



Universidad de Ciencias Médicas
Facultad de Ciencias Médicas de Bayamo
Granma
Evento Científico AMBIMED 2022



ARTÍCULO DE REVISIÓN

La fitoterapia como una alternativa saludable

Phytotherapy as a healthy alternative

Autores:

Déborah Mitjans-Hernández^{*1}, <https://orcid.org/0000-0002-2539-4961>

Eduardo Antonio Hernández-González¹, <https://orcid.org/0000-00017325-6099>

¹Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Facultad de Ciencias Médicas “Dr. Ernesto Che Guevara de la Serna”. Pinar del Río, Cuba.

*Autor para la correspondencia Déborah Mitjans-Hernández. Correo electrónico: deborahmitjans@gmail.com. Teléfono: 55627616.

RESUMEN

Introducción: la medicina natural y tradicional establecer el equilibrio entre el individuo y el universo, para mantener la salud. La fitoterapia o herbolaria es una de las modalidades más empleada dentro de ella. Se define como la utilización de plantas medicinales o partes de estas para la prevención y control. En Cuba se utiliza en gran manera con el propósito de contribuir a mejorar el estado de salud de la población.

Objetivo: describir la fitoterapia como una alternativa saludable

Método: se realizó una búsqueda de información en las bases de datos SciELO, Scopus, PubMed, BASE y Redib en el período de octubre a noviembre del año 2022. De 30 referencias bibliográficas, se citaron 20 referencias.

Desarrollo: la fitoterapia es una alternativa natural para la disminución del dolor y de la inflamación, no dañan los tejidos y algunas plantas con fines curativos se encuentran la manzanilla, la caléndula, el romerillo, la sábila, naranja agria, eucalipto, orégano, toronjil entre otros. El uso de plantas medicinales es de importancia en el sistema sanitario actual y futuro, dada la tendencia en la demanda de productos naturales con fines medicinales.

Conclusiones: la fitoterapia es una alternativa contra las enfermedades. Se emplea en diferentes países como por ejemplo Cuba. La historia y la evolución han permitido que disímiles plantas tengan un carácter de aliviar y sanar a las personas contribuyendo a mejorar el estado de salud de una forma económica y sana.

Palabras clave: Fitoterapia; Plantas medicinales; Medicina herbaria

ABSTRACT

Introduction: natural and traditional medicine establish the balance between the individual and the universe, to maintain health. Phytotherapy or herbalism is one of the most used modalities within it. It is defined as the use of medicinal plants or parts thereof for prevention and control. In Cuba it is widely used in order to help improve the health status of the population.

Objective: to describe phytotherapy as a healthy alternative

Method: an information search was carried out in the SciELO, Scopus, PubMed, BASE and Redib databases in the period from October to November 2022. Of 30 bibliographic references, 20 references were cited.

Development: phytotherapy is a natural alternative for reducing pain and inflammation, it does not damage tissues and some plants for healing purposes include chamomile, calendula, rosemary, aloe vera, bitter orange, eucalyptus, oregano, lemon balm among others. The use of medicinal plants is of importance in the current and future health system, given the trend in the demand for natural products for medicinal purposes.

Conclusions: Phytotherapy is an alternative against diseases. It is used in different countries such as Cuba. History and evolution have allowed dissimilar plants to have a character of relieving and healing people, contributing to improve health status in an economical and healthy way.

Keywords: Phytotherapy; Medicinal plants; herbal medicine

INTRODUCCIÓN

La medicina natural y tradicional (MNT) está relacionada con hombre y su lucha por la supervivencia. Se considera la especialidad que incluye un conjunto de métodos y técnicas terapéuticas que consisten en restablecer el equilibrio entre el individuo y el universo, para mantener la salud y prevenir, diagnosticar y tratar enfermedades.⁽¹⁾

La fitoterapia o herbolaria es una de las modalidades más empleada dentro de la MNT, es la utilización de plantas medicinales o partes de estas para la prevención, control y tratamiento de problemas de salud. En ella existen diversos tipos de administración por vía oral o vía dérmica.⁽¹⁾

