



Farmacia UCR

## ¿Consume plantas medicinales? Tenga cuidado, porque no son del todo inofensivas

Las plantas medicinales pueden causar daño si se desconoce su uso, un tema que será abordado en el II Congreso de Fitofarmacia

20 AGO 2024 Salud

¿Se toma usted un té de manzanilla porque desea aliviar alguna molestia? Si lo hace, **piénselo dos veces.**

Diversos criterios internacionales, como el de la Organización [OWise](#), indican que la manzanilla **puede interferir en el correcto funcionamiento de una serie de medicamentos**, como el tamoxifeno –usado para el tratamiento del cáncer de seno–.

Otros estudios, como el publicado por la [Fundamental & Clinical Pharmacology](#) en el 2005, expresan que la manzanilla también se podría interponer en el buen funcionamiento de la terapia de **reposición hormonal y de los anticonceptivos orales** que contienen estrógenos, solo por citar algunos casos.

**Si es fan de la toronja y toma lovastatina –medicamento para disminuir el colesterol en la sangre–, tenga precaución.**

De acuerdo con la Dra. Jimena Morales Fallas, del Instituto de Investigaciones Farmacéuticas, de la Universidad de Costa Rica (Inifar-UCR), cuando se consume toronja o

su jugo, la unión de los compuestos de esta fruta –junto con los de la lovastatina– **hace que haya una menor degradación del medicamento en el cuerpo.**

Como resultado, los niveles de lovastatina en la sangre pueden aumentar significativamente, **lo que eleva el riesgo de efectos secundarios graves como el daño muscular y los problemas en el hígado.**

“Las plantas medicinales tienen sus propiedades y sus beneficios. **Lo que pasa es que la gente olvida que las plantas medicinales pueden ser peligrosas.** Las personas suelen usar muchísimas plantas medicinales cuando, realmente, es necesario investigar un poco sobre si esa es la manera más idónea de usar esa planta, pues podría generar el efecto contrario y ocasionar un daño”, expresó la Dra. Morales.

**La menta, una planta muy usada en Costa Rica, no se queda atrás.** Aunque es comúnmente utilizada en la medicina herbal por sus propiedades digestivas y calmantes, esta puede interactuar con ciertos medicamentos y ocasionar efectos adversos.

Una investigación del 2022, divulgada por la revista [Baylor University Medical Center Proceedings](#), apunta que la menta puede inhibir algunas enzimas y **alterar los niveles de los medicamentos anticoagulantes en el cuerpo.** Esto podría exacerbar algunos efectos secundarios peligrosos como las hemorragias.

La manzanilla, la toronja y la menta son solo tres ejemplos de la amplia diversidad de plantas medicinales disponibles en Latinoamérica y **cuyo consumo debe darse con sumo cuidado.**

En Costa Rica, el “[Perfil y los hábitos de consumo de productos naturales según la Encuesta Nacional en Salud para Costa Rica 2006](#)”, pone en evidencia un importante consumo de la manzanilla en el país, así como el uso de laxantes naturales. Entre ellos están: **las hojas de sen, cáscara sagrada, ricino, o el mucílago de Plantago ovata.**

“De hecho, hay farmacias que venden medicamentos homeopáticos a base de plantas medicinales y lo peligroso de esto es que, muchas veces, **las personas buscan sustituir sus fármacos cuando no deben hacerlo.** Los medicamentos tradicionales no pueden ser sustituidos por medicamentos homeopáticos. El tratamiento homeopático es solo complemento que puede ayudar a la persona en conjunto con sus otros medicamentos, pero no para sustituir. Además, no puede ser cualquier medicamento homeopático, hay que investigar muy bien la clínica del paciente para evitar que se genere un daño”, enfatizó la Dra. Morales.

Este congreso está en alianza con el Herbario de la Universidad de Harvard e involucra el tema de la cosmética

**¡A educarse!**

Para conversar sobre el tema de plantas medicinales y su uso, **los días 20, 21 y 22 de agosto del 2024 se estará efectuando el II Congreso de Fitofarmacia.** Por supuesto, también se abordarán otros ejes temáticos.

El primer día será gratuito, virtual, en inglés y con traducción simultánea. El segundo y el tercer día el evento será en las instalaciones del [Colegio de Farmacéuticos de Costa Rica](#) (Colfar) y tendrá un costo de \$50 dólares.

En el primer día del encuentro se abordarán temáticas relacionadas con el estado actual del Acceso y Distribución de Beneficios de la Biodiversidad para el Descubrimiento de Fármacos, **así como el hallazgo de fármacos basados en productos naturales para enfermedades desatendidas.**

De igual forma, se hablará sobre la planta Quillaja Saponaria como una fuente para la prevención del cáncer. Además, se hablará sobre **la identificación de nuevos productos naturales**, la detección de nuevas terapias para el tratamiento de la demencia y el potencial de Costa Rica como terreno para la generación nuevos fármacos.

