

*CURSO*  
*FITOTERAPIA Y*  
*HERBODIETÉTICA*  
*ENERGÉTICA*



# MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN A LA FITOTERAPIA

## TEMA 1.5 - MERCADOS Y CONSUMIDORES

**Al analizar a los consumidores de plantas medicinales vemos que una tendencia que está cobrando cada vez mayor importancia y cuyo crecimiento es imparable es la automedicación.** En este caso, no son los médicos, sino los consumidores, los que deciden qué medicamentos tomar, y cada vez son más los que optan por remedios naturales, en especial a través del uso de plantas medicinales.

**El 80% de la población mundial depende de los medicamentos elaborados con sustancias naturales,** ya que los agentes activos sintéticos no están a su alcance debido a su elevado precio. Esta situación se da especialmente en los países en vías de desarrollo. Sin embargo, en las naciones occidentales industrializadas, donde los medicamentos químico-sintéticos ocupan un puesto predominante, los fitofármacos constituyen un segmento relevante.



### MERCADO EUROPEO

**El líder europeo en ventas de fitofármacos es Alemania** con el 39% de la cuota de mercado, seguido de Francia que acapara el 29% del total de ventas en toda Europa. Siguen de lejos países como Italia 7%, Gran Bretaña y Polonia 6% respectivamente, España 4% y otros 9%.

De las más de 4.000 plantas europeas conocidas con efectos beneficiosos para la salud, cerca de 500 son reconocidas oficialmente como plantas con verdaderas propiedades medicinales. De éstas, las 10 con un mayor porcentaje de ventas constituyen un tercio del mercado. Según **datos contrastados del 2006** y **datos del 2015**:

**Top 10 europeo:**

1. Ginko biloba – Ginko biloba
2. Hipérico - Onagra
3. Ginseng - Alcachofa
4. Sabal - Ginseng
5. Equinácea - Aloe Vera
6. Valeriana - Hinojo
7. Ajo - Valeriana
8. Castaño de indias - Soja
9. Cardo Mariano - Melisa
10. Espino blanco - Equinacea



**Aplicaciones más importantes de propiedades de plantas medicinales:**

- |                            |      |
|----------------------------|------|
| • Corazón/ circulación     | 28 % |
| • Resfriados               | 15 % |
| • Problemas digestivos     | 14 % |
| • Tónicos                  | 14 % |
| • Sedantes                 | 9 %  |
| • Problemas dermatológicos | 8 %  |
| • Otros                    | 12 % |

Los trastornos para los cuales se usan principalmente los medicamentos de origen vegetal son los relacionados con las enfermedades cardiovasculares, los resfriados comunes y las afecciones gastrointestinales.

## MERCADO ESPAÑOL

**España es, sorprendentemente, un país discreto en la utilización de preparados vegetales con fines medicinales**, ya que la tradición española en el cultivo tradicional de plantas es importante y las primeras escuelas como las de Aromaterapia nacieron en la península ibérica. Autores importantes versados en el estudio de las propiedades medicinales de las plantas, como *Pio Font Quer*, han dejado un legado inigualable en obras como el “*Dioscórides renovado*”, con el estudio y detalle de cerca de 1.000 plantas mediterráneas de origen peninsular.

**Sin embargo, todos los estudios apuntan a un incremento en el consumo de fitopreparados en España.** Las cifras demuestran la creciente expansión en este sector.

**Es destacable mencionar que el 80% de las hierbas medicinales aquí comercializadas se dispensan en establecimientos especializados:** herbolarios, parafarmacias, establecimientos de productos naturales), y sólo el 20% se realiza en las farmacias.

Según **datos de 2006** y **contrastados con datos del 2015**, las plantas más dispensadas en España son las siguientes:

### TOP 10 Español:

1. **Menta - Valeriana**
2. **Valeriana – Cardo Mariano**
3. **Sen – Arándano Rojo**
4. **Té - Lino**
5. **Manzanilla común – Aloe Vera**
6. **Melisa – Ginko Biloba**
7. **Hinojo – Cola de caballo**
8. **Espino blanco – Harpagofito**
9. **Boldo – Manzanilla común**
10. **Cola de caballo – Diente de León**



Los trastornos tratados más comunes de mayor a menor serían los problemas de insomnio, estreñimiento e infecciones urinarias. A continuación tendríamos problemas

del aparato respiratorio (tos, descongestión, bronquitis, etc.) y problemas de ansiedad-depresión. Los problemas circulatorios y la falta de energía (astenia, anemias, cansancio generalizado sin causa aparente, etc.) también ocupan un lugar destacado entre las causas de mayor demanda de hierbas medicinales.

## **LOS CONSUMIDORES**

**En la actualidad el uso y conocimiento de las plantas medicinales está en auge,** o más bien se ha producido una vuelta a los orígenes debido, sobretodo, al creciente desengaño que, en muchos casos, lleva consigo pareja la medicina llamada convencional o alopática.



Buena parte del creciente atractivo que las plantas medicinales ofrecen al consumidor reside en su **consideración de “productos naturales**, si bien es importante considerar que, en general, el margen terapéutico de las plantas medicinales es muy amplio en la mayoría de los casos, hay que tener muy claro que supone tal denominación ya que natural no excluye:

- **Su posible toxicidad:**
  - **Plantas sin toxicidad alguna**, como la manzanilla pero que incluso así pueden tener, a dosis concentradas muy elevadas, efectos sedantes.

