



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

**Formato de Guión para el programa a desarrollar:**

<b>Universidad de Panamá Facultad de Farmacia Centro de Investigación e información de Medicamentos y Tóxicos (CIIMET) Guión de programa de Radio</b>		
<b>Programa</b>	La Salud y sus Medicamentos	
<b>Día</b>	Jueves 7 de noviembre de 2013.	
<b>Hora</b>	8:00 a.m	
<b>Duración</b>	40min	
<b>Locutor</b>	Marisol Chávez	
	<b>Texto</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Locutor</b>	<b>Saludos:</b> Muy buenas días, en el día de hoy jueves 7 de noviembre le damos la bienvenida a todos los que nos escuchan por la 107,9 FM Radio Estéreo Universidad. En esta oportunidad les acompaña Marisol Chávez Profesora de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Panamá, tengo el agrado de presentarle el siguiente tema:	
	<b>Anuncio del tema del día:</b> “El uso de las plantas medicinales y la fitoterapia”	
	<b>Puntos a desarrollar:</b> Les indicaré brevemente cuales serán los puntos a tratar : <ul style="list-style-type: none"><li>• Introducción sobre el uso de las plantas medicinales</li><li>• Importancia de las plantas medicinales, hoy en día</li><li>• Algunos aspectos sobre la medicina tradicional y la medicina herbaria</li><li>• Qué es la fitoterapia</li><li>• Ejemplos de algunas plantas medicinales con sus indicaciones, contraindicaciones, efectos secundarios, precauciones e interacciones.</li></ul> Y por último nuestras recomendaciones para que usted conserve su salud en cuanto al uso de las plantas medicinales	
	<b>Desarrollo del programa. Iniciaremos el programa presentado una breve:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Introducción sobre el uso de las plantas medicinales</b></li></ul> El empleo de plantas como una forma de obtener alivio a las dolencias y forma de mantener la salud, data de varios miles de años Antes de Cristo. Los datos arqueológicos indican que este impulso de aliviar el agobio de una enfermedad es tan viejo como la búsqueda por la humanidad de otras herramientas <sup>1</sup> . A través de los	



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

asentamientos más antiguos de la humanidad, se argumenta de que los pueblos prehistóricos recolectaban plantas con propósitos medicinales y por medio de “*ensayo y error*” aumentó el conocimiento popular acerca de las propiedades curativas de ciertas sustancias naturales<sup>1</sup>. Son múltiples las atribuciones que nuestros antepasados le dieron a las diferentes partes de las plantas tales como: hojas, raíces, frutos, tallos, semillas y otras. A estas plantas las designaron como “*plantas medicinales*”; por sus cualidades curativas y aún; hoy en día, son reconocidas por poseer dichas facultades. Según la OMS, una *planta medicinal* es aquella que, en uno o más de sus órganos, contiene sustancias que pueden ser utilizadas con fines terapéuticos o preventivos o que son precursores para la semisíntesis químico- farmacéutica<sup>2,3</sup>.

En las dos últimas décadas ha aumentado considerablemente; tanto en países desarrollados como en desarrollo, el interés por la medicina tradicional y; en particular, por los medicamentos herbarios. Se ha producido un rápido crecimiento de los mercados nacionales e internacionales de las hierbas medicinales y se están obteniendo rendimientos económicos significativos<sup>4</sup>.

• **Importancia en Farmacia de las plantas medicinales**

Muchas sustancias con actividad terapéutica han sido aisladas de las plantas o bien han servido para la síntesis de sustancias con propiedades más eficaces para el alivio de algunas enfermedades o dolencias. Así podemos citar el ejemplo, de la planta *Valeriana officinalis*, de la cual se obtiene la droga vegetal llamada “raíz de valeriana”. Los principios activos que se encuentra en esta droga son los valeprotriatos y el ácido valerénico. La raíz de valeriana está indicada en los trastornos nerviosos de ligera intensidad, por lo que favorece el sueño y es relajante<sup>3</sup>. Con esto no queremos decir; que todos los medicamentos han sido obtenidos a partir de las plantas, ya que existen otras fuentes de medicamentos. La importancia de las plantas medicinales radica en que en terapéutica la droga vegetal ha sido utilizada para el beneficio de los seres vivos; es decir que de la droga vegetal pueden aislarse y obtenerse los principios activos, que son las sustancias responsables de la acción farmacológica<sup>3</sup>. Así podemos enfatizar su importancia ya que en las dos últimas décadas ha aumentado en todo el mundo el uso de medicamentos tradicionales, particularmente de medicamentos herbarios. Por desgracia, también ha aumentado el número de informes acerca de pacientes que han sufrido efectos perjudiciales para la salud ocasionados por el uso de medicamentos