Paracelso, el padre de la Farmacología Química, fue el primero en señalar en el siglo XVI, que las propiedades medicinales de las plantas radican en sus principios activos, aislables por técnicas alquímicas. A principios del siglo XX se produjo una disminución en el uso de la medicina natural debido al gran auge de los avances científicos sobre

todo en el ámbito de la química, por lo que se incrementó el uso de las sustancias de síntesis.⁽²⁾

Según la Organización Mundial de la Salud, el uso de los medicamentos herbarios están ampliamente reconocido como inocuo y eficaz y abarcan las hierbas, material herbario, preparaciones herbarias y productos herbarios acabados, que contienen como principios activos partes de plantas u otros materiales vegetales, o combinaciones de esos elementos.⁽³⁾

La medicina herbaria se utiliza desde tiempos remotos para curar o aliviar las enfermedades, dando lugar a los fitofármacos, y es apreciada por ser económico y por los reducidos índices de toxicidad, en comparación con los productos de síntesis.⁽⁴⁾

En la actualidad países como Chile y Colombia muestran que sus poblaciones utilizan la medicina tradicional en 71% y 40% respectivamente y en la India el 65% de la población rural utiliza las plantas medicinales para atender sus necesidades primarias de salud.⁽⁵⁾ En Cuba se utiliza en gran manera la fitoterapia para la prevención, promoción, curación y rehabilitación con el propósito de contribuir a mejorar el estado de salud de la población.

Por la necesidad de seguir investigando sobre la fitoterapia y los diferentes tratamientos que permite ante enfermedades, y se ha convertido en uno de los diagnósticos más eficaces en los problemas de salud, se realiza la revisión bibliográfica, que tiene como objetivo describir la fitoterapia como una alternativa saludable.

MÉTODO

Se realizó una búsqueda de información en las bases de datos SciELO, Scopus, PubMed, BASE y Redib en el periodo de octubre a noviembre del año 2022. Para la búsqueda de la información se emplearon los términos “Fitoterapia”; “Plantas medicinales”; “Medicina herbaria” así como sus traducciones en inglés; combinados mediante operadores booleanos, para ampliar los resultados de búsqueda en base de datos siendo los más utilizados AND, OR y NOT.

Se emplearon artículos publicados en el período restringido a los años comprendidos entre 2017 a 2022. De 30 referencias bibliográficas y páginas encontradas mediante los descriptores en ciencias de la salud, se citaron 20 referencias que cumplieron los criterios de valides: estar aprobado por una institución reconocida, estar soportado por teorías o métodos de investigación científica, relevancia y actualidad de los artículos.

DESARROLLO

La fitoterapia es una alternativa natural para la disminución del dolor y de la inflamación no dañan los tejidos, no existe posibilidad de infección, no se produce dolor, no tiene efecto secundario negativo, y sus resultados son seguros y fiables. Las plantas medicinales se comportan como verdaderos fármacos ya que las sustancias químicas que las componen pueden tener una actividad biológica en humanos.^(6,7)

Plantas medicinales y algunos de sus usos:

-La manzanilla, dentro de ella existen diferentes variedades de las que se encuentran: *Chamaemelum nobile*, utilizada para curar heridas, *Helichrysum stoechas*, empleda como anticatarral, en alergias respiratorias, bronquitis, rinitis, sinusitis, amigdalitis, gastritis, hepatitis, cistitis, uretritis, eczemas, conjuntivitis, periodontopatías, candidiasis y otras dermatomycosis y *Tanacetum parthenium* manzanilla de huerta o altamilla, especie utilizada como diurético y frente a infecciones del tracto urinario.⁽⁸⁾

-La caléndula tiene grandes beneficios si se le utiliza de forma adecuada. Esta a su vez puede disminuir el dolor o riesgo de dermatitis por radiación y dermatitis del pañal. Mejorar los padecimientos cutáneos que causan resequead y descamación en los labios. La flor de caléndula tiene una acción antiinflamatoria y fuertemente cicatrizante cuando se aplica de forma tópica.⁽⁹⁾

-La acción terapéutica del romerillo (*Podocarpus oleifolius*) como antiulceroso, antifúngico y antibacteriano en piel y mucosas está fundamentada experimentalmente. En el campo estomatológico sus propiedades más reconocidas son cicatrizantes, antiinflamatorias, antisépticas y bactericidas. También puede ser analgésica,

expectorante, antiasmático, antiviral, laxante, cicatrizante, diurético, antioxidante, sedante, antidiarreico, astringente y antiparasitario. ^(10,11)

-En cuanto a la sábila, se conoce que es precursora de la granulación, la epitelización y la regeneración de piel y mucosas. Produce un efecto estimulante del debilitamiento de los fenómenos inflamatorios secundarios.⁽¹⁰⁾ Las personas que utilizan el gel transparente de la sábila de forma tópica en cremas y ungüentos para tratar quemaduras, la psoriasis e incluso el acné.

