

# Una dulce longevidad

## A sweet longevity

*Julio Edgardo Guerra Sigüenza*

### Resumen

La miel es un producto natural y delicioso apreciado desde tiempos antiguos por brindar longevidad a sus consumidores. Una de las especies productoras son las abejas melíferas, que recogen el néctar de las flores y lo convierten en miel; un endulzante natural que brinda múltiples beneficios por sus propiedades únicas. Este delicioso sustento está amenazado a causa de la reducción de las áreas forestales, el aumento de la urbanización, el uso de las tierras para la agricultura, y el uso de plaguicidas y los impactos ambientales que contribuyen a la disminución de las poblaciones de abejas y su productividad en la región.

**Palabras claves:** Miel, biodiversidad, agricultura, longevidad, antibacteriano.

### Abstract

Honey is a natural and delicious product appreciated since ancient times for providing longevity to its consumers. One of the producing species are honey bees, which collect nectar from flowers and turn it into honey; a natural sweetener that provides multiple benefits due to its unique properties. This delicious sustenance is threatened by the reduction of forest areas, increased urbanization, the use of land for agriculture and the use of pesticides; environmental impacts that contribute to the decline of bee populations and their productivity in the region.

**Keywords:** Honey, biodiversity, agriculture, longevity, antibacterial.



Nota de Divulgación Científica  
Scientific Dissemination Note

**Presentado:** 30 de abril de 2024  
**Aceptado:** 09 de octubre de 2024

Universidad de El Salvador

gs10021@ues.edu.sv

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-1077-7292>



Las abejas son organismos que deben ser admirados por su increíble aerodinámica que nos hace creer que desafían las leyes de la física, así como por la increíble capacidad que tienen para formar comunidades altamente funcionales. Existen personas que admiran a las abejas, a otras les parecen adorables, y las hay aquellas que les tienen miedo; ya sea por el aguijón que portan en la parte inferior de su cuerpo, por ser alérgicos a sus picaduras o simplemente porque se sienten incómodos por el zumbido que hacen al mover sus alas a altas velocidades. Lo cierto es que, las abejas han llegado a ser el soporte para la supervivencia de muchos ecosistemas en el planeta, debido a que son polinizadores esenciales para las plantas y a que contribuyen a evitar la pérdida de la biodiversidad y la degradación de los ecosistemas. Por esta razón, debemos preocuparnos ante la reciente disminución de las poblaciones de abejas en el mundo, Dirección de Formación Continua (PUCP, 2023) (Figura 1)

### Organización en castas

En las colmenas sólo puede nacer una abeja reina, se trata de una abeja de gran tamaño quien decide la cantidad de obreras o zánganos que debe poseer la colmena en la que se producirá la miel. Las abejas obreras serán las que trabajarán para

### Figura 1

*Las abejas como polinizadores naturales.*



*Nota.* Las abejas son responsables de la reproducción de muchas plantas al transportar el polen de una flor a otra mientras recolectan el néctar, ayudando así a la reproducción de más del 80% de las plantas con flores en el mundo. Imagen: [https://cdn.unenvironment.org/styles/article\\_billboard\\_image/s3/2022-05/shutterstock\\_708300100.jpg](https://cdn.unenvironment.org/styles/article_billboard_image/s3/2022-05/shutterstock_708300100.jpg)

la colmena; mientras que los zánganos de mayor tamaño que las obreras serán los defensores de la colmena, logrando entre todos los miembros un trabajo organizado para la producción de la miel. (MonteGayubar, 2019).

### Posibles orígenes

Según la cultura egipcia (Figura 2A), la miel provenía de las lágrimas del Dios Ra, evocando al propio Sol; en la mitología griega (Figura 2B) la miel era el alimento de los Dioses del Olimpo siendo las colmenas creadas por Aristeo (hijo de Apolo y la ninfa Cirene) y en la civilización romana, la miel fue considerada como fuente de longevidad y salud (2C) (MonteGayubar, 2019)

### Figura 2

*Representación de la apicultura en tiempos remotos.*



*Nota.* Las imágenes muestran una línea de tiempo sobre el rol que ha desempeñado la miel de abeja como principal ofrenda en ceremonias y rituales dirigidos hacia los Dioses. A) Representación de apicultura en el Antiguo Egipto. B) Representación de apicultura en la Antigua Grecia. C) Cupido, el ladrón de la miel. Alberto Durero. (MonteGayubar, 2019).

