

1. **NOMBRE DEL PRODUCTO**

# B 49 DRENA DIUR

## Detoxificante de acción renal

Elimina líquidos.  
Diurético.  
Sobrepeso con retención de líquidos.



## 2. COMPOSICIÓN

INGREDIENTES	Por dosis (20 ml)
<i>Prunus cerasus</i> (Extracto seco 10:1 del fruto del cerezo equivale a 2000 mg de planta)	200 mg
<i>Cynara scolymus</i> (Extracto seco 12:1 de alcachofa equivale a 1200 mg de planta)	100 mg
<i>Urtica dioica</i> (Extracto seco 10:1 de ortiga verde equivale a 1000 mg)	100 mg
<i>Equisetum arvense</i> (Extracto fluido de cola de caballo)	300 mg
<i>Taraxacum officinale</i> (Extracto glicerinado de diente de león)	300 mg
<i>Smilax officinalis</i> (Extracto glicerinado de zarzaparrilla)	300 mg
<i>Betula pendula</i> ( Extracto seco de abedul estandarizado al 3% en flavonoides)	250 mg
Gluconato de potasio	100 mg
Aditivos	csp

Sabor a cereza

## 3. MODO DE EMPLEO

Diluir 20 ml en 0,5-1l de agua y tomar durante la mañana. Se recomienda la ingesta diaria de dos litros de agua.

## 4. PRESENTACIÓN

Envase de 500 ml.

Incluye vaso dosificador.

## 5. USOS Y RECOMENDACIONES

Complemento alimenticio **drenante para reducir volumen**, sobre todo cuando es debido a la retención de líquidos.

Beneficioso en:

- Pautas **depurativas**.
- **Regímenes de adelgazamiento**.
- Tendencia a **retención de líquidos: edemas, hinchazón, periodos de mucho calor**, etc.

## 6. CONCEPTOS GENERALES

### PROCESO DE DETOXIFICACIÓN NATURAL

Se entiende por detoxificación a todo proceso que implique la eliminación de productos tóxicos.

Nuestro cuerpo tiene un magnífico proceso encargado de eliminar las toxinas, que consta de dos fases:

**FASE DE DRENAJE:** el **sistema linfático** se encarga de **movilizar las toxinas** de la matriz extracelular hacia los diferentes órganos detoxificantes.

**FASE DE DETOXIFICACIÓN:** **hígado, riñones e intestino** son los órganos detoxificantes más importantes. El hígado es el encargado de procesar las toxinas y enviarlas a los riñones a través de la sangre para que sean eliminadas mediante la orina o mediante la bilis y enviarlas hacia los intestinos para expulsarlas en forma de heces.

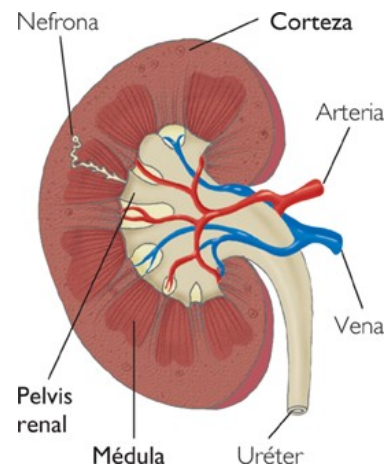
Durante este proceso de detoxificación natural, mantener un adecuado **equilibrio hídrico y electrolítico** es fundamental, ya que los líquidos son los encargados de llevar a sus destinos para ser evacuados. Beber mucha agua es un hábito muy saludable para fomentar que se realice adecuadamente este proceso.

### ACTIVIDAD RENAL EN LA DETOXIFICACIÓN

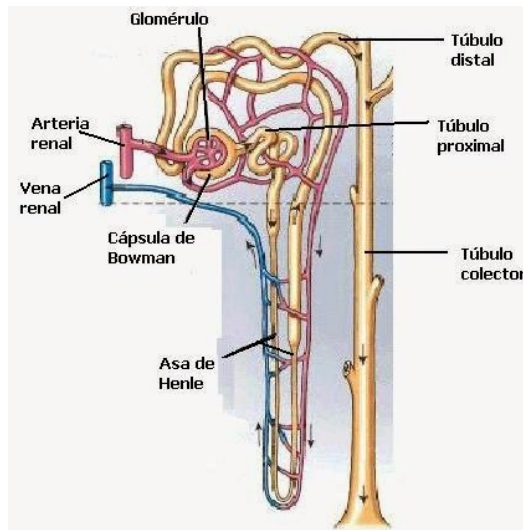
**Los riñones ayudan a depurar el cuerpo y eliminar toxinas mediante**

