramos indicaciones, contraindicaciones y modo de empleo. Las fresas originan con frecuencia fenómenos anafilácticos con manifestaciones cutáneas desagradables, y sus éteres estados de excitación nerviosa similares a los del etilismo agudo.

CURA DE TORONJAS.—Amargo-aperitivo muy agradable, apenas conocido en España, donde se da muy bien en condiciones agrícolas apetecidas. Indicado en la hipopepsia y anorexia orgánica e idiopática. Pudiera ser útil asimismo en la litiasis biliar. Media a una toronja al empezar las comidas, convenientemente azucarada. (*Clinica y Laboratorio*. Agosto 1929.)