



# HOJA INFORMATIVA HCSP

HCV ADVOCATE

• MEDICINA NATURAL Y ALTERNATIVA •

## *Hierbas medicinales y hepatitis C*

Autora: Lucinda K. Porter,  
Enfermera titulada

### *Prólogo*

Muchas personas que viven con la infección crónica por el virus de la hepatitis C (VHC) recurren a plantas medicinales y otros suplementos dietéticos para mejorar su salud. Sin embargo, los remedios herbales y otras sustancias dietéticas están implicados en el 9% de las lesiones del hígado. Del mismo modo que los medicamentos, estos suplementos tienen el potencial de ser beneficiosos o perjudiciales. Esta hoja informativa presenta información básica sobre los remedios herbales para las personas con hepatitis C.

***Esta información no pretende servir de asesoramiento médico. Consulte siempre con su médico antes de tomar plantas medicinales.***

- **Los pacientes no deben utilizar hierba de San Juan (*Hypericum perforatum*) si están tomando inhibidores de la proteasa del VIH o del VHC, VIEKIRA PAK ni ningún inhibidor de la proteasa del VIH o del VHC (Harvoni, Sovaldi o Viekira Pak). Consulte con el médico antes de tomar ningún suplemento dietético.**
- **Tampoco debe tomarse cardo mariano con Olysio (simeprevir).**

El empleo de plantas con fines medicinales tiene una larga e interesante historia. Ciertos medicamentos modernos proceden de plantas, como la aspirina, que se obtiene de la corteza del sauce blanco, los digitálicos, que se obtienen de la dedalera, la morfina (de las amapolas) y la warfarina (Coumadin) del meliloto. Muchas culturas utilizan plantas indígenas con fines curativos. Sin embargo, el uso de plantas es controvertido en la medicina occidental contemporánea, debido a la falta de investigaciones científico-estadísticas que demuestren su seguridad y eficacia. Si aunamos a esto el daño potencial que pueden ocasionar estas sustancias, es fácil ver por qué los médicos son reacios a apoyar el uso de las plantas medicinales. Algunos pacientes están interesados en métodos alternativos que complementen o incluso sustituyan el tratamiento recetado

### HOJA INFORMATIVA HCSP

Una publicación del  
***Hepatitis C Support Project***

**DIRECTOR EJECUTIVO  
REDACTOR JEFE DE LAS  
PUBLICACIONES DEL HCSP**

*Alan Franciscus*

#### **DISEÑO**

*Leslie Hoex,  
Blue Kangaroo Design*

#### **PRODUCCIÓN**

*C.D. Mazoff, PhD*

#### **TRADUCCIÓN**

*Clara Maltrás*

### **DIRECCIÓN DE CONTACTO**

Hepatitis C Support Project  
PO Box 15144  
Sacramento, CA 95813  
alanfranciscus@hcvadvocate.org

La información presentada en este folleto tiene como fin ayudarle a comprender y tratar el VHC y no pretende servir de asesoramiento médico. Todas las personas con el VHC deben consultar con un profesional médico para obtener diagnóstico y tratamiento contra el VHC.

Esta información la ofrece el *Hepatitis C Support Project*, una organización sin ánimo de lucro para la educación, el apoyo y la defensa de intereses de las personas afectadas por el VHC.

Se autoriza y se alienta a la reproducción de este documento siempre que se reconozca la autoría del *Hepatitis C Support Project*.

## Hierbas medicinales y hepatitis C

por los médicos. Esto es particularmente cierto para el VHC. Aunque se han hecho enormes progresos en el campo de los tratamientos anti-VHC, las terapias antivirales existentes en la actualidad tienen algunos efectos secundarios, no siempre resultan eficaces para todos los pacientes y no todo el mundo tiene acceso a los últimos medicamentos para el VHC. Si sumamos estos factores a los síntomas que algunas personas experimentan con el VHC, no es de extrañar que las plantas medicinales parezcan una opción atractiva.

Aunque los remedios herbales y otros suplementos puedan parecer atractivos, muchos de estos compuestos pueden ser dañinos. Se sabe que algunas plantas medicinales tienen propiedades carcinogénicas y provocan daños neurológicos. Algunas son particularmente nocivas para el hígado y pueden resultar no sólo dañinas, sino incluso mortales. Es esta hepatotoxicidad potencial (envenenamiento del hígado) lo que lleva a aconsejar a los pacientes con el VHC que eviten las plantas medicinales o las empleen con cautela.

La Agencia del Medicamento de los EE.UU. (FDA) es la organización federal encargada de vigilar la seguridad de fármacos y alimentos. Los fármacos deben someterse a rigurosas pruebas con animales y seres humanos antes de que la FDA las autorice para su comercialización. Por otra parte, las plantas medicinales y los suplementos se consideran complementos dietéticos. Eso significa que están regulados por diferentes normativas, englobadas en la ley *Dietary Supplement Health and Education Act* de 1994 (DSHEA). Bajo esta ley, el propio fabricante de los compuestos se encarga de garantizar la seguridad del complemento dietético. En general, los fabricantes de suplementos no necesitan la aprobación de la FDA ni están obligados a registrar su producto. Sin embargo, sí se les exige incluir información veraz en la etiqueta del suplemento.

