

## **SOBRE LOS EVENTUALES RIESGOS DE LOS TRATAMIENTOS NATURALES**

Muchas veces aparecen artículos científicos en los cuales se alerta sobre una eventual peligrosidad de tratarse una persona a partir de productos naturales. Posiblemente en una primera lectura, se puede pensar que el consumo de remedios de origen natural trae aparejado daño al organismo ya que se presupone que poco o nada (desde el punto de vista científico) se conoce de ellos.

Cuando analizamos el trabajo que alerta sobre estos supuestos “riesgos”, no se habla específicamente de un efecto adverso propio de la planta (que lógicamente lo pueda tener) sino que lo primero que surge de dicho análisis es que deja entrever que existe un riesgo potencial importante para la salud cuando se toman determinados medicamentos naturales **en forma conjunta** con remedios alopáticos o de síntesis.

De hecho surgen dos preguntas a partir de este primer análisis:

**¿Es cierto este peligro?**. Pues sí, es cierto que no se deben mezclar remedios naturales y sintéticos sin el consentimiento de un facultativo.

**¿Entonces está bien planteado el alerta?**. Decididamente no en los términos de “demonizar” al producto natural. Porque una cosa es plantear la existencia de un riesgo en la toma de medicamentos naturales, y otra es reafirmar esa hipótesis, pero basándose únicamente en una eventual interacción con medicamentos de síntesis.

Siguiendo ese criterio, podríamos decir lo mismo de los remedios químicos, alertando sobre su peligrosidad ya que interactúan con los remedios naturales (algo que nadie se atrevería a decir de hecho).

Ahora bien. Expliquemos porqué no deben mezclarse remedios naturales y sintéticos. Por la sencilla razón que en ambos casos son productos que ingresan al organismo a cumplir con una determinada función, debiendo atravesar intestino e hígado para ello. La principal vía de actuación se va a dar en el hígado donde deberán sortear una “puerta” que estará custodiada. ¿Quién es ese custodio?. Pues, el sistema citocromal P-450. Este sistema (que es un conjunto de enzimas) determina quien atraviesa y quien no la puerta hepática (como si se tratara del custodio de un local bailable). ¿Y cuál es el peligro entonces?. El peligro es que llegue primero el producto natural, y deje en “sala de espera” al producto químico, al cual se le cerrará la puerta de ingreso luego de haber entrado el producto natural.

Es así que quien esté tomando una droga para el SIDA, un Anticonceptivo, un Hipoglucemiante oral (por poner solo algunos ejemplos), tendrá que tener en cuenta que dicha droga quizás no vaya a cumplir con su función específica, a pesar de haberse consumido. Esta circunstancia se conoce desde hace unos quince años, a partir del hallazgo de que un simple jugo de pomelo no permitía que actuaran remedios antihipertensivos. Tomando en cuenta el hallazgo de este sistema de custodios (citocromos) se puede inferir que existen interacciones entre remedios sintéticos y remedios sintéticos, entre alimentos y remedios sintéticos, y entre hierbas y remedios sintéticos.

Por esta razón se deben conocer los mecanismos de acción de todo producto que ingresa a nuestro organismo, sea un alimento, un fármaco químico o un remedio natural. De tal manera será bueno ilustrar sobre algunas interacciones perfectamente conocidas entre plantas y drogas químicas, que el público lector deberá tomar en cuenta.

<b>Planta</b>	<b>Droga química</b>	<b>Efecto hallado</b>
Aceite de Prímula	Fenotiazina	Riesgo de convulsiones
Ajo	Saquinavir (medicamento para el SIDA)	Reduce los efectos del Saquinavir
Ajo	Aspirina	Potencia efecto anticoagulante
Ambay	Antihipertensivos y drogas digitálicas	Reduce actividad de los antihipertensivos y digitales
Apio	Hormona tiroidea (T4)	Reduce los niveles en sangre de T4
Cardo mariano	Warfarina	Reduce actividad anticoagulante
Ginseng siberiano	Nifedipina	Aumenta los niveles de Nifedipina en sangre, pudiendo generar hipotensión arterial.
Equinácea	Alprazolam	Aumenta toxicidad del alprazolam
Equinácea	Inhibidores de proteasa (medicamento para Sida)	Aumenta la toxicidad del inhibidor de proteasa
Ginkgo biloba	Propanolol	Disminuye actividad del propanolol
Ginkgo biloba	Trazodone	Se observó un caso de coma con esta asociación
Ginkgo biloba	Diuréticos tiazídicos	Riesgo de Hipertensión arterial
Ginkgo biloba	Aspirina	Riesgo de sangrado
Ginkgo biloba	Omeprazol	Puede reducir actividad del Omeprazol
Ginseng	Vacuna Influenza	Puede generar insomnio
Ginseng	Café, yerba mate	Riesgo de hipertensión arterial
Hipérico o Hierba de San Juan	Drogas Antirretrovirales para el SIDA	Reducen actividad de esas drogas
Hipérico	Anticonceptivos	Reduce actividad de anticonceptivos
Hipérico	Antidepresivos	Puede generar trastornos neurológicos
Hipérico	Simvastatina	Reduce efecto hipolipemiente de la Simvastatina
Laxantes vegetales	Fármacos en general	Impiden absorción de drogas
Manzanilla	Estatinas	Puede incrementar la toxicidad de estatinas

