

Súper nota

Nombre de alumno: Carla Karina Calvo Ortega

Nombre del profesor: LN. Daniela Monserrath Méndez Guillen

Nombre del trabajo: Fitoterapia

Materia: Nutrición y medicina alternativa

Grado: Quinto cuatrimestre

Grupo: LNU17EMC0121-A

FITOTERAPIA

¿Qué es la fitoterapia?

La Fitoterapia, como su nombre indica, es la terapia basada en las plantas (del griego Phytos, planta, vegetal y therapeia, terapia). La Fitoterapia consiste en el tratamiento de las dolencias con los recursos que nos ofrece la naturaleza, a través de los vegetales.



La Fitoterapia es una terapia natural que ha alcanzado un desarrollo considerable:

- En el campo de la investigación: La farmacognosia ha avanzado mucho en las últimas décadas y ha identificado los principios activos de muchas plantas comúnmente utilizadas.
- En el consumo de plantas medicinales: La utilización de plantas con propiedades medicinales ha aumentado mucho, como resultado de la búsqueda de remedios lo más naturales posible.

¿Qué son los principios activos?



Sustancias presentes en las plantas, que son responsables de la acción o acciones farmacológicas. Unas veces el principio activo es una sustancia concreta, como puede ser un alcaloide, y en otras ocasiones, es una mezcla compleja de sustancias, como son los aceites esenciales.

Aspectos fitoquímicos

En un vegetal superior, la raíz absorbe del suelo, agua y minerales creando la savia bruta que asciende por todo el vegetal. En las hojas tiene lugar la mayoría de procesos metabólicos.



¿Qué son los heterósidos?

Son compuestos formados por la asociación de un glúcido y de un cuerpo activo no azucarado, llamado genina o aglicona.

- Heterósidos fenólicos monocíclicos.
- Heterósidos cumarínicos
- Heterósidos flavónicos
- Heterósidos antociánicos
- Tainos
- Heterósidos antraquinónicos
- Heterósidos cardiotónicos
- Heterósidos azufrados o glucosinolatos
- Heterósidos cianogenéticos
- Alcaloides derivados de la piridina y piperidina
- Saponósidos

Alcaloides con núcleo tropánico

- Derivados del tropano
- Derivados de la cocaína
- Derivados de la quinoleína
- Derivados de la quinoleína

Grupo de la morfina

- Morfina: Actúa como analgésico sedante, depresor respiratorio, antitusígeno débil, bradicardizante, inhibidor del peristaltismo intestinal (emetizante y antidiarreico).
- Codeína: antitusígeno con acción analgésica, anti diarreica y depresora respiratoria.
- Tebaína: convulsivante, genera dependencia.
- Grupo de la papaverina: espasmolítico.
- Grupo de la noscapina: sedante de la tos, no genera dependencia.
- Grupo de la protopina: sin interés farmacológico.

Bases púricas (bases xánticas)

Son derivados de las bases púricas y se presentan asociados a taninos. No son estrictamente alcaloides, bajo el punto de vista químico.

Resinas

Son sustancias amorfas transparentes o translúcidas y sólidas a temperatura ambiente. Químicamente son mezclas complejas.

Empleo y formas de preparación de plantas medicinales

¿Qué son los hidrolitos?

Son soluciones cuyo disolvente es el agua. Sin duda es la forma líquida más difundida en Fitoterapia. Se trata de una solución acuosa extemporánea en la que se encuentran disueltos los principios activos. Se recurre al calor para facilitar la extracción, pues el calor aumenta la solubilidad de los principios activos.

Tipos de hidrolitos

Infusión

La extracción se realiza por la acción poco prolongada del agua a temperatura próxima a la ebullición sobre las drogas, seguida de una maceración de unos 30 minutos



Infuso

Es una de las formas de administración más empleadas en Fitoterapia. Se lleva el agua a ebullición, acto seguido se apaga el fuego y se añade a droga que se deja macerar con el recipiente tapado, durante 3 a 5 minutos.

Decocción

Se realiza sometiendo la droga a la acción del agua destilada a temperatura próxima a la ebullición.