“La fitofarmacia es algo que, prácticamente, todos en Costa Rica hemos hecho en algún momento. Básicamente, es el uso de plantas para nuestra salud. Entonces, **toda la población tiene derecho a saber cómo utilizar esas plantas de manera adecuada y de manera segura**”, indicó la Dra. Morales.

## El turno de la cosmética

El 21 de agosto el evento será presencial y se centrará en la cosmética. **El evento dará inicio a las 8:00 a. m. con un acto de inauguración, seguido a las 8:30 a. m. por la ponencia magistral de la Dra. Mariana Cerdas Delgado**, quien abordará el cuidado de la piel en jóvenes desde la perspectiva de la farmacia.

A las 9:30 a. m., el Dr. Germán Madrigal Redondo presentará una conferencia sobre **erocosmética y afrodisíacos a partir de productos naturales.**

La jornada continuará a las 10:45 a. m. con la ponencia de la Dra. Cristina Prado Chinchilla, que discutirá la dermocosmética sostenible como una oportunidad para la innovación. **Luego, a las 11:45 a. m., la Licda. Mariola Urgüelles ofrecerá una charla sobre cómo emprender desde la universidad.**

La agenda se reanudará a las 2:00 p. m. con un taller sobre dermocosmética **—disciplina científica que estudia y fabrica productos que se aplican sobre la piel—**, orientado en la farmacia comunitaria. El taller será impartido por la Dra. Victoria Hall Ramírez, el Dr. Jorge Pacheco Molina, el Dr. Sebastián Villalobos Rojas y la Dra. Milania Rocha Palma.

La tarde finalizará con una ponencia a cargo de la Dra. Verónica Vargas Esquivel a las 4:00 p. m. Ella hablará sobre los exosomas **—bolsitas con proteínas de células madre—** y su aplicación en la cosmética.

## Un día para la innovación

El 21 de agosto será el día para la innovación farmacéutica. La agenda comenzará a las 8:00 a. m. con la ponencia magistral del Dr. Jose Luis Sánchez Calderón titulada **“Nuevos modelos propuestos de la acción de los medicamentos homeopáticos”.**

En esa presentación, el Dr. Sánchez Calderón abordará **las últimas teorías sobre la efectividad de los medicamentos homeopáticos y su papel en la medicina moderna.**

A las 9:00 a. m., el Ing. Luis Felipe Arce Torres ofrecerá una ponencia que permitirá conocer los esfuerzos realizados en Costa Rica para combinar la fitoterapia —**empleo de plantas medicinales con fines curativos**— con la conservación de su rica biodiversidad.

Para el campo de la salud mental, a las 10:25 a. m. el Ing. Javier Contreras Rojas y el McS. Álvaro Cedeño Molinari expondrán los resultados de una investigación clínica relacionada con la psilocibina —un medicamento usado para trastornos psiquiátricos—, los marcos regulatorios alrededor del mundo y cómo esto es una oportunidad para Costa Rica”.

A las 11:45 a.m., la Dra. Cristina Herrera Arias y el Dr. Juan José Araya Barrantes presentarán su ponencia conjunta sobre un estudio que ofrece **nuevas perspectivas sobre las propiedades terapéuticas de una planta endémica** de Costa Rica llamada *Witheringia solanacea*, mejor conocida como Hierba Mora Cimarrona.

A las 2:00 p. m., se tendrá una mesa redonda con los doctores Marvin Gómez Vargas, Francisco Quesada Rodríguez y Edwin León Mora, quienes discutirán sobre **las perspectivas de la experimentación animal en el diseño y aprobación de productos cosméticos**, desde la mirada de la ética.

La jornada cerrará con la presentación de la Dra. Mónica Hidalgo Rivera, a las 4:00 p.m. **Ella hablará sobre los endocannabinoides, sus retos y desafíos**. Este tema explorará los avances y los retos que aún enfrenta la investigación en el campo de los endocannabinoides y su potencial terapéutico.

## Inscripciones abiertas

Si desea profundizar en estos temas, todavía está a tiempo de inscribirse al **II Congreso de Fitofarmacia**.

El enlace de inscripción para el congreso es <https://bit.ly/inscripcionFitofarma2024>. Asimismo, puede llamar al Inifar-UCR al 506 2511-8349 o enviar un correo al [recepcion.farmacia@ucr.ac.cr](mailto:recepcion.farmacia@ucr.ac.cr).



[Jennifer Jiménez Córdoba](#)  
Periodista Oficina de Comunicación Institucional  
Área de cobertura: ciencias de la salud  
[jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr](mailto:jennifer.jimenezcordoba@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [fitofarmacia](#), [congreso](#), [ucr](#), [plantas](#), [medicinales](#).