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p>herbarios. Al respecto, cabe señalar que se han realizado análisis y estudios que han revelado diversos motivos que generan estos problemas. Una de las principales causas de los acontecimientos adversos notificados está directamente relacionada con la existencia de medicamentos herbarios de mala calidad, incluidas las materias primas vegetales medicinales. Se ha reconocido, en consecuencia, que no se ha prestado suficiente atención a la garantía y control de la calidad de los medicamentos herbarios<sup>5</sup>.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Algunos aspectos sobre la medicina tradicional y la medicina herbaria</b></li></ul> <p>El empleo de las plantas con fines de tratar un síntoma o una enfermedad constituye parte de la “<i>medicina tradicional</i>”. En términos generales, se entiende por medicina tradicional como “<i>el conjunto de todos los conocimientos teóricos y prácticos, explicables o no, utilizados para diagnóstico, prevención y supresión de trastornos físicos, mentales o sociales, basados exclusivamente en la experiencia y la observación y transmitidos verbalmente o por escrito de una generación a otra. Puede considerarse también como una firme amalgama de la práctica médica activa y la experiencia ancestral</i>”<sup>6</sup>.</p> <p>El uso de plantas medicinales no está confinado a los grupos indígenas. Según la Organización Mundial de la Salud el 80% de la población mundial utiliza cotidianamente plantas medicinales para aliviar las dolencias comunes y en los países del Tercer Mundo la población muchas veces no tiene otro recurso; en Latinoamérica, con la triple influencia cultural-indígena, española y negra- se ha forjado una auténtica medicina tradicional en la que las plantas medicinales han ocupado el lugar más importante<sup>7</sup>.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Qué es la fitoterapia</b></li></ul> <p>La fitoterapia es una práctica terapéutica que emplea diferentes preparaciones de plantas para el tratamiento de enfermedades, ya sea para prevenir, para atenuar o para curar una estado patológico. Se considera una de los primeros sistemas de curación y está vigente hasta el día de hoy<sup>8,9</sup>.</p> <p>De acuerdo a nuestra legislación los fitofármacos son productos obtenidos de las plantas y de sus mezclas, preparadas en forma de extracto, liofilizado, destilado, tinturas, cocimiento o cualquier otra preparación con formas farmacéutica definida, que se presente con utilidad terapéutica, diagnóstica o preventiva<sup>10</sup>. Por lo cual un medicamento fitoterapéutico es un producto cuyos principios activos son exclusivamente de origen vegetal y/o preparados de</p>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	drogas vegetales.	
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ejemplos de algunas plantas medicinales con sus indicaciones etc:</b> A continuación vamos a mencionar algunos ejemplos de plantas medicinales: <b>1. Plantas:</b> Sávila. <b>Nombre científico:</b> <i>Aloe vera</i>.  <b>Parte utilizada:</b> El acibar o gel contenida en las hojas y el latex. El gel se obtiene de las células en el centro de la hoja; y el látex se obtiene de las células justo debajo de la piel de la hoja.  <b>Principios activos:</b> Derivados antracénicos (aloemodina, aloína, isobarbaloína, aloinósidos A y B) <b>Acción Farmacológica:</b> Tónico, digestivo, estomáquico( que expelle gases del estómago) (a dosis bajas). Laxante a dosis media Purgante a dosis alta. <b>Indicaciones:</b> Dispepsias hiposecretoras (trastornos de la digestión con disminución de la secreción de ácidos estomacales que se caracteriza por acidez, eructos, en fin una mala digestión) En caso de estreñimiento. <b>Contraindicaciones:</b> Embarazo: Hay un informe de un caso que asocia el uso del aloe con un aborto involuntario. También existe el riesgo de defectos de nacimiento, menstruación, prostatitis, cistitis, hemorroides. En <b>niños</b> menores de 12 años ya que pueden sufrir dolor estomacal, retorcijones y diarrea. <b>Efectos secundarios:</b> Cólicos gastro intestinales.  <b>Precauciones:</b> No tome látex de aloe si tiene cualquiera de estas enfermedades como : Trastornos intestinales como la enfermedad de Crohn ( enfermedad autoinmune que causa inflamación del intestino), la colitis ulcerosa u obstrucción intestinal. Debido a que el látex de aloe irrita los intestinos, no tome látex de aloe si tiene hemorroides ya que podría empeorar la enfermedad. Dosis altas de aloe han estado vinculadas con insuficiencia renal y otras enfermedades graves. El aloe podría afectar los niveles de azúcar en la sangre y podría interferir con el control de azúcar en la sangre durante y después de</li></ul>	



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

<p>una cirugía. Deje de tomar aloe por lo menos 2 semanas antes de una cirugía programada.</p> <p><b>Interacciones con medicamentos:</b></p> <p><b>a.</b> El latex de aloe puede interactuar con la <b>Digoxina</b> aumentando el riesgo de sufrir los efectos secundarios de la digoxina (Lanoxin).</p> <p><b>b.</b> Con los <b>Laxantes estimulantes</b> : El tomar látex de aloe junto con otros laxantes estimulantes puede acelerar la evacuación de los intestinos y producir deshidratación y disminuir la cantidad de minerales en el cuerpo. Algunos laxantes estimulantes incluyen bisacodil (Correctol, Dulcolax), aceite de castor (Purge), senna (Senokot) y otros.</p> <p><b>c.</b> Con los <b>medicamentos para la diabetes (Antidiabéticos)</b> El gel de aloe puede disminuir el nivel de azúcar en la sangre. Los medicamentos para la diabetes también se usan para bajar el azúcar en la sangre. El tomar aloe junto con medicamentos para la diabetes puede bajar demasiado el nivel de azúcar en su sangre. Puede que sea necesario cambiar la dosis de su medicamento para la diabetes. Algunos medicamentos usados para la diabetes incluyen glicempirida (Amaryl), gliburida (Diabeta, Glynase PresTab, Micronase), insulina, metformina (Glucophage), pioglitazona (Actos), rosiglitazona (Avandia), clorpropamida (Diabinese), glipizida (Glucotrol), tolbutamida (Orinase) y otros.</p> <p><b>d. Con medicamentos que se toman por vía oral (Medicamentos orales)</b> El tomar látex de aloe junto con medicamentos que se toman por vía oral puede disminuir la eficacia de estos medicamentos.</p> <p><b>e. Con medicamentos diuréticos</b> El tomar látex de aloe junto con los medicamentos diuréticos puede disminuir demasiado el nivel de potasio en el cuerpo. Algunas de los medicamentos diuréticos incluyen : clorotiazida (Diuril), clortalidona (Thalitone), furosemida (Lasix), hidroclorotiazida (HCTZ, HydroDiuril, Microzide) y otras.</p> <p><b>f. Sevoflurano (Ultane)</b> El sevoflurano se usa como anestesia durante la cirugía. El sevoflurano también disminuye la coagulación de la sangre. El tomar aloe antes de la cirugía puede producir un aumento de pérdida de sangre durante el procedimiento quirúrgico. No tome aloe por vía oral si va a tener cirugía dentro de las próximas 2 semanas.</p> <p><b>g. Warfarina (Coumadin)</b> La diarrea causada por el sen puede aumentar los efectos de la</p>	
---	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

warfarina y aumentar el riesgo de sangrado. Si toma warfarina, no tome cantidades excesivas de látex de aloe.

**Interacciones con hierbas y suplementos:**

**a.Equiseto:** El usar aloe junto con cola de caballo (equiseto) aumenta el riesgo de bajar demasiado los niveles de potasio.

**b.Hierbas laxantes estimulante:** El usar aloe con otras hierbas laxantes estimulantes puede aumentar el riesgo de disminuir demasiado los niveles de potasio. Las hierbas laxantes estimulantes incluyen : la corteza de cáscara sagrada, el aceite de castor, , la raíz de jalapa, , el exudado de la corteza de maná, la raíz de podophillum, la raíz de ruibarbo, las hojas y vainas de senna y la raíz de la lengua de vaca.

**c.Hierbas que contienen glucósidos cardíacos**

Si toma el aloe junto con otras hierbas que contienen sustancias químicas (glucósidos cardíacos) que afectan el sistema eléctrico del corazón puede disminuir demasiado el potasio y afectar el corazón. Las hierbas que contienen glucósidos cardíacos incluyen el eléboro negro, las raíces de cáñamo Canadiense, la hoja de digitalis, la hierba de San Alberto, la escrofularia, las raíces de lirio azul, la agripalma, las hojas de laurel.

**d.Hierbas y suplementos que pueden disminuir el azúcar en la sangre**

El aloe podría disminuir el nivel de azúcar en la sangre. Si se toma junto con otras hierbas y suplementos que pueden disminuir el azúcar en la sangre, puede que en algunas personas el azúcar en la sangre disminuya demasiado. Algunas hierbas y suplementos que pueden bajar el nivel del azúcar en la sangre incluyen el ácido alfa lipoico, la balsamina, el cromo, la garra del diablo, el fenugreco, el ajo, la goma de guar, el castaño de Indias, el Panax gingseng, el psyllium (ispágula), el gingseng Siberiano y otras.

