

Es hidróxido de magnesio, tiene 140 años, se vende en las farmacias y ayuda a paliar el efecto del polvo lacrimógeno

# Desde antiácido hasta desodorante: todos los usos que tiene la legendaria leche de magnesias

“Es una molécula que funciona en sentido opuesto a los ácidos”, dice Gabriel León, doctor en biología molecular.

TERESA VERA / ALEJANDRA DÍAZ

Nació hace 140 años, fue bautizada como “Phillips: Milk of Magnesia” y sigue siendo tan famosa en las farmacias por atributos como laxante y para neutralizar el ácido gástrico (antiácido). Con el pasar de los años se le sumaron más bondades e incluso en la actualidad recibe likes para contrarrestar los efectos del gas pimienta. Aquí, parte del largo etcétera de beneficios que se le sindicaron al magnesio. “Es una molécula que funciona en sentido opuesto a los ácidos”, dice Gabriel León, doctor en biología molecular de la Universidad Católica. La administración es por vía oral y la solución se diluye en agua y la dosis depende de la edad.

## Como antiácido

El término leche de magnesias fue primero usado para una suspensión alcalina de color blanco, acuosa, pero no es leche. “El componente es solamente hidróxido de magnesio que es una molécula muy sencilla. Es un antiácido más bien suave y popular por su bajo costo, señala León. Como antiácido de acción local aumenta el pH del contenido estomacal. Se utiliza para el alivio de malestares estomacales asociados con enfermedades que producen hiperacidez gástrica. Su efecto antiácido se debe a la neutralización que se produce a través de la reacción química del hidróxido de magnesio con el ácido clorhídrico estomacal y la consecuente formación de cloruro de magnesio.

## Efecto higroscópico

“El magnesio en general tiene un efecto higroscópico, eso quiere decir que atrapa agua, señala León. Si bien el uso principal es para trastornos digestivos, pero debido a su efecto sobre el pH de la piel se ocupa como desodorante ya que disminuye la destrucción de las bacterias que provocan el mal olor.

León aporta que “los gimnastas antes de realizar sus piruetas se untan magnesio seco y lo ocupan para agarrarse mejor y no deslizarse con el sudor”.

## Gases lacrimógenos:

“Las lacrimógenas deben tener componentes ácidos entonces lo

que hace la leche de magnesias es funcionar como un neutralizador. Tal como el bicarbonato, tiene un factor alcalino que neutraliza los ácidos, dice Mauricio Huberman, presidente del Colegio de Químicos Farmacéuticos. Lo mismo precisa la química farmacéutica Daniela San Martín: “Al ser un antiácido anula los efectos del gas pimienta”.

## Para quemaduras solares

“También se puede ocupar para tratar quemaduras solares. Se ha visto que cuando uno aplica una película de hidróxido de magnesio, este absorberá todo el calor de la zona afectada de la piel. Hará que se endurezca y forme una costra. Al pasar de los días, la piel quedará impecable”, explica Huberman. Tiene un efecto calmante y cicatrizante.

## Laxante suave

El hidróxido de magnesio pertenece a una clase de medicamentos llamados laxantes salinos. “La magnesias hace que se descargue más líquido en el intestino. Entonces evidentemente dan más ganas de ir al baño para eliminar ese exceso de líquido”, explica Huberman. Se utiliza en casos de estreñimiento ocasional, en pacientes que van a ser sometidos a endoscopia, estudios radiológicos o cirugía, y en pacientes que no responden a cambios en el estilo de vida o a la ingestión de fibra. Forma parte del grupo de los laxantes osmóticos. Su efecto laxante inicia cerca de 3 h después de su administración.

## Desengrasante cutáneo

Según el estudio de la University of Iowa (ver en [bit.ly/2wiGMzz](http://bit.ly/2wiGMzz)) la leche de magnesias tiene cierta capacidad para absorber la grasa de la superficie de la piel. Mary Ellen Stewart, del Departamento de Dermatología, sugiere que el magnesio facilita la absorción y separación de componentes grasos. Si bien no es concluyente, le da algo de peso a la eficacia del producto como desengrasante.

## Relajación muscular

“El magnesio puro, como varios minerales, está involucrado en el proceso de contracción muscular entonces cuando tienes un déficit de eso, disminuye su funcionalidad”, aporta Cecilia Ramírez, químico farmacéutico de Farmacia Mapuche. “Aquí se vende en forma de tabletas para relajar y recuperar los músculos”, precisa.

La leche de magnesias tiene cierta capacidad para absorber la grasa de la superficie de la piel.