- **Plantas con toxicidad leve**, la planta o alguna de sus partes, puede presentar cierta toxicidad, como la corteza de planta fresca de la cascara sagrada que puede provocar vómitos, y en dosis elevadas o prolongadas de la corteza desecada puede provocar dolores cólicos.
- **Plantas con toxicidad alta**, la planta o alguna de sus partes es tóxica. Se debe manejar con precaución. La ruda por ejemplo, la planta fresca puede producir dermatitis de contacto y en embarazadas está contraindicada porque es abortiva.
- **Plantas con toxicidad muy alta**, la planta o alguna de sus partes es muy tóxica. El margen terapéutico es muy estrecho. La digital, que está indicada, a dosis muy bajas, para regular cardiopatías irregulares, a dosis un poco más elevadas genera el efecto contrario. Por eso, su margen terapéutico es altamente estrecho y las dosificaciones siempre se deben consultar con dosis prescritas en la farmacopea.



- **Su capacidad de provocar reacciones adversas:**

- **Contraindicaciones:** Cuando las condiciones personales del individuo derivadas de patologías o estados carenciales de salud o por circunstancias personales (aversión, alergias, etc.). Incluso plantas que no presentan ninguna toxicidad pueden estar contraindicadas a ciertos individuos o estados de salud concretos. Así por ejemplo, el Diente de León, es una planta que no presenta toxicidad pero que puede estar

contraindicada a personas que padezcan estados de salud adversos derivados de una obstrucción de los conductos biliares.

- **Efectos secundarios:** cuando la toma prolongada de una hierba puede ocasionar estados alterados en la salud orgánica del individuo. Así por ejemplo, la toma prolongada del Boldo genera toxicidad hepática.
- **Potencia farmacológica:** cuando la dosis marca la potencia del preparado que vayamos a aplicar y por tanto una posible reacción no deseada. Por ejemplo, Belladona a microdosis resulta fenomenal para tratar la fiebre incluso en niños (remedios homeopáticos), pero a dosis elevadas puede generar taquicardia, náuseas o pérdida de la conciencia.

**Margen terapéutico:** Es la relación entre la dosis de un medicamento que produce efecto terapéutico y la que provoca efecto tóxico. También se puede definir como la capacidad que tiene el preparado medicinal de una planta para poder ser aplicado y tratar una enfermedad o dolencia, así como para prevenir trastornos. A mayor margen terapéutico, mayor capacidad de aplicación tanto en cantidad de la dosis, en su concentración, así como en la duración de la aplicación a lo largo del tiempo.



**Sin embargo, en general, los consumidores se encuentran cada vez mejor informados** y un mayor conocimiento de las propiedades farmacológicas de las plantas permite una mayor automedicación a través del uso racional. La Fitoterapia es una alternativa bien considerada por el paciente a la hora de tratar las afecciones leves, especialmente cuando viene respaldada por el consejo de un profesional en la materia.

### Encuesta sobre automedicación herbal en España:

Año	A favor	En Contra
1978	44%	42%
1987	49%	34%
1992	55%	30%
2001	62%	26%
2016	75%	20%

### Fitoterapia y automedicación

**Si bien alentamos a la automedicación**, en muchos casos, como una puerta de libertad y expresión a la hora de poder ejercer de sanadores propios ante dolencias comunes que encuentran muy buena solución en los recursos que nos ofrece la naturaleza, y que están ahí para ser utilizados al igual que utilizamos la alimentación de forma diaria, **hay que tener en cuenta que:**

- **Las plantas medicinales tienen un margen terapéutico muy amplio** y, en general, con menos reacciones adversas que los productos de síntesis química, aun así el paciente debe conocer perfectamente las propiedades y las aplicaciones de los productos de origen vegetal que puede consumir.
- **Saber que lo que hace el veneno es la mayoría de los casos, es la dosis.**
- **Dejar las dosis de las denominadas plantas tóxicas o muy tóxicas para profesionales de la materia.**

**Por último vamos a exponer una encuesta realizada en el año 2002 en el Hospital Puerta de Hierro de Madrid sobre consumo de sustancias terapéuticas:**

El 22% de los encuestados reconocía consumir habitualmente sustancias terapéuticas sin calificación de producto farmacéutico:

- De estos, el 48% consumía alguna variedad de planta medicinal y el resto de paciente llegaron a consumir alguna vez vitaminas, suplementos alimenticios o productos homeopáticos.
- Los efectos buscados por orden de importancia, eran: revitalizantes, antiestresantes, alivios de molestias gástricas, laxantes, adelgazantes, para combatir el insomnio y cefaleas.
- En un 29% de los casos el consejo procedía de un médico o profesional de la salud.
- El punto de venta era en un 52% de los casos en una herboristería, en un 25% de los casos en una farmacia u en un 8% de los casos en una parafarmacia.

**En definitiva, podemos considerar que la utilización de productos terapéuticos de origen natural ha experimentado una creciente demandada en las últimas décadas**, como contraposición a las carencias sufridas por la medicina ortodoxa, dónde además el uso de hierbas medicinales alcanza un lugar prominente dentro de las llamadas terapias naturales o alternativas, siendo el consumidor una persona bastante informada en general y donde acude a puntos de venta especializados en la materia, independientemente de que la legalidad los ampare.

**Por lo tanto estos aspectos permiten definir con mayor fuerza, si cabe, la necesidad de una regulación en todos los ámbitos alrededor de las terapias naturales y la Fitoterapia:** legales, sociales, informativos, educativos, sanitarios y naturalistas porque no...ya que la Fitoterapia es la mejor manera de ayudar a preservar la naturaleza y sus recursos.