**Interacciones con alimentos:** No se conoce ninguna interacción con alimentos.

**Formas galénicas/posología:**

**Como tónico digestivo y colagogo(** Son los medicamentos que estimulan la expulsión de la bilis retenida en la vesícula):Este



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

efecto se consigue provocando la relajación del esfínter de Oddi y/o estimulando la contracción de la vesícula. A diferencia de los coleréticos que aumentan la producción de bilis.

- polvo: 0,02-0.06g/día.
- Tintura simple: 5-20 gotas/día.

**Como laxante:**

- Polvo: 0.1 g/día
- Purgante drástico: tomar por la noche
- Polvo; 0,2-0.5g/día.

2. **Planta:** Manzanilla

**Nombre científico:** *Matricaria chamomilla*

**Parte utilizada:** capítulos florales.

**Principios activos:** El aceite esencial es rico en: camazuleno, ácido tíglico y varios sesquiterpenos; flavonoides: luteolol, quercetol; cumarinas: umbiliferona, principio amargo.

**Acción Farmacológica:** Las cumarinas y flavonoides le confieren actividad: antiinflamatoria, antimicrobiana, carminativa, espasmolítica, ligeramente sedante. El principio amargo (aperitivo, digestivo). El aceite esencial produce un efecto antiinflamatorio, antiséptico, espasmolítico, carminativo, emenagogo ( aumenta el flujo menstrual) y ligeramente sedante, acciones a las que contribuyen las cumarinas y flavonoides. Los mucílagos son demulcentes y, junto con el camazuleno y bisabolol, tienen un efecto reepitalizante. Las lactonas sesquiterpénicas son responsables de su actividad aperitiva, digestiva y colerética( que activa la producción de bilis). En uso externo es antiinflamatorio, analgésico, cicatrizante y antiséptico.

**Indicaciones:** Gastritis, ulcera gastroduodenal, colitis, espasmos gastrointestinales, inapetencia, náuseas, vómitos, dispepsias hiposecretoras, meteorismo o abultamiento del abdomen por acumulación de gases, disquinesias hepatobiliares o trastornos de la motilidad biliar, colecistitis o inflamación de la pared de la vesícula biliar, colitis o inflamación del colon. Ansiedad, nerviosismo e insomnio (incluso infantil), cefaleas. Bronquitis crónicas, asma.



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

<p>Dismenorreas.</p> <p>En uso externo: blefaritis( inflamación del párpado), conjuntivitis, eczemas( inflamación de la piel), neuralgias, heridas, contusiones, estomatitis, aftas bucales, vulvovaginitis, distrofia de la mucosa vaginal.</p> <p><b>Contraindicaciones:</b> Por vía interna durante el embarazo, la lactancia, a niños menores de seis años o a pacientes con gastritis, úlceras gastroduodenales, síndrome del intestino irritable, colitis ulcerosa, enfermedad de Crohn ( inflamación crónica del intestino) hepatopatías, epilepsia, Parkinson u otras enfermedades neurológicas.</p> <p>No administrar, ni aplicar tópicamente a niños menores de seis años ni a personas con alergias respiratorias o con hipersensibilidad conocida a éste u otros aceites esenciales.</p> <p><b>Efectos secundarios:</b> Puede provocar dermatitis de contacto en personas sensibles y se han informado de casos de anafilaxia entre alérgicos.</p> <p><b>Interacciones con medicamentos :</b> No se conocen si este producto interactúa con algún medicamento.</p> <p><b>Interacciones con hierbas y suplementos:</b> No se conoce ninguna interacción con hierbas y suplementos.</p> <p><b>Interacciones con alimentos:</b> No se conoce ninguna interacción con alimentos</p> <p><b>Formas galénicas/posología:</b></p> <p><b>Uso interno:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Infusión: una cucharada de postre por taza. Infundir diez minutos. Tres o cuatro tazas al día, antes de las comidas.</li><li>➤ Aceite esencial: 2-3 gotas, una a tres veces al día. Recomendamos no superar las 5 gotas por toma.</li><li>➤ Polvo: 300-500 mg por dosis, una a tres tomas al día.</li><li>➤ Extracto fluido (1:1): 20-50 gotas, una a tres veces al día.</li><li>➤ Tintura (1:5): 50-100 gotas, una a tres veces al día.</li><li>➤ Jarabe (5-10% de extracto fluido): 10 a 50 g/día.</li></ul>	
---	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

