

CURSO
FITOTERAPIA Y
HERBODIETÉTICA
ENERGÉTICA





MÓDULO 2. TRATAMIENTO DE LAS PLANTAS MEDICINALES

TEMA 2.6 TOXICIDAD Y PRECAUCIONES

TOXICIDAD

Una droga se define como tóxica cuando produce un efecto lesivo sobre nuestra biología, aunque pueda ser utilizada como remedio medicinal.

La toxicidad depende de factores como:

- **La Dosis:** Paracelso ya afirmaba que <<todo es veneno y nada es veneno, la dosis sola hace el veneno>>. Incluso una bebida tan corriente como el té ha producido en algunas ocasiones efectos tóxicos. En un estudio realizado se observó que las personas que consumían diariamente, durante largos periodos de tiempo, grandes cantidades de infusión de té presentaban una deshidratación extracelular.

Así la dosis dependerá, a su vez, de otros factores como:

- **La forma galénica;** la manera de ofrecer el preparado fitoterápico (tisana, tintura, extracto fluido, jarabe, comprimido...), lo que conlleva a una mayor o menor concentración de principios activos.
 - **La cantidad;** administrada por toma.
 - **Frecuencia;** el número de tomas diarias.
 - **Duración del tratamiento;** en día/s, semana/s, mes/es, estacional.
- **Vía de administración:** Hay ciertas plantas que sólo se aconseja su uso por vía tópica por su **potencial toxicidad** por vía oral (árnica montana), mientras que hay principios activos que por sí solos pueden producir toxicidad si se administran por una vía inadecuada (las saponinas por vía oral son inofensivas pero perjudiciales por vía endovenosa).

Por esa misma razón hay **plantas inofensivas** sea cual sea la vía, las hay que se desaconsejan por ser **tóxicas orales**, las hay **contraindicadas sólo por**

vía tóxica porque pueden ocasionar reacciones cutáneas, y las hay **tóxicas por ambas vías** (las veremos en tratamientos por sistemas).



PRECAUCIONES: contraindicaciones, interacciones e incompatibilidades

Para garantizar la seguridad en el uso de la fitoterapia, se ofrecen a continuación una serie de recomendaciones a la hora de administrar las drogas fitoterápicas:

- **Estudiar las posibles contraindicaciones, efectos secundarios, interacciones y potencial toxicidad de cada droga.**
- **Evitar el uso de plantas con potencial riesgo de toxicidad.**
- **Los aceites esenciales (tener en cuenta su gran concentración) a dosis elevadas (generalmente extraterapéuticas) son neurotóxicos y, en algunos casos, abortivos. Además presentan un elevado índice de intolerancia.**

Salvo indicación expresa, recomendamos abstenerse a prescribir aceites esenciales por vía interna durante el embarazo, la lactancia, a niños menores de 6 años o a pacientes con gastritis, úlceras gastroduodenales, síndrome del intestino irritable, colitis ulcerosa, enfermedad de Crohn, hepatopatías, epilepsia, Parkinson u enfermedades neurológicas.

No se deben aplicar por vía tópica, a niños menores de 6 años ni a personas con hipersensibilidad conocida a algún aceite esencial.

- **Algunas plantas de la familia de las compuestas (asteráceas)** contienen alcaloides pirrolizidínicos con acción hepatotóxica (Tusilago). Además es relativamente frecuente la aparición de reacciones alérgicas entre plantas de esta familia.
- Considerar siempre de forma especial la prescripción de cualquier droga a **niños, ancianos, embarazadas y lactantes.**
- **Tener en cuenta el contenido alcohólico del extracto fluido y de la tintura,** especialmente en el caso de embarazadas, niños menores de 2 años y personas en proceso de deshabituación etílica.



- **Prestar especial atención en el caso de uso de diuréticos** en casos de descompensaciones arteriales, cardiopatías o insuficiencia renal moderada o grave, ante el peligro que puede suponer el aporte incontrolado de líquidos, la alteración del balance electrolítico y la posibilidad de que se produzca una descompensación tensional.
- **Cuidado con los laxantes;** no deben utilizarse en caso de obstrucción intestinal o de colón, dolores abdominales de origen desconocido o estados de deshidratación severa. Para el tratamiento de estreñimiento crónico o habitual,

es más recomendable recurrir a los laxantes mecánicos (formadores de masa), e introducir las modificaciones necesarias en la dieta y los hábitos.

- **Las plantas o sus componentes que pueden ocasionar trastornos gástricos**, por su contenido en látex o saponinas o incluso se ha llegado a prescribir que ciertos taninos pueden ser molestos. Para evitarlo es recomendable asociar dichas drogas con hierbas demulcentes que contengan mucilagos (malva, malvavisco, llantén).
- **En caso de administrar drogas con acción hipoglucemiante** es necesario controlar la glucemia, ya que es posible que se requiera reducir la dosis de insulina.
- **Vigilar especialmente, la utilización de fitopreparados que puedan interferir en la acción de otras medicaciones** (por ejemplo: sedantes, antidepresivos, antihipertensivos, hipoglucemiantes, cardiotónicos, anticoagulantes, medicaciones hormonales, etc.), ya que pueden aumentar la acción terapéutica inicialmente recomendada o interactuar desfavorablemente.
- **La administración simultánea de medicamentos con fitofármacos ricos en polisacáridos (mucilagos o fibra dietética)** puede reducir la absorción de los primeros o de sus vitaminas y minerales.
- **Es necesario evaluar las posibles contraindicaciones derivadas de la presencia en las drogas** de cantidades importantes de ciertas **vitaminas no solubles en agua** (Vitam. A de la alfalfa), **sales minerales** (sodio y yodo en las algas, oxalatos en la acedera) o **proteínas** (espirulina), que pueden agravar determinadas patologías o estados carenciales.
- **Indicar claramente si la droga puede alterar la capacidad de conducción.**
- **Comunicar cualquier reacción adversa al Centro de Farmacovigilancia** (clasificación la información relativa a posibles interacciones o efectos secundarios que puedan ocasionar la administración de preparados medicamentosos para dejar constancia informativa).