

Arcilla terapéutica: usos medicinales documentados

Autor: EA4IPV

Fecha: 23/03/2026

Categoría: Remedios Naturales

Etiquetas: Sin etiquetas

Arcilla terapéutica: usos medicinales documentados

La geofagia terapéutica —el uso medicinal de arcillas y tierras— es una de las prácticas curativas más antiguas de la humanidad, documentada desde Mesopotamia (tablillas cuneiformes, circa 2500 a.C.) y presente en la farmacopea de Hipócrates, Galeno, Avicena y Paracelso. La ciencia moderna ha confirmado que determinadas arcillas poseen propiedades adsorbentes, antimicrobianas y cicatrizantes demostrables en estudios controlados. La bentonita, el caolín y la esmectita (Smecta®) son arcillas con uso médico actual reconocido. Este artículo analiza la evidencia real y distingue las aplicaciones documentadas de las afirmaciones sin respaldo.

Tipos de arcilla y su composición mineralógica

Las arcillas son silicatos de aluminio hidratados con estructura laminar que les confiere enorme superficie específica y capacidad de intercambio catiónico (CIC). Son estas propiedades físicas, no alguna "energía" mística, las que explican su utilidad médica.

Tipo de arcilla

Composición

Superficie específica

Uso principal

Bentonita (montmorillonita)

Silicato de Al-Mg hidratado

700-800 m²/g

Adsorbente, cataplasmas

Caolín (caolinita)

Silicato de aluminio

10-20 m²/g

Antidiarreico, protector cutáneo

Esmectita (dioctaédrica)

Silicato de Al-Mg

100-200 m²/g

Antidiarreico (Smecta®)

Illita (arcilla verde)

Silicato de K-Al-Mg-Fe

50-100 m²/g

Cataplasmas, antiinflamatorio tópico

Palygorskita (attapulgita)

Silicato de Mg-Al fibroso

200-400 m²/g

Antidiarreico (Kaopectate®)

La capacidad de intercambio catiónico (CIC) es clave: las láminas de arcilla tienen carga negativa neta que atrae cationes (Na⁺, Ca²⁺, Mg²⁺) y moléculas cargadas positivamente, incluyendo toxinas bacterianas, micotoxinas y metales pesados. La bentonita tiene la mayor CIC (80-150 meq/100g), lo que la hace la más eficaz como adsorbente.

Evidencia científica: aplicaciones documentadas

Las aplicaciones terapéuticas de las arcillas con evidencia científica real se concentran en tres áreas principales:

Diarrea aguda (esmectita): Metaanálisis Cochrane (Szajewska et al., 2006): la esmectita redujo la duración de la diarrea aguda infantil en 22,7 horas (IC 95 %: -24,8 a -20,6; p E. coli y Clostridium difficile).

Adsorción de micotoxinas: La bentonita adsorbe aflatoxina B1 con una eficacia > 95 % a pH gástrico (Phillips et al., 2008, Food Additives and Contaminants). Ensayo clínico en Ghana (Phillips et al., 2011): 3 g/día de bentonita cálcica redujo los biomarcadores de aflatoxina en orina en un 58 % en población expuesta. Aplicación directa en supervivencia: alimentos contaminados por moho.

Actividad antimicrobiana tópica: Williams et al. (2011, Environmental Geochemistry and Health) demostraron que ciertas arcillas naturales de depósitos específicos (Oregon, Francia) matan S. aureus resistente a meticilina (MRSA) y E. coli en 24 horas in vitro. El mecanismo implica liberación de iones Fe²⁺ y Al³⁺ a pH bajo que generan estrés oxidativo en las bacterias.

Cicatrización de heridas: Estudio de Moosavi (2017, Journal of Pharmacy and BioAllied Sciences): apósitos de caolín aceleran la hemostasia y la cicatrización. El caolín activa el factor XII de la coagulación por contacto, principio usado en productos hemostáticos militares como QuikClot Combat Gauze® (aprobado por la FDA).

Lo que la arcilla NO ha demostrado

Es fundamental distinguir las aplicaciones con evidencia de las afirmaciones pseudocientíficas que rodean la geoterapia:

Detoxificación sistémica: No existe evidencia de que la arcilla ingerida pueda "limpiar" el organismo de toxinas acumuladas en tejidos. La adsorción funciona en el tracto gastrointestinal, no a nivel sistémico. Los riñones y el hígado ya realizan esta función eficientemente.

Quelación de metales pesados: Aunque la arcilla adsorbe metales pesados in vitro, la ingestión de arcilla para eliminar metales del cuerpo no tiene evidencia clínica. Además, algunas arcillas naturales contienen plomo, arsénico y otros contaminantes (Mascolo et al., 1999), pudiendo ser contraproducentes.

Curación de cáncer u otras enfermedades graves: Ninguna arcilla cura el cáncer ni enfermedades sistémicas graves. Afirmar lo contrario es peligroso y puede retrasar tratamientos efectivos.

Uso práctico seguro en contextos de emergencia

En situaciones de autosuficiencia o emergencia, las arcillas son recursos valiosos que pueden encontrarse en la naturaleza. Las arcillas aptas para uso medicinal deben ser de fuentes conocidas y, en lo posible, analizadas para descartar contaminantes.

Antidiarreico oral: Diluir 3 g de arcilla esmectítica o bentonita de grado alimentario en 100 mL de agua. Tomar entre comidas (separar al menos 2 horas de cualquier medicamento, ya que la arcilla adsorbe fármacos). Adultos: 9 g/día en 3 tomas. Niños > 2 años: 3-6 g/día.

Cataplasma para inflamación y heridas: Mezclar arcilla (bentonita o arcilla verde) con agua hasta consistencia de pasta espesa. Aplicar en capa de 1-2 cm sobre la zona afectada. Cubrir con paño húmedo. Renovar cada 2-4 horas. Para esguinces, contusiones, picaduras de insecto y pequeñas infecciones cutáneas.

Hemostasia de emergencia: Aplicar caolín en polvo directamente sobre heridas sangrantes y presionar con firmeza. El caolín activa la cascada de coagulación por contacto. No es sustituto de la atención médica en hemorragias graves, pero puede ganar tiempo crucial. Es el principio activo de los vendajes hemostáticos militares actuales.

Purificación de agua (coadyuvante): La bentonita puede usarse como floculante: añadir 1-2 g/L de agua turbia, agitar vigorosamente y dejar sedimentar 2-4 horas. Reduce turbidez y adsorbe parcialmente bacterias y contaminantes. NO reemplaza la desinfección (hervido, cloro, UV) pero mejora la eficacia de estos métodos.

Precauciones importantes: NUNCA ingerir arcilla de origen desconocido: puede contener plomo, arsénico u otros metales pesados. La arcilla oral adsorbe medicamentos (incluidos anticonceptivos, antibióticos, antiepilépticos): separar la toma al menos 2 horas. No usar en obstrucción intestinal ni íleo. En embarazo, la geofagia excesiva se ha asociado con anemia por adsorción de hierro. En niños menores de 2 años, solo bajo supervisión médica.

⚠ Advertencia: Esta información es orientativa y educativa. En situaciones de emergencia real, consulte a profesionales cualificados siempre que sea posible. No ponga en riesgo su vida ni la de otros sin la formación adecuada.