<p><b>Uso externo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Infusión: 50 a 60 g/l, aplicar en forma de compresas, lociones, lavados, baños oculares (isotonizar), colutorios, irrigaciones vaginales o enemas.</li><li>➤ Extracto glicólico (1:5), extracto fluido incoloro, extracto fluido, tintura, en forma de lociones, geles o cremas.</li></ul> <p>3. <b>Planta:</b> Saw palmetto o palma enana americana. <b>Nombre científico:</b> <i>Serenoa repens</i></p> <p><b>Parte utilizada:</b> bayas maduras o frutos maduros.</p> <p><b>Principios activos:</b> esteroides, lípidos, triterpenos, fenilpropanoide, alcanos, flavonoides, diterpenos, carbohidratos.</p> <p><b>Acción farmacológica:</b> La acción farmacológica de Saw Palmetto se basa en la inhibición de la enzima 5<sup>a</sup> Reductasa y la consiguiente reducción de la hormona DHT (causante en gran medida de la inflamación de la próstata, uretra y la alopecia o Calvicie). Gracias a estas propiedades, los preparados a base de Saw palmetto, son potentes antiandrógenos naturales, que bloquean los efectos negativos de la dehidrotestosterona en el cabello.</p> <p><b>Indicaciones:</b> El Saw Palmetto tiene una específica acción desinflamatoria sobre la próstata y la uretra disminuyendo considerablemente los malestares y permitiendo la permanencia del deseo sexual. Tiene propiedades antiinflamatorias y antiexudativas, diuréticas y antisépticas. hipertrofia prostática benigna, es decir una <u>hiperplasia prostática benigna (HPB)</u> , el cual es un agrandamiento no canceroso de la glándula de la próstata, que suele estar acompañada de dificultades urinarias y micción nocturna frecuente. Si no se trata, la HBP puede aumentar la susceptibilidad a las infecciones urinarias y de vejiga, y a los cálculos renales.</p> <p><b>Contraindicaciones:</b> No está recomendado para niños ni para mujeres embarazadas o en período de lactancia</p> <p><b>Efectos secundarios:</b> Son poco comunes y generalmente leves. Algunos de ellos pueden ser: náuseas, dolor estomacal, mal aliento, constipación, diarrea y vómitos. Se han informado también problemas de erección, dolor testicular y sensibilidad en los senos.</p>	
---	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p><b>Precauciones:</b> Existe cierta preocupación de que pueda interferir con los niveles de PSA de los hombres (antígeno prostático específico), prueba utilizada para detectar el cáncer de próstata. Hable con su médico acerca de este problema. Si sufre de hiperplasia prostática benigna, consulte a su médico para que le indique las dosis apropiadas</p> <p><b>Interacciones.</b> Puede interactuar con medicamentos como la aspirina, el ibuprofeno y el naproxeno. Además en combinación con Ginkgo Biloba y con ajo, puede aumentar seriamente el riesgo de sangrado. No se debe tomar palma enana americana con drogas que afecten los niveles de las hormonas sexuales masculinas (andrógenos), como la finasterida (Proscar®, Propecia®) o flutamida (Eulexin®). En teoría, la palma enana americana puede interferir con las pastillas anticonceptivas o en las terapias de reemplazo hormonal.</p> <p><b>Formas galénicas/posología:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ de 1 a 2 gramos de bayas enteras secas o molidas a diario</li><li>➤ de 2 a 4 mililitros de tintura (1:4) tres veces al día</li><li>➤ de 1 a 2 mililitros de extracto de líquido de pulpa de baya (1:1) 3 veces al día</li><li>➤ té (2 cucharaditas de bayas secas con 24 onzas de agua, hervidas a fuego lento hasta que el líquido se reduzca a la mitad) que se toma en dosis de 4 onzas tres veces al día. El té que se prepara de las bayas de palma enana americana no es potencialmente efectivo, ya que los ingredientes activos no se pueden disolver en agua. Algunos expertos consideran que una preparación que se llama extracto lipidosterólico de <i>Serenoa repens</i> (LSESR) puede causar menos efectos secundarios.</li></ul> <p>4. <b>Planta:</b> Ajo. <b>Nombre científico:</b> <i>Allium sativum</i></p> <p><b>Parte utilizada:</b> Los bulbos jóvenes.</p> <p><b>Principio activo:</b> 0,5% de un aceite volátil constituido por compuestos azufrados (dialildisulfuro, dialiltrisulfuro, metilaliltrisulfuro) y un aminoácido azufrado, inodoro e incoloro llamado aliina (sulfóxido de S-alil.cisteína), alicina</p>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p><b>Acción farmacológica:</b> Diurético, antiséptico, antifúngico, antiagregante, hipocolesterolemiante o aumento de colesterol hipoglicemiante.</p> <p><b>Indicaciones:</b> hipertensión arterial, hipercolesterolemia, prevención de trombosis, hiperglucemia, gripe, bronquitis, infecciones.</p> <p><b>Contraindicaciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ No usar en caso de hipersensibilidad al ajo. Hay que tener especial cuidado con el empleo del extracto de <i>Allium sativum</i> antes y después de una operación y con el empleo de anticoagulantes (tales como warfarina, indometacina y aspirina), ya que el ajo retarda la coagulación de la sangre.</li><li>➤ En embarazo y lactancia: Si se usa en cantidades medicinales. No hay suficiente información confiable acerca de la seguridad de usar ajo sobre la piel si está embarazada o amamantando. Sea precavida y evite su uso.</li><li>➤ <b>En niños:</b> Cuando se toma en dosis altas.</li></ul> <p><b>Efectos secundarios:</b> Olor característico del aliento y del sudor. El consumo de ajos frescos o de las formas extractivas, fuera de las comidas, puede producir molestias gastrointestinales (pirosis o dolor o quemazón en el esófago, náuseas, vómitos o diarrea). Por vía externa el ajo crudo puede producir dermatitis de contacto, por su efecto vesicante. La inhalación de polvo de ajo puede desencadenar accesos asmático.</p> <p><b>Precauciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ El ajo puede producir irritación del tracto gastrointestinal (GI) si tiene problemas estomacales o digestivos</li><li>➤ <b>Cirugía:</b> Hay que tener especial cuidado con el empleo del extracto de <i>Allium sativum</i> antes y después de una operación.</li></ul> <p><b>Interacciones medicamentosas:</b></p>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Isoniazida (INH, Nydrazid)</b> : El tomar ajo junto con medicamentos usados para el VIH/SIDA puede disminuir la eficacia de algunos medicamentos usados para el VIH/SIDA. Algunos de estos medicamentos usados para el VIH/SIDA incluyen nevirapina (Viramune), delavirdina (Rescriptor) y efavirenz (Sustiva).</li><li>➤ Algunas preparaciones de ajo que contienen alicina podrían disminuir la eficacia de la ciclosporina.</li><li>➤ El aceite de ajo puede disminuir la rapidez con que el hígado descompone algunos medicamentos. Algunos medicamentos que son alterados por el hígado incluyen acetaminofen, clorzoxazona (Parafon Forte), etanol, teofilina y fármacos utilizados durante la cirugía tales como enflurano (Ethrane), halotano (Flothane), isoflurano (Forane) y metoxyflurano (Penthrane).</li><li>➤ El tomar ajo junto con medicamentos que son descompuestos por el hígado puede disminuir la eficacia de algunos medicamentos. Algunos medicamentos que son alterados por el hígado incluyen algunos medicamentos para el corazón llamados bloqueadores del canal de calcio (diltiazem, nicardipina, verapamil), medicamentos para el cáncer (etoposida, paclitaxel, vinblastine, vincristina, vindesina), medicamentos anti-hongos (ketoconazol, itraconazol), glucocorticoides, alfentanil (Alfenta), cisaprida (Propulsid), fentanil (Sublimaze), lidocaina (Xylocaine), losartan (Cozaar), midazolam (Versed) y otros.</li><li>➤ El tomar ajo junto con medicamentos que también disminuyen la coagulación puede aumentar las posibilidades de sufrir hematomas y pérdida de sangre.</li><li>➤ El tomar ajo junto con píldoras anticonceptivas podría disminuir la eficacia de las píldoras anticonceptivas. Si toma píldoras anticonceptivas junto con ajo, use un método adicional de control de la natalidad como por ejemplo un condón.  Algunas píldoras anticonceptivas incluyen etinil estradiol y levonorgestrel (Triphasil), etinil estradiol y noretindrona</li></ul>	
--	---	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

(Ortho-Novum 1/35, Ortho-Novun 7/7/7) y otras.

**Interacciones con hierbas y suplementos:**

➤ **Aceites de pescado (que contienen ácido eicosapentaenoico (EPA))**

El aceite de pescado puede retardar la coagulación sanguínea. El ajo también puede retardar la coagulación sanguínea. El tomar ajo y aceites de pescado juntos podría aumentar las posibilidades de sufrir hematomas y pérdida de sangre en algunas personas.

➤ **Hierbas y suplementos que podrían retardar la coagulación sanguínea**

El usar ajo junto con otras hierbas que pueden retardar la coagulación sanguínea podría aumentar las posibilidades de sufrir de hematomas y pérdida de sangre en algunas personas. Estas hierbas incluyen angélica, clavos de olor, salvia miltiorrhiza, jengibre, ginkgo, trébol rojo, cúrcuma, vitamina E, sauce y otras.