-La especie *Citrus x aurantium* L. (naranja agria) es una de las plantas que más se utilizan en el mundo por su gran variedad de usos terapéuticos: para la indigestión, trastornos circulatorios, insomnio, erupciones cutáneas, fortalecimiento del sistema nervioso. Además acelera el metabolismo, reduce la grasa corporal, alivia enfermedades respiratorias, colitis, estreñimiento, insuficiencia renal y hepática, fortalece los vasos sanguíneos.⁽¹²⁾

-Las hojas del eucalipto (*Eucalyptus globulus*) se pueden utilizar para realizar inhalaciones de vapor de agua, tomar infusiones o preparaciones de jarabes, alivia algunos síntomas de las enfermedades del tracto respiratorio, como enfermedades de los bronquios, asma y otras afecciones respiratorias. También para el control de la diabetes, cistitis y vaginitis (en forma oral o duchas locales), y dermatitis de cualquier origen. ⁽¹³⁾

-El orégano (*Origanum vulgare*) posee aceites esenciales como el carvacrol y timol, que tienen una buena capacidad antioxidante y antimicrobiana contra patógenos como *Salmonella typhimurium*, *Escherichia coli*, *Staphylococcus aureus* y *Staphylococcus epidermidis*, contribuyendo de esta manera a una mejora en la salud intestinal. ⁽¹⁴⁾

-Las plantas del género *Melissa officinalis* (toronjil) son muy utilizadas en diversas preparaciones aromáticas por sus propiedades carminativas y sedantes, como estimulante digestivo y son indicadas en el tratamiento de espasmos gastrointestinales; sus hojas también presentan actividad antibacteriana y antiviral. ⁽¹⁵⁾

Enfermedades y síntomas asociadas con plantas medicinales:

Las enfermedades osteomusculares como los dolores reumáticos y fracturas son tratadas con la ortiga (*Urtica urens* L.), almendra (*Terminalia catappa* L.) y ají de gallinaza (*Capsicum pubescens* L.), cuyas hojas son utilizadas en forma de infusión y emplastos. La *Urtica urens* L. también se utiliza para tratar dolores estomacales y cólicos; la *Capsicum pubescens* L., a más de otros usos, es muy utilizada para la artritis.⁽¹⁶⁾

Síntomas como los cólicos menstruales son tratadas con canela (*Cinnamomum zeylanicum*), toronjil, mastranto, zaragoza (*Glycyrrhiza glabra*), ajeno (*Artemisia absinthium*), de las cuales utilizan, en el caso de la canela la cáscara y en las demás plantas las hojas en forma de infusión, y son administradas vía oral; el *Artemisia absinthium* también se utiliza en otros problemas digestivos, como náuseas, pérdida de apetito.⁽¹⁷⁾

Para calmar los nervios utilizan hierbaluisa (*Cymbopogon citratus*), canela (*Cinnamomum zeylanicum*), limón (*Citrus limon*), orégano (*Origanum vulgare* L.) y la valeriana (*Valeriana officinalis*). De la primera usan las hojas, de la segunda utilizan las cáscaras, del tercero usan el fruto, de las dos últimas utilizan las hojas, en forma de cocción y administradas por vía oral, prácticas también evidenciadas en otros estudios.⁽¹⁷⁾

El empleo de las plantas generalmente está fundamentado en el conocimiento popular, y muchas veces, los pacientes no relatan su utilización a los profesionales de salud. Es importante que el médico concientice el tipo de planta que desea utilizar.⁽¹⁸⁾

La fitoterapia en urología se emplea sobre todo en el tratamiento de la patología prostática, litiásica y del área sexual. Las hierbas diuréticas siguen usándose en el tratamiento de la hipertensión arterial. La base de esta terapia con extractos vegetales la tendría que conocer el urólogo, más cuando muchos de estos enfermos que la utilizan, narran una mejoría de su sintomatología.⁽¹⁹⁾