**la orina.** Están compuestos por tres secciones principales:

- Corteza renal: donde se filtra la sangre.
- Médula renal, que contiene pirámides renales, en las que se lleva a cabo la formación de la orina.
- Pelvis renal, donde llega la orina formada en las pirámides. Esta estructura con forma de embudo ocupa la cavidad central de cada riñón y luego se estrecha al salir para unirse con el uréter. La orina se drena desde la pelvis renal hacia el uréter.



Cada riñón tiene más de un millón de estructuras diminutas llamadas nefronas. Las nefronas se localizan, en parte, en la corteza y en parte, en el interior de las pirámides renales, donde los túbulos de las nefronas conforman la mayor parte de la masa de la pirámide. Las nefronas realizan la función primaria de los riñones: regular la concentración de agua y otras sustancias en el cuerpo. Filtran la sangre, reabsorben lo que el cuerpo necesita y excretan el resto en forma de orina.



El estrés, el cansancio, temperaturas elevadas, los malos hábitos y la alimentación poco equilibrada pueden hacer que los procesos de limpieza natural del organismo se vean ralentizados y aparezcan edemas, hinchazón, sobrepeso..., signos evidentes de que existe un desequilibrio hídrico y no se están eliminando los suficientes líquidos.

## EDEMAS

Una deficiencia en el sistema de drenaje del organismo puede dar lugar a un edema. El edema se define como una **acumulación de líquido en el espacio intersticial**, en el tejido celular subcutáneo y cursa con un aumento de volumen que se percibe desde el exterior.

Se pueden diferenciar entre edema dinámico y linfático.

En los **edemas dinámicos, la consistencia es acuosa** mientras que en el **edema linfático** al principio también, pero progresivamente pasa a ser **fibrosa**. Esta fibrosis se debe a que el edema linfático, posee proteínas en el líquido. Las proteínas estimulan la formación de colágeno y consecuentemente, a que aparezca fibrosis, la piel se cuartea, cambia de color (grisáceo) y si progresa puede llegar a necrosis (amputación).

Mediante el signo de fóvea podemos saber la consistencia de un edema. En el caso de que sea acuoso, al presionar sobre una zona ósea cercana al edema, la marca del dedo se rellena de nuevo al instante, pero cuando es duro, la marca permanece durante un tiempo.

## INGREDIENTES VEGETALES QUE CONTRIBUYEN EN LA DIURESIS

En estas situaciones, la solución es muy sencilla: incidir directamente en la formación de orina.

Existe un gran número de especies vegetales con acción diurética, así como principios activos responsables. Lo más destacable de estas plantas es que suelen **producir una excreción, principalmente de agua, sin que generalmente se vea aumentada la eliminación de iones**. Estas plantas presentan una acción suave y cuantitativamente inferior a la de los diuréticos de síntesis.

Los principales principios activos que pueden intervenir en la acción diurética son aceites esenciales, flavonoides, saponósidos y sales de potasio, y lo hacen mediante dos mecanismos de acción diferente:

#### Mecanismos de acción del aumento de la diuresis:

- **FLAVONOIDES y SAPONÓSIDOS** actúan a **nivel glomerular**. Estimulan el proceso de filtración, incrementan la tasa de filtración glomerular y la formación de orina primaria.
- **SALES DE POTASIO** actúan por **acción osmótica**. Aumenta el volumen urinario como consecuencia de la elevación de la presión osmótica del plasma sanguíneo.

En B49 DRENA DIUR se han seleccionado una serie de extractos vegetales de reconocida acción diurética y remineralizante, consiguiendo una formulación ideal para eliminar el exceso de volumen debido al acúmulo de líquidos en el organismo.

## 7. INGREDIENTES

Sin gluten, sin lactosa, sin azúcares.

A continuación, se describen las peculiaridades más relevantes de cada ingrediente.