**Formas galénicas:**

- tintura: 20-40 gotas al día.
- esencia: 0,2 g en la solución oleosa, alcohólica o en cáp. blandas, 2 veces al día antes de las comidas.
- extracto seco nebulizado: 50-200 mg/día (1 equivale a 7 g de la planta seca).

**RECESO**

**Vamos a un breve receso y regresaremos para continuar hablando acerca de las plantas medicinales.**

**Estamos de regreso para los que nos acaban de sintonizar estamos hablando sobre las Plantas medicinales y la Fitoterapia.**

5. **Planta:** Sen

**Nombre científico:** *Cassia acutifolia*



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p><b>Parte utilizada:</b> hojas, frutos.</p> <p><b>Principio activo:</b> derivados antracénicos: antraquinonas, heterósidos, sobre todo Senósidos A, B, C, D, flavonoides, resina irritante.</p> <p><b>Acción farmacológica:</b> Los derivados antraquinónicos le confieren una acción colagoga( facilita la expulsión de bilis) y laxante a dosis bajas y purgante a dosis mayores. La mayor parte de los heterósidos llegan directamente al colon donde, por la acción de las enzimas de la flora bacterianas liberan las agliconas produciendo irritación de las terminaciones nerviosas de la pared intestinal. La droga actúa en un período de entre 10-12 horas después de su ingesta.</p> <p><b>Indicaciones:</b> Estreñimiento ocasional, situaciones en las que se requiera un vacio intestinal.</p> <p><b>Contraindicaciones:</b> En caso de abdomen agudo( dolor en el abdomen debido a diversas causas entre ellas la apendicitis), obstrucción intestinal, embarazo (por su efecto oxitócico (aumentar las contracciones del musculo uterino) puede producir abortos).</p> <p>En caso de Lactancia (al pasar a la leche materna puede ocasionar diarreas en los lactantes), niños menores de 6 años, menstruación, estados inflamatorios intestinales o uterinos, cistitis, hemorroides, insuficiencia hepática renal o cardíaca.</p> <p><b>Efectos secundarios:</b> Dosis excesivas o uso en personas sensibles a la droga puede producir cólicos intestinales y vómitos.</p> <p><b>Precauciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ El uso excesivo de sen puede empeorar la deficiencia de potasio o deshidratación.</li><li>➤ El sen no debe utilizarse en las personas con deshidratación, diarrea o deposiciones blandas ya que puede empeorar estas afecciones.</li><li>➤ El sen no debe ser utilizado por personas con dolor</li></ul>	
--	---	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

abdominal (diagnosticado o no), obstrucción intestinal, enfermedad de Crohn, colitis ulcerosa, apendicitis, inflamación del estómago, prolapso anal o hemorroides. El sen puede producir trastornos electrolíticos y puede empeorar las enfermedades cardíacas.

**Interacciones:**

➤ **Digoxina (Lanoxin)**

. Los laxantes estimulantes como el sen pueden disminuir los niveles de potasio en el cuerpo. Los niveles bajos de potasio pueden aumentar los efectos secundarios de la digoxina (Lanoxin).

➤ **Diuréticos (Medicamentos diuréticos)**

El tomar sen junto con "píldoras de agua" o diuréticos podría disminuir demasiado el nivel de potasio en el cuerpo.

Algunos diuréticos que pueden disminuir el potasio incluyen clorotiazida (Diuril), clortalidona (Thalitone), furosemida (Lasix), hidroclorotiazida (HCTZ, Hydrodiuril, Microzide) y otras.

➤ **Warfarina (Coumadin)**

La diarrea causada por el sen puede aumentar los efectos de la warfarina y aumentar el riesgo de sangrado. Si usted toma warfarina, no tome cantidades excesivas de sen.

➤ **Formas galénicas:**

Se utilizan las hojas y a veces los frutos. Los derivados antraquinónicos le confieren una acción colagoga y laxante, a dosis bajas y purgantes a dosis mayores.

- Infusión: 5 a 20 g/litro, 1-2 tazas al día.
- Polvo: 100-300 mg, 1-4 veces al día, en cápsulas.
- Extracto fluido (1:1): 0,5 a 3 g/día.
- Extracto seco (4:1): 0,5 a 2 g/día (1 g equivale a 4 g de planta seca).
- Jarabe (5% de extracto fluido): 15 a 30 g al día.
- Enema, con infusión: 15 a 20 g/litro. Efecto inmediato.

6. **Planta:** Valeriana

**Nombre científico:** *Valeriana officinalis*



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p><b>Parte utilizada:</b> rizoma y raíces.</p> <p><b>Principios activos:</b> aceite esencial: pineno, canfeno, valeranona, ácidos valérenicos e isovaleriánicos borneol, miternol, vallenol, cetonas sesquiterpénicas; heterósidos, ésteres iridiodes: valtrato.</p> <p><b>Acción farmacológica:</b> Equilibrador del sistema nervioso, acción espasmolítica. sedante, hipnótica, anticonvulsiva.</p> <p><b>Indicaciones:</b> ansiedad, taquicardia, depresión, coadyuvante en tratamiento de convulsiones infantiles y epilepsia, broncoespasmos de origen nervioso.</p> <p><b>Contraindicaciones:</b> No es recomendable para personas con problemas hepáticos, o que toman medicamentos para tratar el hígado.</p> <p><b>Efectos secundarios:</b> Dolor de cabeza, excitabilidad, intranquilidad y aún insomnio. Algunas personas se sienten lentas en la mañana después de tomar valeriana, especialmente si toman dosis altas. Es mejor no manejar u operar maquinarias peligrosas después de tomar valeriana. Se desconoce la seguridad del uso a largo plazo de la valeriana. Para evitar posibles efectos secundarios al discontinuar el uso de la valeriana -después del uso a largo plazo-, es mejor disminuir la dosis en forma gradual durante una o dos semanas antes de dejar de tomarla completamente.</p> <p><b>Advertencias y precauciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Embarazo y lactancia:</b> No hay suficiente información sobre la seguridad del uso de la valeriana durante el embarazo o la lactancia. Sea precavida y evite su uso.</li><li>➤ <b>Cirugía:</b> La valeriana retarda el sistema nervioso central. La anestesia y los otros medicamentos que se usan durante la cirugía también afectan al sistema nervioso. Los efectos combinados podrían ser dañinos. Deje de tomar valeriana por lo menos 2 semanas antes de tener un procedimiento</li></ul>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p>quirúrgico.</p> <p><b>Interacciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ <b>Alcohol</b> El alcohol puede producir somnolencia. La valeriana también puede producir somnolencia. El tomar grandes cantidades de valeriana junto con alcohol podría causar mucha somnolencia.</li><li>➤ <b>Alprazolam (Xanax)</b> El tomar valeriana junto con alprazolam (Xanax) podría aumentar los efectos y efectos secundarios del alprazolam (Xanax) tales como la somnolencia.</li><li>➤ <b>Medicamentos sedantes (Benzodiazepinas)</b> El tomar valeriana junto con medicamentos sedantes podría causar demasiada somnolencia. Algunos de estos medicamentos sedantes incluyen alprazolam (Xanax), clonazepam (Klonopin), diazepam (Valium), lorazepam (Ativan), midazolam (Versed), temazepam (Restoril), triazolam (Halcion), y otros.</li><li>➤ <b>Medicamentos sedantes (Depresores del SNC)</b> El tomar valeriana junto con los medicamentos sedantes que se usan en cirugía podría producir sedación prolongada. Algunos de los medicamentos sedantes incluyen pentobarbital (Nembutal), fenobarbital (Luminal), secobarbital (Seconal), tiopental (Penthotal), fentanyl (Duragesic, Sublimaze), morfina, propofol (Diprivan), y otros.</li><li>➤ <b>Medicamentos alterados por el cuerpo (Sustratos de citocromo P450 3A4 (CYP3A4))</b> El tomar valeriana junto con algunos medicamentos que son descompuestos por el hígado puede aumentar los efectos y efectos secundarios de estos medicamentos. Algunos de los medicamentos modificados por el hígado incluyen lovastatina (Mevacor), ketoconazol (Nizoral), itraconazol (Sporanox), fexofenadina (Allegra), triazolam (Halcion), y muchos otros. Mejor Consulte con su médico antes de tomar valeriana</li></ul> <p><b>Interacciones con hierbas y suplementos:</b></p> <p><b>Hierbas y suplementos con propiedades sedantes (Pueden causar somnolencia)</b></p>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