Manzanilla	Hierro	Reduce absorción de hierro
Pezuña de vaca	Hipoglucemiantes orales	Puede generar hipoglucemia importante
Yerba Mate	Litio	Reduce efecto antidepresivo del litio

También es bueno saber que algunas interacciones entre extractos de plantas y fármacos sintéticos **son benéficos**. Es el caso del Cardo Mariano que ayuda a reducir la toxicidad renal del Cisplatino en pacientes sometidos a quimioterapia contra el cáncer. Otro ejemplo es el Ginseng siberiano, que junto a los antibióticos Monomicina y Kanamicina, mejora los resultados para combatir a gérmenes como la Shigella y el Proteus vulgaris. Otro caso es el Ginseng, que sinergiza la actividad de la Mitomicina en el tratamiento del Cáncer.

Precisamente a raíz de muchas asociaciones buenas entre plantas y medicamentos sintéticos, se han establecido protocolos oficiales de tratamientos útiles por ejemplo en cáncer (es el caso del hongo Shiitake junto a quimioterapia convencional).

En cuanto al tema de la seguridad de los productos naturales, es bueno dar algunas respuestas que la gente puede llegar a preguntarse:

#### **¿ Cuentan con aval de las autoridades sanitarias de nuestro país?.**

Efectivamente, para los productos naturales existen dos tipos de registros a los cuales los laboratorios de productos naturales pueden optar frente a nuestra autoridad sanitaria (ANMAT): Suplementos Dietarios, y Medicamentos Fitoterápicos. Para cualquiera de estos registros se solicita la presentación de rigurosos estudios de seguridad, eficacia y calidad, controles microbiológicos de materias primas y productos terminados, estudios de estabilidad, toxicidad, control del packaging, etc. Estos productos podrán expenderse en farmacias y en dietéticas.

#### **¿Los productos naturales cuentan con ensayos clínicos?**

La normativa internacional de la OMS reglamentó que si una planta medicinal ha demostrado a través del tiempo su eficacia, NO REQUIERE ensayo clínico. Por ejemplo, la Valeriana. Ya desde el siglo II a.C se mencionaron sus efectos sedantes. Esto fue corroborado a través de los siglos por decenas de pueblos que alegaron esos mismos resultados. Por consiguiente, la prueba del tiempo es suficiente para que pueda registrarse esta planta como sedante. Cada país ha confeccionado listados positivo de drogas vegetales que no requieren ensayos clínicos para su aprobación.

Cuando se trata de plantas que no tengan un raport histórico de uso bien conferido, entonces esa planta deberá someterse a un ensayo clínico si se pretende registrar para una determinada enfermedad no bien avalada por el uso tradicional ancestral.

#### **¿Los médicos conocen y recomiendan estos productos?.**

En muchos casos así es. La Fitomedicina se enseña como posgrado de la Facultad de Medicina de la UBA desde el año 2002, y en el grado de la carrera de Medicina de la Univ. del Salvador. También en la carrera de Farmacia de la Univ. Maimónides, como así también en muchos Colegios Médicos y Farmacéuticos. El año pasado se hizo un Congreso científico en el aula magna de la Facultad de Medicina de la UBA (1ª. Jornada de Remedios Naturales). En Alemania, el 60% de las prescripciones médicas son en base a fitomedicamentos. Casi todos los países cuentan con un departamento de medicina tradicional o medicina complementaria, para darle un marco legal a estos productos.

**¿Existen políticas de salud con aval gubernamental en base a productos naturales?.**

Prácticamente en todos los países de Latinoamérica. En Argentina, en el año 2003 y a instancias de una propuesta llevada a cabo por la Asociación Argentina de Fitomedicina y el Gobierno de Misiones, se creó el proyecto “Cultivando la salud” donde por vez primera la autoridad sanitaria (ANMAT) autorizó cuatro preparados fitoterápicos para la Atención Primaria de la Salud: congorosa (para acidez y gastritis), ambay (como expectorante y antitusivo), carqueja (como hepatoprotector) y caléndula (para inflamaciones de la piel). Está en este momento para la firma de las comisiones de Hacienda y Finanzas, y para la Comisión de Justicia, un proyecto de ley que contempla ampliar la oferta de Fitomedicamentos a todo el país, con participación de laboratorios estatales en su fabricación.

Dr. Jorge R. Alonso – MN. 67.640 – Médico. Presidente de la Sociedad Latinoamericana de Fitomedicina ([www.fitomedicina.org](http://www.fitomedicina.org)). Director del curso de posgrado en Fitomedicina en la Univ. de Buenos Aires.