### 7.1. CEREZA<sup>(1)</sup>

La cereza, *Prunus cerasus*, es el **fruto del cerezo**, árbol frutal que forma parte del género *Prunus* y pertenece a la familia de las rosáceas.

El árbol es originario de Grecia, y fueron los romanos los que lo expandieron al resto de países en los que ahora la cereza o guinda, fruto del cerezo, se consume de manera habitual como cualquier otra fruta.



Son ricos en derivados salicílicos, **sales potásicas, taninos y flavonoides**.

Se ha utilizado tradicionalmente como **diurético**. Aumenta el volumen de orina y la eliminación urinaria de sodio, calcio y cloruro, **sin alterar la eliminación de potasio** ni la osmolaridad de la orina.

## 7. 2. ALCACHOFA<sup>(1,2)</sup>

La Alcachofa (*Cynara scolymus*) es una planta herbácea de la familia de las asteráceas.



Los principios activos de la alcachofera se concentran, sobre todo, en las **hojas**.

Entre sus principales constituyentes se encuentran:

- Ácidos fenólicos: ácido cafeilquínicos, a destacar la **cinarina** y ácido clorogénico, que le dotan de propiedades antioxidantes, coleréticas y colagogas e hipocolesterolemiantes; de ahí, su **carácter hepatoprotector**.
- Lactonas sesquiterpénicas, como la **cinaropicrina** o *cinaratriol*, con propiedades digestivas: **acción colagoga y colerética**.
- Flavonoides, como el **cinarósico** y **cinarotriósido**, que le confieren **acción diurética**.
- Minerales, como sodio, **potasio**, fósforo y calcio.
- **Vitaminas**, como A, B2 y C.
- **Inulina**: fibra soluble que absorbe agua, favoreciendo la **acción digestiva**.
- Fitoesteroles, como el **beta-sitosterol**, **estigmasterol**, con capacidad para limitar la absorción del colesterol en el intestino.

Es decir, que la hoja de alcachofa presenta efectos antioxidantes, coleréticos, hepatoprotectores, potenciadores de la bilis, reductores de lípidos y estimulantes de la diuresis. Todas estas propiedades la convierten en uno de los ingredientes vegetales de mayor poder detoxificante.

### 7. 3. ORTIGA VERDE<sup>(1)</sup>

La *Urtica dioica*, llamada también ortiga mayor o verde, es la planta más común del género *Urtica*. Originaria de Europa y Asia, es probablemente la planta silvestre más difundida en todo el mundo, ya que se halla en casi todas las regiones templadas.

Muy conocida porque cuando rozamos sus hojas, se desprende de ellas una serie de sustancias alcalinas que producen escozor e inflamación, y aparece la urticaria en la piel.

Tradicionalmente, se utilizan la **hoja** y su **parte aérea**. De ellas se extraen principios activos como **clorofilas**, **carotenoides flavonoides** y múltiples **sales minerales** (hierro, calcio, sílice, azufre, potasio, manganeso), que le dotan de propiedades **depurativas**, por su acción **diurética**, **circulatoria** y **remineralizante**.

Con respecto a su acción circulatoria:

- Estimula la producción de óxido nítrico, que actúa como vasodilatador para relajar los músculos de los vasos sanguíneos, ayudándolos a ensancharse para la correcta circulación.
- Sus compuestos actúan como bloqueadores de los canales de calcio, que relajan el corazón al reducir la fuerza de las contracciones.
- Ayuda a eliminar el exceso de sal y agua, lo que, a su vez, disminuye la hipertensión (si se da).



### 7. 4. COLA DE CABALLO<sup>(1, 3)</sup>

El *Equisetum arvense* es un arbusto que se da en las zonas templadas del hemisferio septentrional.



La droga está constituida por las **partes aéreas**. Contiene, entre otros componentes, **flavonoides, saponósidos** y, principalmente, **sustancias minerales**, constituidas, sobre todo, por sílice y sales potásicas. Por su alto contenido en flavonoides y sales minerales, presenta acción **diurética**; por la abundancia de sales silícicas, posee propiedades **remineralizantes**. Provoca una diuresis acuosa (acuarexis), sin modificar el equilibrio electrolítico.

### 7. 5. DIENTE DE LEON(3,4)

Planta muy común en las praderas, cuyas raíces y hojas se utilizan tradicionalmente para la obtención de los compuestos químicos que le dotan de sus propiedades beneficiosas para la salud.



