

# Tisanas digestivas: análisis de la permanencia de agentes activos, acción terapéutica y posibles riesgos

Lic. Pablo Mezzatesta

Facultad de Ciencias de la Nutrición Universidad J. A. Maza e-mail: pablomezzatesta@yahoo.com.ar

## Resumen

En el mundo de las plantas medicinales existen registros donde se describen terapias curativas para todo tipo de afecciones con diferentes hierbas silvestres o la combinación de ellas. La preparación de las plantas a través de una infusión en agua caliente es conocida popularmente como tisanas.

La tesis orientó la investigación hacia aquellas plantas medicinales de mayor demanda en Godoy Cruz, Mendoza, cuyos usos están destinados al tratamiento del aparato digestivo y para el tratamiento de patologías relacionadas con la nutrición (diabetes, úlceras, meteorismo, entre otras). También se hizo énfasis en las bases científicas que avalan las propiedades curativas de las mismas.

El objetivo principal fue: Investigar la permanencia de los agentes activos de las plantas vendidas en supermercados y dietéticas de Godoy Cruz, Mendoza.

En una primera parte se recopiló información sobre las bases científicas de las propiedades y usos de las plantas medicinales. Luego, a través de encuestas en supermercados y dietéticas de Godoy Cruz, se obtuvo información sobre las plantas digestivas más vendidas y sus usos populares. Se detectaron 33 plantas digestivas comercializadas, de las cuales se observó que:

## Presentan efectos tóxicos

De las plantas descritas, se destacan aquellas que al ser consumidas en exceso dañan el sistema nervioso central (SNC), pues generan convulsiones, epilepsia, coma, alucinaciones y efecto narcótico; asimismo, también sobresalen aquellas que dañan el riñón, irritan el aparato digestivo o generan malestar gastrointestinal.

Dañan el S.N.C	Dañan el riñón	Irritan el aparato digestivo	Malestar gastrointestinal
Romero, Salvia, Anís estrellado, Lavanda, Boldo, Alcaravea, Albahaca.	Sen, Cáscara sagrada	Lavanda, Romero, Sen, Cáscara sagrada, Zarzaparrilla, muérdago, Cedrón.	Tilo, Valeriana, Incayuyo, Anís verde, Diente de león, Harpagofito.

Tabla 1: Efectos tóxicos de las plantas medicinales.

## Presentan contraindicaciones

En más del 50% de las hierbas desarrolladas, se contraindica su consumo en la etapa de embarazo, lactancia y niños; además, se pueden mencionar aquellas que no se recomiendan en obstrucciones intestinales o biliares y úlceras.

Embarazo, lactancia y niños	Obstrucciones intestinales o biliares	Úlceras
Romero, Valeriana, Incayuyo, Anís estrellado, Anís verde, Lavanda, Boldo, Ispágula, Alcaravea, Harpagofito, Albahaca, Milenrama, Cáscara sagrada, Llantén, Regaliz, Muérdago, Cedrón, Cola de caballo.	Menta, Diente de león, Boldo, Ispágula, Harpagofito, Sen.	Lavanda, Harpagofito, Milenrama, Cedrón.

Tabla 2: Contraindicaciones de las plantas medicinales.

## Presentan Interacción farmacológica

Dentro de las interacciones con fármacos más destacadas se encuentran aquellas que disminuyen o potencian la acción de anticoagulantes, anticonvulsivos, antiarrítmicos, hipoglucemiantes y antihipertensivos.

Anti-coagulantes	Anti-convulsivos	Anti-arrítmicos	Hipo-glucemiantes	Anti-hipertensivos
Manzanilla, Tilo, Anís verde, Agrimonia, Milenrama, Muérdago.	Marrubio, Salvia, Manzanilla, Lavanda, Milenrama, Muérdago.	Harpagofito, Agrimonia, Sen, Cáscara sagrada.	Marrubio, Salvia.	Diente de león, Agrimonia, Harpagofito.

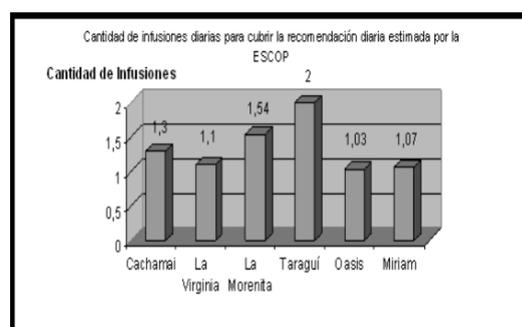
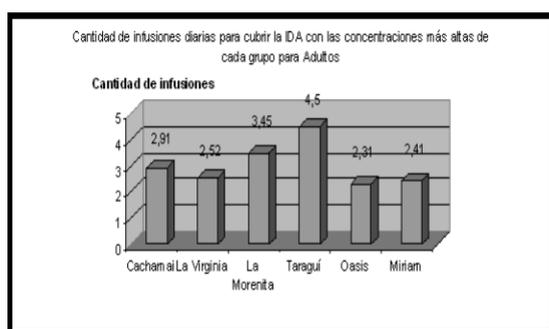
Tabla 3: Interacción farmacológica.

Luego se procedió a una etapa de análisis en laboratorio mediante HPLC (cromatografía líquida de alta resolución). La planta analizada fue el "boldo" por ser la más vendida. Para las muestras de plantas se compraron cuatro marcas de boldo bajo la presentación de saquitos conseguidas en supermercados (Cachamai, La Virginia, La Morenita y Taragui) y dos muestras de boldo bajo la presentación de hojas adquiridas en dietéticas (boldo de droguería Hierbas del Oasis y boldo de empresa Guakinchai). Para obtener la curva testigo se usó boldina de alta calidad para HPLC marca sigma.

La investigación demostró que el boldo, bajo la presentación en saquito, posee una disminución de la concentración de agentes activos en comparación con el boldo bajo la presentación en hoja, corroborando la hipótesis de la investigación. La infusión Oasis cuenta un 8,5% más de agente activo que la muestra La Virginia, un 20,7% más de agente activo que la muestra Cachamai, un 33,1% más de agente activo que la muestra

La Morenita y un 48,6% más de agente activo que la muestra Taragüi. Además, se detectó que entre infusión y decocción, el método más eficaz para extraer la boldina en la tisana es la infusión. Por último, cabe destacar que la IDA (ingesta diaria admitida) de boldina puede ser superada fácilmente con el boldo en presentación de hojas, por lo que se detecta un peligro para la salud debido a su neurotoxicidad. En adultos, el promedio de infusiones para cubrir la IDA con las muestras de mayor concentración de cada grupo varía de 2,31-4,15 infusiones diarias y en niños de 1,15-2,25 infusiones diarias. Según la recomendación de la ESCOP (The European Scientific Cooperative on Phytotherapy), con las muestras de mayor concentración de cada grupo, con solo 1.03-2 infusiones diarias se supera el límite permitido. Se debe destacar que en la tisana preparada con boldo en hojas, los valores de infusiones para superar la IDA pueden ser aún menores, según la dosificación utilizada. En la investigación para equiparar parámetros con los saquitos, tan solo se utilizó 1,4 g de boldo en hoja en 200 ml de agua, lo que conlleva a que existan más posibilidades de producirse intoxicación.

Como conclusión se puede inferir que las plantas medicinales pueden ser utilizadas como coadyuvante en el tratamiento de patologías digestivas, pero también se necesita conocer dosificaciones para evitar posibles peligros de intoxicación, como así también evitar interacciones con medicamentos y posibles riesgos en embarazo, lactancia y niñez.



Gráficos 1 y 2: Cantidad de infusiones diarias.