Decocto

Es una simplificación de la decocción. Se procede de la siguiente manera, se calienta el agua hasta la ebullición y se vierte la droga tapando el recipiente, se deja hervir durante 5 a 20 minutos, se apaga el fuego y se deja macerar durante 15 minutos.

Tisana

en la preparación de la tisana se agrupan varias drogas (unas activas y otras coadyuvantes o correctoras) con el fin de potenciar la acción y/o corregir los efectos adversos que pudieran tener algunas drogas que forman parte de la composición.



Masticatorios

Son formas de presentación farmacéutica en que se presentan las drogas trituradas o pulverizadas, de manera que alcancen una textura de polvo casi impalpable.

Zumo

Se define como zumo a la expresión de plantas frescas o a parte de ellas. Los zumos de algunas plantas medicinales se emplean en Fitoterapia. Unas veces el zumo presenta acción farmacológica y otras veces es vehículo o excipiente de otros preparados.



Cápsulas de glicerogelatina endurecidas

Cada vez es más frecuente el uso de estas cápsulas con polvo muy fino de las drogas con extractos secos, para la administración oral de preparados fitoterapéuticos. Esta forma de presentación es fácil de tomar y además evita los problemas organolépticos.



Comprimidos con polvo de droga

Estas formas son muy poco empleadas en Fitoterapia, ya que la cantidad efectiva de droga que se puede incorporar a un comprimido es muy pequeña (de 100 a 300 mg), por limitación de tamaño. De manera que para ingerir una dosis terapéutica habría que tomar de 2 a 6 comprimidos.



Aceites y oleatos

Son soluciones medicamentosas en las que los principios activos de las plantas medicinales se encuentran disueltos en excipientes oleosos, generalmente se trata de un aceite vegetal obtenido por expresión en frío.



Tinturas y alcoholatos

Las tinturas son preparados líquidos coloreados resultado de la acción disolvente de mezclas hidroalcohólicas, o eventualmente otros líquidos orgánicos, sobre drogas secas y a temperatura ambiente.



Los alcoholatos son productos extractivos semejantes a la tintura, en las que se emplea drogas frescas en lugar de desecadas.

Acetolitos y glicerolados



Son soluciones medicamentosas de fitocomplejos de plantas medicinales, extraídos o disueltos en ácido acético y en glicerol, respectivamente. Se obtienen por maceración de la droga en los disolventes citados, siendo el tiempo de maceración entre 5 a 10 días.

Extractos

Son soluciones extractivas de fitocomplejos de plantas medicinales obtenidas por maceración o percolación de la droga en un solvente (agua, alcohol, glicerol, etc.) y posterior concentración de la solución por evaporación parcial o total del disolvente.



Según la operación de concentración se distinguen: extractos fluidos, extractos blandos, extractos secos, crioextractos y extractos glicólicos.

Formas complejas para uso interno

Los líquidos de administración oral son soluciones, suspensiones o emulsiones de productos extractivos de principios activos en un excipiente o vehículo adecuado.

En Fitoterapia estas formas suelen ser complejas, ya que se disuelven fitocomplejos de una o más drogas en un excipiente. Los excipientes más utilizados son el agua o mezclas hidroalcohólicas.

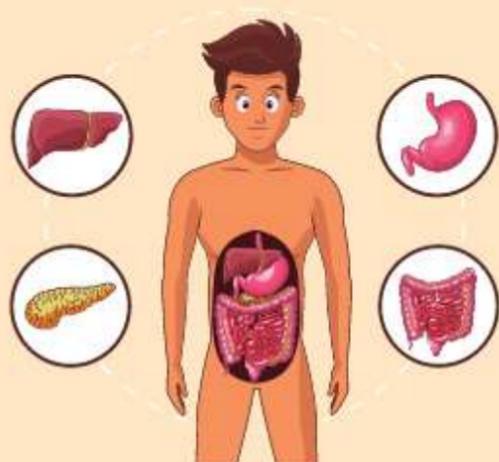


Con excipientes acuosos se preparan gotas, soluciones siruposas (jarabes, y melitos) y edulcorados (pociones). Con excipientes hidroalcohólicos se preparan gotas, elixires y vinos medicinales.