### Condiciones propicias para elaboración de la miel de abeja

Las características únicas de la miel se deben principalmente del tipo de flor, el lugar geográfico en el que ha libado el néctar de las flores; así como las técnicas de tratamiento y almacenamiento utilizado en su preparación. Increíblemente, hasta la estación del año en que ha sido recolectada influye en la calidad que presente la miel (Álvarez Barragán et al., 2017).

### Propiedades de la miel

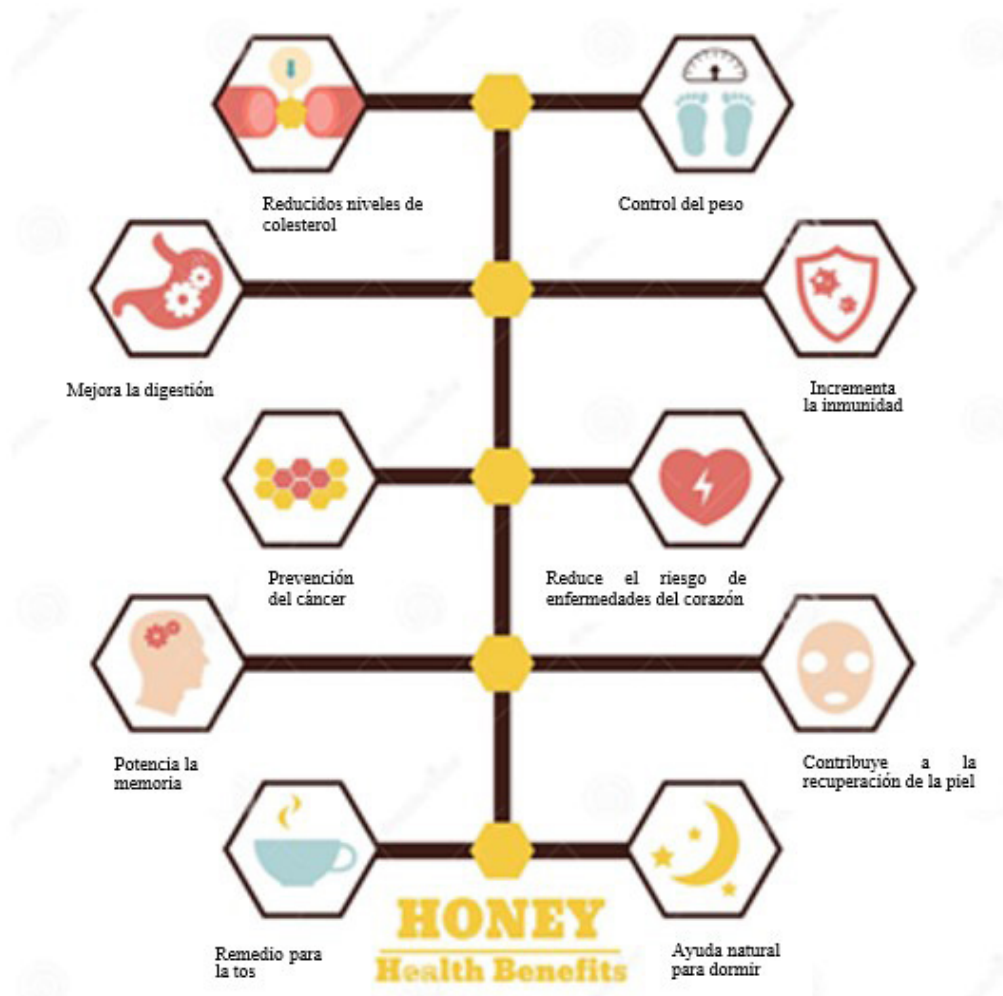
Actualmente, la miel de abeja es muy solicitada en el mercado internacional porque provee múltiples beneficios, como se puede ver en la figura 3:

- Agente cicatrizante.
- Efectivo antiinflamatorio.
- Refuerza el sistema inmunológico.
- Mejora la digestión.
- La miel con el limón ayuda a superar estados febriles y la picazón en la garganta.