Sus principales constituyentes son: **sales potásicas, inulina y lactonas**, que le **otorgan propiedades diuréticas y también coleréticas y colagogas**, es decir, benefician tanto la producción como la excreción de la bilis, favoreciendo la acción digestiva.

### 7. 6. ZARZAPARRILLA<sup>(1)</sup>

*Smilax officinalis* es una planta enredadera que puede alcanzar unos 15 metros de longitud. Sus ramas espinosas se agarran y prosperan en el ramaje de los árboles o medran en capas arbustivas. Posee hojas acorazonadas y agudas, lustrosas, con dos zarcillos en su base, florecillas de tépalos blancos, agrupadas en umbelas, y unos frutos rojos, carnosos, que aparecen en característicos racimos colgantes. Es un arbusto de la familia de las Smilacáceas.



De la **raíz** se obtienen sus principales activos: saponósidos triterpénicos, como la **sarsasapogenina** y la **esmilagenina**, y sales minerales, sobre todo **potásicas**, que le confieren su actividad diurética, siendo muy útil en situaciones que cursan con retención de líquidos.



### 7.7. ABEDUL <sup>(1, 4)</sup>

La *Betula péndula* o abedul común es un árbol de hoja caduca, fácilmente identificable por el color blanco de su corteza, muy extendido en nuestro continente.

Se utilizan las **hojas**, donde se encuentran sus bioactivos **flavonoides**, **saponósidos** y **sales potásicas**.

Drenagor-Diur contiene un extracto estandarizado al 3% en **flavonoides**, responsable de su acción diurética. Favorece la eliminación de agua, cloruros, urea y ácido úrico.



### 7.8 POTASIO

La formulación de Drenagor Diur se completa incluyendo potasio, para reforzar la propiedad remineralizante del resto de los ingredientes vegetales y regular el equilibrio iónico en el organismo a pesar de fomentar la diuresis.

#### Tabla resumen de las propiedades de los ingredientes:

<b>Cerezo</b> <i>Prunus cerasus</i>	Diurético / Remineralizante
<b>Alcachofa</b> <i>Cynara scolymus</i>	Hepatoprotector/ Colagogo/ Colerético/ Diurético/ Remineralizante
<b>Ortiga verde</b> <i>Urtica dioica</i>	Diurético / Circulatorio/ Remineralizante
<b>Cola de caballo</b> <i>Equisetum arvense</i>	Diuretico / Remineralizante
<b>Diente de león</b> <i>Taraxacum officinale</i>	Diurético/ Colerético( Colagogo/ Remineralizante
<b>Zarzaparrilla</b> <i>Smilax officinalis</i>	Diurético/ Remineralizante
<b>Abedul</b> <i>Betula pendula</i>	Diuretico/ remineralizante
<b>Potasio</b>	Remineralizante

## 8. BIBLIOGRAFÍA Y EVIDENCIAS CIENTÍFICAS

- (1) B. Vanaclocha, S. Cañigüeral. Fitoterapia. Vademecum de prescripción. 5ª Ed. Elsevier 2019, Disponible en [www.fitoterapia.net](http://www.fitoterapia.net)
- (2) Ben Salem M, Affes H, Ksouda K, Dhouibi R, Sahnoun Z, Hammami S, Zeghal KM. Pharmacological Studies of Artichoke Leaf Extract and Their Health Benefits. *Plant Foods Hum Nutr.* 2015 Dec;70(4):441-53. doi: 10.1007/s11130-015-0503-8. PMID: 26310198.
- (3) Lemus I, García R, Erazo S, Peña R, Parada M, Fuenzalida M. Diuretic activity of an Equisetum bogotense tea (Platero herb): evaluation in healthy volunteers. *J Ethnopharmacol.* 1996 Oct;54(1):55-8. doi: 10.1016/0378-8741(96)01444-4. PMID: 8941869.
- (4) K. Szentmihályi, A. Ke'ry, M. Then, B. Lakatos, Z. Sa'ndor and P. Vinkler. Potassium–Sodium Ratio for the Characterization of Medicinal Plant Extracts with Diuretic Activity. *PHYTOTHERAPY RESEARCH*, VOL. 12, 163–166 (1998)