En algunas personas el uso de valeriana junto con otras hierbas y suplementos que actúan como sedantes podría producir demasiada somnolencia. Algunas de estas hierbas y suplementos con efectos sedantes incluyen el cálamo, la amapola Californiana, la hierba gatera, la kava, el L-triptofano, la melatonina, la salvia, la hierba de San Juan, el saсаfrás, la escularia, y otras.

**Interacciones con alimentos**

No tome alcohol cuando esté usando valeriana.

**Formas galénicas/posología:**

- infusión: una cucharada de postre por taza, infundir 15 minutos. Tres tazas por día.
- macerado: 100 g. en un litro de agua tibia. Dejar macerar durante 12 horas. Dos o tres tazas al día, después de las comidas.
- extracto fluido: 10 a 20 gotas, 2 a 4 veces al día.
- suspensión integral de planta fresca: 2,5 cc. Tres veces al día.
- extracto seco nebulizado: 0,3 a 2 g/día (1 g equivale a 4 g de planta seca)
- polvo de raíz: 1 a 4 g al día.

7. **Planta:** Salvia

**Nombre científico:** *Salvia officinalis*

**Parte utilizada:** hojas y sumidades floridas.

**Principio activo:** aceite esencial, rico en tujona, polifenoles, flavonoides, apigenol, ácidos fenólicos (cafeico, clorogénico, rosmarínico).

**Acción farmacológica:**

- La salvia ejerce una acción colerética (aumenta la secreción biliar), antiespasmódica y relajante de los músculos del estómago y el intestino. El aceite de salvia es antiséptico.
- Posee propiedades beneficiosas para las fermentaciones intestinales, vientre hinchado, eructos, inapetencia, digestiones lentas.