Formas complejas para uso externo

- Pomada: Es una forma farmacéutica de uso externo de consistencia blanda y untuosa que se adhiere bien a la piel y mucosas.
- Pomada oleosa o unguento: Son muy grasos y oclusivos
- Pomada de base hidrosoluble o gel: No engrasan y manchan muy poco, pero son poco hidratantes
- Pomada a base de emulsiones o crema y leche: La emulsión puede ser de aceite en agua o de agua en aceite.
- Pasta: Es un tipo particular de crema, al que se le añade una gran proporción de polvos insolubles.
- Emplasto: Es un preparado sólido a temperatura ambiente que se reblandece a temperatura corporal, adhiriéndose sobre la piel.
- Linimento: En una forma líquida constituida por una disolución o emulsión de vehículo acuoso, hidroalcohólico u oleoso, para su uso externo y de aplicación por fricción sobre la piel
- Loción: Es una forma líquida, bien sea una disolución, suspensión o emulsión, para ser aplicada externamente sin friccionar.
- Polvos: Consiste en la droga pulverizada, por sí sola o mezclada con un excipiente pulverulento, de aplicación tópica.

Fitoterapia en afecciones digestivas



El aparato digestivo dispone de un conjunto de nervios, verdadera red de control integrado que trabaja conjuntamente con una amplia serie de hormonas, tanto locales como sistémicas.

Entérico significa relacionado con el intestino y en este contexto se aplica al sistema nervioso local del aparato digestivo.

Muchas de las plantas con propiedades digestivas son ricas en aceites esenciales, que pueden ejercer una doble acción:

- Al entrar en contacto con la mucosa gastrointestinal provocan su irritación, estimulando la motilidad y las secreciones, con lo que favorecen la digestión y la eliminación de los gases.
- En situación de hipermotilidad o espasmos son capaces de disminuir el tono y las contracciones gastrointestinales, con lo que ejercen una acción antiespasmódica.

Dispepsia funcional

Es un término para los síntomas recurrentes de malestar estomacal que no tienen una causa obvia.

Para reducir malestares se puede consumir:

Regaliz y hoja de menta: EMA acepta su administración por su uso tradicional. Incluye también el aceite esencial de menta, pero en este caso lo califica como un uso bien establecido.

Cúrcuma india: aceptada por la OMS y la Comisión E. Esta última también aprueba la Cúrcuma de Java.



Úlcera gastroduodenal

- **Regaliz:** uso aprobado por la Comisión E y ESCOP, como coadyuvante en el tratamiento.
- **Cúrcuma india:** se ha utilizado tradicionalmente, pero los ensayos clínicos realizados cuestionan su eficacia.



Flatulencia y/o espasmos gastrointestinales

- **Manzanilla dulce, manzanilla romana, anís verde, hinojo dulce o amargo, jengibre y alcaravea:** uso aceptado por ESCOP y EMA.
- **Cúrcuma india, cúrcuma de Java y hoja de menta:** EMA los acepta basándose en su uso tradicional.

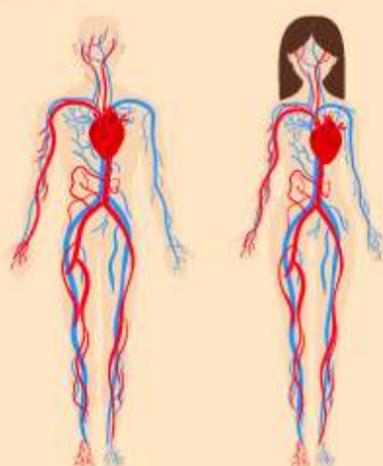


Náuseas y vómitos.

- **Manzanilla dulce:** ESCOP acepta su uso para el tratamiento sintomático de las náuseas.
- **Jengibre:** EMA acepta su administración, por su uso tradicional, en la profilaxis de la cinetosis entre los 6 y 18 años, mientras que en los adultos lo considera uso bien establecido.