El uso de plantas medicinales es de importancia en el sistema sanitario actual y futuro, dada la tendencia en la demanda de productos naturales con fines medicinales y

terapéuticos, siendo fuente de materia prima para la industria farmacéutica. La fitoterapia es un arma terapéutica en los sistemas médicos y fitoterapéuticos tradicionales.⁽²⁰⁾

CONCLUSIONES

La fitoterapia es una alternativa contra las enfermedades al igual que su uso racional evitando los fármacos. Se emplea en diferentes países como por ejemplo Cuba. La historia y la evolución han permitido que disímiles plantas tengan un carácter de aliviar y sanar a las personas. Muchas plantas son utilizadas en nuestro país como el romerillo, el ajo, la sábila, manzanilla, limón entre otras, contribuyendo a mejorar el estado de salud de una forma económica y sana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Fernández SDM, Hernández VFM. Tratamiento alternativo de la escabiosis mediante la fitoterapia. Rev Cubana Plant Med. [Internet]. 2021 [citado 25 Oct 2022];26(1):1-18. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=106009>
2. Plain Pazos C, Pérez de Alejo PA, Rivero Viera Y. La Medicina Natural y Tradicional como tratamiento alternativo de múltiples enfermedades. Rev Cubana Med Gen Integr. [Internet]. 2019 [citado 25 Oct 2022];35(2):e754. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864?-21252019000200012&lng=es
3. Cardoso B, Santana V. O uso da fitoterapia durante a gestação: um panorama global. Ciência & Saúde Coletiva [Internet]. 2019 [citado 26 Oct 2022];24,(4):1439-1450. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1413-81232018244.07472017>.
4. Mattos G, Camargo A, Sousa Clóvis A, Zeni A. Plantas medicinais e fitoterápicos na Atenção Primária em Saúde: percepção dos profissionais. Ciênc. saúde coletiva [Internet]. 2018 [citado 26 Oct 2022] ; 23(11): 3735-3744. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232018001103735&lng=en.

5. Tello-Ceron G, Pimentel MF, Gómez-Galarza V. Uso de las plantas medicinales del distrito de Quero, Jauja, región Junín, Perú. Departamento Académico de Biología, Universidad Nacional Agraria La Molina, Lima, Perú. *Ecología Aplicada* [Internet]. 2019 [citado 27 Oct 2022];18(1):12-20. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.21704/rea.v18i1.1301>
6. Reyes C, Guadalupe Jazmin. Fitoterapia y sonoforesis como tratamiento para el manejo del dolor en espolón calcáneo. Estudio de caso. *Medicina e Investigación Universidad Autónoma del Estado de México*, [S.l.] [Internet]. 2020 [citado 27 Oct 2022]; 8(2):18-24. Disponible en: <https://medicinainvestigacion.uaemex.mx/article/view/18855>
7. Oliveira JS, Silva AAN, Silva Junior VA. Fitoterapia en la reducción del índice glucémico y el estrés oxidativo testicular resultante de la diabetes inducida: una revisión. *Braz. J. Biol.* [Internet]. 2017 [citado 27 Oct 2022]; 77 (1): 68-78. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-69842017000100068&lng=en.
8. Vara-Delgado A, Rodolfo Sosa-González R, Clara Sonia Alayón-Recio CS, Ayala-Sotolongo N, Giselle Moreno-Capote G, Alayón-Recio VC. Uso de la manzanilla en el tratamiento de las enfermedades periodontales. *Rev. Arch Med Camagüey* [Internet]. 2019 [citado 27 Oct 2022]; 23(3):403-414. Disponible en: <http://revistaamc.sld.cu/>
9. Cifuentes-Obando E, Montalvo Yépez M, Pineda-Insuasti J, Gálvez-Chiriboga LM, Pineda-Soto CA. Producción de un extracto de luteína a partir de la caléndula (*Caléndula officinalis*): una revisión. *Revista Biorrefinería* [Internet]. 2021 [citado 28 Oct 2022]; 4(4):1-5. Disponible en: <https://www.cebaecuador.org/publicaciones/revista-biorrefineria/>
10. García-Martínez Y, Fernández-González O, Concepción-Hernández M, Cruz-Fernández J, Gutiérrez-Postigo Y, Hernández-Morgado Y. Sábila en cristales de estado natural vs. romerillo en colutorios para el tratamiento de la estomatitis subprótesis. *MediCiego* [Internet]. 2019 [citado 28 Oct 2022];25(4). Disponible en: <http://www.revmediciego.sld.cu/index.php/mediciego/article/view/1428>