Puesto que posee un alto valor nutritivo ayudando al cuerpo a curarse más rápido de las heridas, aumentando la regeneración de las células, por lo que lo podemos expresar que la miel es fuente de una vida más larga y saludable. Además, es utilizada por los terapeutas al brindar sensaciones agradables y estimulantes al ser ingerida. Según Ajibola et al., (2012), al consumir miel rica en antioxidantes los resultados son buenos porque

Figura 3

*Beneficios de consumir miel diariamente*



*Nota.* La imagen muestra los distintos beneficios para el cuerpo humano al ingerir miel de abeja diariamente. Infografía de Nina Piankova (Piankova, 2021).

tienen la propiedad de proteger al cuerpo de daños y enfermedades. El color de la miel también es otro indicador para saber si posee antioxidantes, por ejemplo, aquellas mieles que tengan un color más oscuro son más propensas a tener mayor cantidad de antioxidantes sobre aquellas con colores más tenues y claras. Por ejemplo, las mieles que son extraídas por el néctar de un solo tipo de flor, tal es el caso de las cultivadas en Cuba, le confieren propiedades naturales que previenen o retrasan el daño en las células del cuerpo y lo mantienen joven (Ajibola et al., 2012).

### Afectación a poblaciones apícolas

Según (Nates-Parras, 2016), la disminución de las poblaciones de abejas en el mundo obedece a tres causas principalmente:

- El uso excesivo de pesticidas cerca de las zonas apícolas, produce impactos negativos en las colmenas de abejas y en su producción de miel, ya que los productos químicos de los pesticidas pueden afectar el sistema nervioso de la abeja causándole desorientación, pérdida de memoria y en casos extremos, la muerte.
- Incremento en el número de habitantes de una región hace que se requieran más viviendas, infraestructuras y servicios para satisfacer las necesidades de una población cada día más numerosa.
- Desconocimiento sobre las especies de abejas silvestres, alteración de los paisajes naturales destruyendo los hábitats y recursos alimenticios.

Estas causales, vuelven vulnerables las poblaciones de abejas mielíferas las cuales son muy receptivas a los cambios de temperatura, a los ruidos estridentes, a las luces fuertes y a los olores dulces. Por esta razón, al reducirse sus hábitats naturales, éstas llegan hasta nuestras residencias y aumenta la probabilidad de que suframos sus ataques. Cuando las abejas están en zonas urbanas, logran construir sus colmenas en: techos, cielos falsos, canaletas, árboles, llantas en desuso o de cualquier espacio que posea condiciones de oscuridad (MIGOBBDT, 2023).

**Por lo anterior, recuerda:** en caso de encontrarte con una colmena de abejas, no la quemes, contacta de inmediato al cuerpo de Bomberos de tu localidad para que ellos reubiquen la colmena de forma segura y sana para las abejas.

### Referencias

- Ajibola, A., Chamunorwa, J. P., & Erlwanger, K. H. (2012). Nutraceutical values of natural honey and its contribution to human health and wealth. *Nutrition & Metabolism*, 9(1), 58-61. <https://doi.org/10.1186/1743-7075-9-61>
- Álvarez Barragán, Y., Trama, A., & Tabera, A. (2017). Desarrollo de un producto a base de miel con agregado de propóleos. [Tesis de grado, Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires]. <https://www.ridaa.unicen.edu.ar/items/f53f2296-638b-4925-8dac-ab72a2f9fa35/full>
- PUCP. (2023). Cuando los zumbidos desaparecen: Causas y consecuencias de la crisis de las abejas [Noticias]. *Clima de cambios*. <https://www.pucp.edu.pe/climadecambios/noticias/cuando-los-zumbidos-desaparecen-causas-y-consecuencias-de-la-crisis-de-las-abejas/>
- MIGOBBDT. (2023). Desalojo y Control de Enjambres. Sitio Web Estandarizado MIGOBBDT. <http://190.86.209.135/bom/unidad-de-control-de-abejas-africanizadas/>
- MonteGayubar. (2019). Historia de la miel y usos | Apícola Monte Gayubar [Blog]. Historia de la miel y sus usos. <https://www.apicolamontegayubar.com/blog/historia-miel/>
- Nates-Parras, G. (2016). *Iniciativa Colombiana de Polinizadores* (1.a ed., Vol. 1). ICPA.
- Piankova, N. (2021). Fondo con miel y abejas iconos. *Dreamstime*. <https://es.dreamstime.com/fondo-con-miel-y-abejas-iconos-infograf%C3%ADa-de-foods-beneficios-para-la-salud-image212041241>