Fitoterapia para afecciones el sistema cardiovascular



El sistema circulatorio comprende dos órganos principales, el corazón y los pulmones, así como los vasos sanguíneos, así mismo, las arterias y capilares transportan la sangre, rica en oxígeno y nutrientes, del corazón y los pulmones a todas las partes del cuerpo y las venas regresan la sangre, reducida en oxígeno y nutrientes, al corazón y los pulmones, por lo que es un ciclo continuo en el organismo.

Hipertensión Arterial

Es el término empleado para describir la presión arterial alta, es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a través del cuerpo, por lo que provoca una mayor posibilidad de ataque cardíaco, insuficiencia cardíaca, ictus y enfermedad renal.



Ajo

Es uno de los alimentos y remedios naturales más estudiados en el tratamiento de las enfermedades cardiovasculares como la Tensión arterial alta, el colesterol, cardiopatías, entre otras, y como principios activo más destacables del ajo esta la alicina.



Jengibre

Es un buen recurso para favorecer la circulación sanguínea, ayudando a disolver trombos en las arterias y disminuyendo los niveles de colesterol en sangre, anginas de pecho



Alcachofa

Tiene la capacidad de producir una disminución del colesterol en sangre, disminuir la presión arterial, y la prevención de la arterioesclerosis, esto se debe a sus componentes ácidos principalmente. Así mismo, ayuda en la recuperación de infartos, anginis de pecho y mala circulación.



Té verde

En el aparato circulatorio tiene la capacidad de disminuir el colesterol, fluidifica la sangre, tonifica el corazón y lo protege contra un infarto de miocardio o anginia de pecho.



Alfalfa

Es rica en vitamina K, la cual es importante para que el hígado pueda producir la hormona protrombina que interviene en la coagulación de la sangre, por lo que si hay un déficit de esta vitamina produce problemas de coagulación en forma de sangrado, hematomas... El uso de esta hierba puede resolver o mejorar problemas de coagulación sanguínea



Fitoterapia para patologías respiratorias

Resfriado, gripe, tos, bronquitis

Tipo de enfermedad que afecta los pulmones y otras partes del aparato respiratorio. Las enfermedades respiratorias pueden ser productos de infecciones, consumo de tabaco o inhalación de humo de tabaco en el ambiente, radón, amianto u otras formas de contaminación del aire.



Eucalipto

Es la planta más recomendable en cualquier afección respiratoria por ser expectorante (ayuda a expulsar el moco) y broncodilatador. Antiguamente se inhalaba el humo de eucalipto, por lo que se formaban cigarrillos de eucalipto para aliviar dolencias respiratorias.

La forma más recomendable de utilizar eucalipto es en aceite esencial puro de cultivo ecológico, realizando friegas por el pecho y masajes en la espalda.

Equinácea

Tiene un gran poder inmunológico, protege el organismo mejorando la función de los leucocitos (defensas) y además es un extraordinario bactericida. Su uso más extendido es para tratar las enfermedades respiratorias típicas como gripe, resfriado, catarro, sinusitis, laringitis.



Propóleo



El propóleo no es una planta, sino una sustancia obtenida por las abejas de las yemas de los árboles y que usan para evitar los hongos, bacterias y virus en la colmena a modo de antibiótico.

Es un poderoso antibacteriano, y da muy buenos resultados en casos de faringitis, bronquitis, amigdalitis por su efecto antiinflamatorio, protector y analgésico.

Menta

La menta es ideal para casos, congestión nasal sinusitis o bronquitis. Produce un frescor inmediato con un efecto tónico que mejora la circulación de la sangre local, desinflamando los senos nasales que producen taponamiento y ayudando a expulsar el moco.



Se puede utilizar el aceite esencial puro y ecológico de menta para masajear pecho y espalda, así como realizar inhalaciones.

Bibliografía:

Universidad del Sureste. (2023). Antología de nutrición y medicina alternativa. Unidad 4. Recuperado de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/9a0e982467a6490db09fed718daa8486-LC-LNU503.pdf>