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ La salvia por su contenido en fitoestrógenos se usa para las reglas irregulares, dismenorrea, amenorrea, leucorrea o aumento del flujo vaginal.</li><li>➤ Normaliza la función menstrual de la mujer ya que en reglas irregulares, poco abundantes o dolorosas, la salvia ayuda a provocar y regularizar la menstruación.</li><li>➤ Mejora también los síntomas de la menopausia, especialmente los sofocos.</li><li>➤ El aceite esencial actúa sobre las glándulas sudoríparas y, por lo tanto, disminuye la sudoración excesiva que se produce, en especial durante la menopausia.</li><li>➤ Posee una ligera función hipoglucemiante (mejora la diabetes).</li><li>➤ Infecciones de la boca y faringe.</li><li>➤ <u>En uso externo</u>: estomatitis, faringitis, heridas, distrofia de la mucosa vulvovaginal.</li><li>➤ Una frotación en el pecho con su aceite esencial y un poquito de aceite de oliva es muy útil para los trastornos respiratorios (bronquitis, etc.)</li></ul> <p><b>Indicaciones:</b> Estomatitis (enjuagues bucales), paradontopatía o afección de los tejidos alrededor de un diente (enjuagues bucales), inflamaciones bucofaríngeas (enjuagues bucales), faringitis (enjuagues bucales), amigdalitis (gargarismos), meteorismo, flatulencia, dermatitis (uso externo), herpes (uso externo), diabetes, infección, amenorrea, dismenorrea, leucorrea, vulvovaginitis (uso externo), distrofia de la mucosa vulvovaginal (uso externo), menopausia, inapetencia, astenia, anorexia, etc.</p> <p><b>Efectos secundarios:</b> En personas hipersensibles a los componentes de los aceites esenciales de esta planta, podría ocasionar fuertes dolores estomacales, con presencia de diarrea, mareos, vómitos a grandes dosis.</p> <p><b>Contraindicaciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ En caso de Embarazo, lactancia, insuficiencia renal,</li></ul>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p>tumores mamarios estrógeno dependientes. Tratamientos farmacológicos con estrógenos.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ No utilizar formas de dosificación con contenido alcohólico a niños menores de dos años ni a personas con problemas etílicos.</li><li>○ No utilizar o aplicar tópicamente a niños menores de seis años ni a personas con alergias respiratorias o con hipersensibilidad conocida a su aceite esencial.</li></ul> <p><b>Precauciones:</b></p> <p>Si lo utilizan personas con diabetes, el médico deberá controlar el azúcar en sangre por si hay que ajustar las dosis de insulina o de los antidiabéticos orales.</p> <p>La terapia con aceite esencial de salvia puede aumentar o disminuir la presión arterial. Se sugiere precaución en pacientes que consumen medicamentos que afectan la presión arterial.</p> <p>La salvia podría aumentar el riesgo de hemorragia. Se sugiere precaución en pacientes con trastornos hemorrágicos o en aquellos que consumen medicamentos que podrían aumentar el riesgo de hemorragia. Podría ser necesario realizar ajustes en la dosis.</p> <p>Podría haber somnolencia y efectos sedativos. Usar con precaución si conduce u opera maquinaria pesada o si consume ciertos sedantes o antidepresivos</p> <p><b>Interacciones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li><input type="checkbox"/> La terapia de aceite esencial de salvia podría elevar o reducir la presión arterial. Se sugiere precaución en pacientes que consumen medicamentos que afectan la presión arterial.</li><li><input type="checkbox"/> La salvia podría aumentar el riesgo de hemorragia cuando se consumen medicamentos que aumentan el riesgo de hemorragia. Algunos ejemplos incluyen aspirina, anticoagulantes como warfarina (Coumadin®) o heparina, antiagregantes plaquetarios como clopidogrel (Plavix®), y medicamentos antiinflamatorios no esteroides como ibuprofeno (Motrin®, Advil®) o naproxeno</li></ul>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p>(Naprosyn®, Aleve®)</p> <p>La salvia podría interactuar con los agentes del Alzheimer, medicamentos contra la ansiedad, antibióticos, anticolinérgicos, agentes anticonvulsivantes, antimicóticos, agentes antiinflamatorios, antiprotozoarios, antivirales</p> <p>La salvia podría aumentar la efectividad de la alfalfa, antioxidantes, ruibarbo, zumaque y hierbas con efectos protectores para el estómago y los intestinos (efectos gastroprotectores).</p> <p><b>Formas galénicas/posología:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ infusión: una cucharada de postre por taza, infundir 15 minutos. Tres tazas por día.</li><li>➤ macerado: 100 g. en un litro de agua tibia. Dejar macerar durante 12 horas. Dos o tres tazas al día, después de las comidas.</li><li>➤ extracto fluido: 10 a 20 gotas, 2 a 4 veces al día.</li><li>➤ suspensión integral de planta fresca: 2,5 cc. Tres veces al día.</li><li>➤ extracto seco nebulizado: 0,3 a 2 g/día (1 g equivale a 4 g de planta seca)</li><li>➤ polvo de raíz: 1 a 4 g al día.</li></ul> <p>8. <b>Planta:</b> Jengibre <b>Nombre científico:</b> <i>Zingiber officinalis</i> <b>Parte utilizada:</b> raíces y rizomas</p> <p><b>Principio activo:</b> Aceite esencial (0,5 a 3%), de composición muy variable según el origen de la planta: derivados monoterpénicos (beta-felandreno, alcanfor, cineol, citral, geranial, borneol, linalol) y sesquiterpénicos (zingibereno, ar-curcumeno, beta-bisaboleno, farneseno). Oleorresina (5 a 8%): principios picantes: gingeroles, shogaoles (fenilalcanonas), gingerenonas A, B y C (diarilheptanoides)</p> <p><b>Acción farmacológica:</b> Amargo-aromático, con un efecto</p>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p>aperitivo, estimulante de la digestión, colagogo. Antigastrálgico, antiulceroso, sialagogo (aumenta la secreción salivar y su contenido en ptialina y mucina), carminativo, espasmolítico, antitusivo, expectorante, antipirético, laxante (estimula el peristaltismo y el tono de la musculatura intestinal), hipolipemiente e hipoglucemiante. Los gingeroles y shogaoles presentan una potente acción antiemética, superior a la del dimenhidrinato (Wichtl).</p> <p>Tópicamente produce un efecto rubefaciente, analgésico.</p> <p><b>Indicaciones:</b> vómitos, Inapetencia, dispepsias hiposecretoras, úlcera gastroduodenal, meteorismo, disquinesias hepatobiliares. Hiperemesis gravídica, vértigos, mareo por transporte. Gripe, resfriados, faringitis, rinitis. Diabetes, prevención de la arteriosclerosis.</p> <p>En uso tópico: Inflamaciones osteoarticulares, mialgias, contracturas musculares, neuralgias, odontalgia.</p> <p><b>Contraindicaciones:</b> No prescribir el aceite esencial por vía interna durante el embarazo, la lactancia, a niños menores de seis años o a pacientes con gastritis, úlceras gastroduodenales, síndrome del intestino irritable, colitis ulcerosa, enfermedad de Crohn, hepatopatías, epilepsia, Parkinson u otras enfermedades neurológicas.</p> <p>No administrar, ni aplicar tópicamente a niños menores de seis años ni a personas con alergias respiratorias o con hipersensibilidad conocida a éste u otros aceites esenciales.</p> <p>No prescribir formas de dosificación con contenido alcohólico para administración oral a niños menores de dos años ni a consultantes en proceso de deshabitación etílica.</p> <p>Debido al <b>efecto anticoagulante del jengibre</b>, su consumo se encuentra contraindicado en personas que reciben medicación anticoagulante como <b>warfarina, aspirina, ticlopidina, pentoxifilina, heparina</b>, etc; ya que el jengibre podría potenciar aún más dicho efecto.</p> <p><b>Efectos secundarios:</b> El jengibre, al igual que la <u>cebolla</u> o el <b>ajo</b>,</p>	
--	---	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

pueden inhibir la coagulación de la sangre por lo que se puede presentar sangrado. Pero si éste se administra en cantidades que normalmente se utilizan a nivel culinario, no se observan efectos significativos sobre la coagulación. Además se puede presentar erupción, picazón, hinchazón en la lengua, los labios o la garganta, diarrea, acidez estomacal, dolor de cabeza, descompostura estomacal.

**Precauciones:**

El uso del jengibre como antiemético, especialmente durante el embarazo, debe hacerse por prescripción médica.

Tener en cuenta el contenido alcohólico del extracto fluido y de la tintura.

**Formas galénicas/posología:**

Uso interno:

- Decocción: 3g/taza. Hervir 5 minutos. Tres tazas al día, entre comidas.
- Polvo: 2 g/día, en dos o tres tomas.
- Aceite esencial: 1 a 3 gotas sobre un terrón de azúcar, en solución oleosa o hidroalcohólica, una a tres veces al día.
- Extracto fluido (1:1): 25 gotas, una a tres veces al día.
- Tintura (1:5): 50 gotas, una a tres veces al día.
- Extracto seco (5:1): 200-400 mg/día, en dos o tres tomas.

Uso tópico:

- Decocción al 5%, aplicada en forma de gargarismos o compresas.
- Tintura (1:5): en forma de fricciones o diluida al 5%, para gargarismos.
- Aceite esencial, en solución alcohólica u oleosa.
- 

**• PRECAUCIONES GENERALES EN EL USO DE PLANTAS MEDICINALES**

Hay que tener ciertas precauciones con el uso de estos productos,



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

pues se ha notificado de algunos acontecimientos adversos tras el uso de determinados medicamentos herbarios, para los que se han propuesto diversas explicaciones posibles, como el uso inadvertido de especies vegetales equivocadas, la adulteración con otros medicamentos o sustancias de gran potencia no declarados, la contaminación con sustancias tóxicas o peligrosas no declaradas, la sobredosificación, el uso inadecuado por el personal sanitario o los consumidores y el consumo simultáneo con otros medicamentos con el resultado de interacciones farmacológicas adversas. Entre los acontecimientos adversos atribuibles a la calidad deficiente de los productos acabados, algunos se deben claramente al uso de materias primas vegetales medicinales de calidad insuficiente.

Entre las precauciones que tenemos que mencionar en este programa están los efectos secundarios que se pueden presentar en los consumidores. Además el uso prolongado de algunas plantas medicinales puede causar daño a largo plazo. Por otro lado se les sugiere a los consumidores de estas plantas que deben efectuar consultas a nivel de las oficinas de farmacia en caso de estar tomando otros medicamentos como por ejemplos los indicados para tratar la hipertensión, diabetes y otras enfermedades crónicas.