11. Herrera-Cabezas JE, Chim-Chi YA. Implementación de una metodología para la propagación y crecimiento del romerillo. CCD [Internet]. 2021 [citado 29 Oct 2022];4(2):277-91. Disponible en: <https://cienciadigital.org/revistacienciadigital2/index.php/ConcienciaDigital/article/view/1677>
12. Chil-Núñez, I, Pérez-Rondón, L, Hanlan-Paumier, K, Costa-Acosta J. Influencia de variables meteorológicas en la especie medicinal Citrus x aurantium L. Revista Científica Del Amazonas [Internet]. 2022 [citado 29 Oct 2022]; 5(9):14-25. Disponible en: <https://doi.org/10.34069/RA/2022.9.02>
13. Villarreal-Rodríguez HG, Cruz-Nieto DD, Legua-Cárdenas JA. El eucalipto utilizado como tratamiento alternativo para afecciones respiratorias en la población de Barranca. Viva el Rev. Salud [Internet]. 2022 [citado 29 Oct 2022] ; 5(13): 98-109. Disponible en: http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2664-32432022000100098&lng=es.
14. Pujada-Abad H, Vega-Vilca J, Velásquez-Vergara C, Palacios-Rodríguez B. Niveles de orégano (*Origanum vulgare*) en la dieta y su influencia en el rendimiento productivo del pollo de engorde. Rev Inv Vet Perú [Internet]. 2019 [citado 30 Oct 2022]; 30(3): 1077-1082. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.15381/rivep.v30i3.16599>
15. Vélez R, De-Armas H, Jaramillo-Jaramillo C, Vélez E. Metabolitos secundarios, actividad antimicrobiana y letalidad de las hojas de *Cymbopogon citratus* (hierba luisa) y *Melissa officinalis* (toronjil). Rev FacSalud, Ecuador [Internet]. 2018 [citado 30 Oct 2022]; 2(2):31-39. Disponible en: <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/facsalud-unemi/article/view/727>
16. Navone-Graciela T, Zonta ML, Gamboa MI. Fitoterapia Mbyá-Guaraní en el control de las parasitosis intestinales: Un estudio exploratorio con *Chenopodium ambrosioides* L. var *anthelminticum* en cinco comunidades de Misiones, Argentina. Polibotánica [Internet]. 2017 [citado 2 Nov 2022] ; (37): 135-151. Disponible en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-27682014000100008&lng=es.

17. Evangelista SS, Sampaio FC, Parente RC, Bandeira MFCL. Fitoterápicos na odontologia: estudo etnobotânico na cidade de Manaus. Rev. sujetadores. plantas med. [Internet]. 2018 [citado 2 Nov 2022]; 15 (4): 513-519. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-05722013000400007&lng=en.
18. Guzmán-López A, Cordova-Fadraga A, Pazos-Montes Y, Alvarez-Hernández J, Fernández-de-Posada Y, Fadraga-Pérez B. Nivel de información sobre fitoterapia en pacientes hipertensos de un consultorio médico. Área sur, Morón. Revista científica estudiantil 2 de Diciembre [Internet]. 2021 [citado 2 Nov 2022]; 4 (1) Disponible en: <http://www.revdosdic.sld.cu/index.php/revdosdic/article/view/107>
19. Cámara SG, Béria JU. Representaciones e intención de uso de la fitoterapia en la atención primaria de salud. Ciencias de la salud colectiva [Internet]. 2021 [citado 3 Nov 2021]; 16 (1): 311-318. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000100033&lng=en.
20. Vaca-Arce CA, Bermúdez-del Sol A. Desarrollo de un manual de fitoterapia para la docencia investigación y el tratamiento con plantas medicinales. Revista Conrado [Internet]. 2021 [citado 4 Nov 2022]; 17(83):199-04. Disponible en: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2077>