**ENTRE LAS INTERACCIONES GENERALES:**

Es cierto que las plantas medicinales y sus derivados suelen presentar un margen terapéutico amplio, pero eso no significa que estén exentas de efectos adversos, interacciones y contraindicaciones como hemos mencionado anteriormente.

Las plantas ricas en mucílagos deben administrarse con una cantidad suficiente de agua. Las plantas con acción sobre el sistema nervioso central no deben ingerirse con bebidas alcohólicas.

Las plantas ricas en fibra pueden disminuir la absorción de otros fármacos, por lo que habría que distanciar la toma de ambos, por ejemplo, en una hora.

Es cierto que las plantas medicinales y sus derivados suelen presentar un margen terapéutico amplio, pero eso no significa que estén exentas de efectos adversos, interacciones y contraindicaciones.

**RECOMENDACIONES:**

- Debemos como farmacéuticos, informar al paciente de los beneficios y riesgos que pueden derivar del consumo de las



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p>mismas.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Que las plantas medicinales, como medicamentos que son, deben ser controladas en todo momento por un farmacéutico. De allí que “La Atención Farmacéutica” se sustenta sobre tres pilares, que son:</li><li>• <b>Dispensación activa.</b> Entrega de la planta en condiciones óptimas y de acuerdo a la normativa legal vigente. En este proceso se debe informar al paciente acerca de la planta que va a utilizar.</li><li>• <b>Indicación farmacéutica.</b> Resolución de consultas del paciente, bien acerca de la planta o bien acerca del tratamiento de una enfermedad con plantas. El farmacéutico deberá indicar al paciente la actitud más adecuada para resolver su problema de salud, y en su caso seleccionar una planta. También deberá resolver las dudas planteadas por el usuario o las carencias de información detectadas por el farmacéutico.</li><li>• <b>Seguimiento farmacoterapéutico.</b> Es la obtención de la información personal y sanitaria del paciente, y su entrecruzamiento, con el fin de optimizar los tratamientos con plantas y evitar problemas asociados a su consumo.</li></ul> <p><b>Despedida</b> Recuerden estimados oyentes que para cualquier consulta pueden llamarnos al Centro de Investigación e Información de Medicamentos y Tóxicos (CIIMET) al teléfono 523-6312. También nos pueden escribir a la dirección <a href="mailto:farmacia.ciimet_up.ac.pa">farmacia.ciimet_up.ac.pa</a> Gracias por la atención dispensada y será hasta el próximo programa. Que tengan buenos días.</p> <p><b>BIBLIOGRAFÍA:</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Gennaro, Alfonso. Remington Farmacia. 20<sup>a</sup> edición., Editorial Médica Panamericana, 2003.</li><li>2. <a href="http://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/categorias/Paginas/introduccionalafitoterapia.aspx">http://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/categorias/Paginas/introduccionalafitoterapia.aspx</a>. Fecha de consulta: 9-2-2013.</li><li>3. Coloma BarbeRocabert. Preparados farmacéuticos y Parafarmacéuticos: Bases tecnológicas y documentadas. España. Editorial Masson. 2001.</li><li>4. <a href="http://www.who.int/medicinedocs/pdf/s5527s/s5527s.pdf">http://www.who.int/medicinedocs/pdf/s5527s/s5527s.pdf</a>.</li></ol>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

	<p>Fecha de consulta: 11-2-2013.</p> <p>5. <b>Directrices de la OMS sobre buenas prácticas agrícolas y de recolección (BPAR) de plantas medicinales</b> Organización Mundial de la Salud Ginebra. Fecha de consulta: 9-2-2013.</p> <p>6. <a href="http://www.bvsde.paho.org/bvsapi/e/proyectreg2/paises/costarica/medicina.pdf">http://www.bvsde.paho.org/bvsapi/e/proyectreg2/paises/costarica/medicina.pdf</a>. Fecha de consulta: 10-2-2013.</p> <p>7. <a href="http://www.urosario.edu.co/urosario_files/9b/9bf295c2-1e4c-4c70-9af2-482a1501d043.pdf">http://www.urosario.edu.co/urosario_files/9b/9bf295c2-1e4c-4c70-9af2-482a1501d043.pdf</a>. Fecha de consulta: 12-2-2013.</p> <p>8. <a href="http://salud.cibercuba.com/2008/07/26/1289/medicina_herbaria_o_fitoterapia">http://salud.cibercuba.com/2008/07/26/1289/medicina_herbaria_o_fitoterapia</a>.</p> <hr/> <p>9. <a href="http://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/categorias/Paginas/introduccionafitoterapia.aspx">http://www.portalfarma.com/Profesionales/campanaspf/categorias/Paginas/introduccionafitoterapia.aspx</a>. Fecha de consulta : 10-9-2013.</p> <p>9. Gaceta Oficial: N° 24 218: La ley 1 de 10 de enero de 2001. “Sobre Medicamentos y otros productos para la salud humana”. Panamá.</p> <p>10. <a href="http://www.binasss.sa.cr/seguridad/articulos/plantasmedicinales.pdf">http://www.binasss.sa.cr/seguridad/articulos/plantasmedicinales.pdf</a></p> <p>11. Sharapin, Nikolai. Fundamentos de Tecnología de Productos Fitoterapéuticos . Quebecor-Impreandes. Colombia. 2000.</p> <p>12. Solís, P.; Suárez, O. <b>Plantas medicinales para la Atención Primaria de Salud.</b> Proyecto Tramil-Ciflorpan Minsa. Panamá. 2005.</p> <p>13. <u>Sabal Serrulata (o Saw Palmetto)   Fitonutrición</u> <a href="http://fitonutricion.wordpress.com/articulos/saba">fitonutricion.wordpress.com/articulos/saba</a>. Fecha de consulta: 27-10-2013</p> <p>14. : <a href="http://www.answers.com/topic/jengibre-o-zingiber-officinale-en-sus-formas-de-dosificaci-n-oral#ixzz2jgg1zwhR">http://www.answers.com/topic/jengibre-o-zingiber-officinale-en-sus-formas-de-dosificaci-n-oral#ixzz2jgg1zwhR</a>.</p> <p>Fecha de consulta: 4-11-2013.</p> <p>15. : <a href="http://www.answers.com/topic/jengibre-o-zingiber-officinale-en-sus-formas-de-dosificaci-n-oral#ixzz2jgg1zwhR">http://www.answers.com/topic/jengibre-o-zingiber-officinale-en-sus-formas-de-dosificaci-n-oral#ixzz2jgg1zwhR</a>.</p> <p>Fecha de consulta: 4-11-2013.</p>	
--	--	--



UNIVERSIDAD DE PANAMÁ  
FACULTAD DE FARMACIA  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN E INFORMACIÓN DE MEDICAMENTOS Y TÓXICOS (CIIMET)  
Teléfono 523-6312

\_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Firma del Colaborador