El punto en el que la FDA puede intervenir en la regulación de las plantas medicinales es después

de su comercialización. La FDA puede controlar el etiquetado, la información y la seguridad del producto. La notificación de las reacciones adversas es voluntaria. La cuestión de si la FDA debería regular los suplementos es un tema muy debatido. La FDA ha sido criticada tanto por regular los complementos dietéticos como por no regularlos suficientemente. La intervención de la FDA en el uso de las plantas medicinales ha sido mínima debido a una serie de factores. Hasta la fecha, la excepción notable a esta tendencia es la venta de complementos dietéticos que contienen alcaloides de efedrina. La efedra, también llamada Ma Huang, es una de las plantas que contienen alcaloides de efedrina. Su uso se ha asociado a un aumento de la tensión arterial, una afección que incrementa el riesgo de ataques al corazón y accidentes cerebrovasculares que pueden resultar incluso mortales.

Existen pocas investigaciones independientes centradas en el uso de plantas medicinales. El método de referencia de realizar estudios aleatorizados, doblemente ciegos y controlados con placebo para evaluar los remedios botánicos está muy poco extendido, y menos aún en el campo de la investigación de plantas medicinales contra el VHC. En 1998, el Centro Estadounidense para la Medicina Complementaria y Alternativa (NCCAM) pasó a formar parte de los Institutos Nacionales de la Salud en los EE. UU. (NIH). Respondiendo a la necesidad de hacer más investigaciones centradas en la seguridad y eficacia de las plantas y suplementos medicinales, la NCCAM y la Oficina de Complementos Dietéticos de los NIH establecieron los primeros Centros de Investigación sobre Complementos Dietéticos, haciendo especial hincapié en la botánica. Por desgracia, la financiación de estos estudios es limitada y no existen muchos datos basados en pruebas objetivas sobre las plantas medicinales y el VHC.

La escasez de investigaciones independientes no significa que las plantas medicinales no tengan ningún valor. Las plantas han realizado importantes

## Hierbas medicinales y hepatitis C

contribuciones a la medicina occidental. Las prácticas medicinales con hierbas tienen siglos de historia y han aportado algunas observaciones muy sólidas. Los sanadores indígenas confiaban en la botánica como remedio curativo. En nuestra era moderna, sigue siendo común tratar las quemaduras solares superficiales con aloe vera, los dolores de estómago con jengibre o los resfriados leves con menta o camomila. Estos remedios se consideran alternativas seguras de forma generalizada. Sin embargo, el uso de plantas medicinales para tratar enfermedades más graves como la hepatitis C es más complicado y suscita varias preguntas. Por ejemplo, a la hora de elegir una planta medicinal, ¿qué parte de la planta se utiliza, cuándo se cosecha, y cómo se procesa? Los remedios medicinales no se preparan en centros controlados. Eso significa que la homogeneidad del producto no está garantizada. ¿Es seguro el remedio herbal, qué marcas son las mejores y cuál es la dosis recomendada?

Para dar respuesta a estas preguntas, empiece por leer la etiqueta. Las plantas pueden variar en su grado de potencia y pureza, por lo que es aconsejable adquirir un producto que cumpla las normas y certificaciones estándar. El cumplimiento de estas normas y certificaciones es voluntario. El objetivo de la Farmacopea Estadounidense (USP) es establecer normas comerciales para los fármacos y suplementos dietéticos de los Estados Unidos. Es preferible que el producto incluya la etiqueta de la USP. Un producto que esté certificado por la NSF International (anteriormente conocida como *National Sanitation Foundation*) es otro indicador de que el fabricante cumple determinadas normas. El sello de aprobación de *ConsumerLab.com* (CL) también es distintivo. Otro referente es la Comisión Alemana E, que en la década de 1990 publicó monografías científicas acerca de 380 plantas medicinales. La *American Herbal Pharmacopoeia* también está desarrollando pautas reguladoras para el mercado estadounidense. *ConsumerLab.com* ha prestado un servicio muy necesario

al evaluar suplementos de uso popular. Esta empresa ha descubierto que muchos productos en realidad no contienen los niveles de ingredientes esenciales que figuran en las etiquetas. Los productos que superan su inspección pueden llevar una etiqueta triangular con la calidad de aprobación de *ConsumerLab.com*. El uso de este servicio conlleva el desembolso de un pago por parte del fabricante. Las compañías que pertenecen a la *American Herbal Products Association* y que se someten al código ético de esta organización también son otra buena opción.

### **Sugerencias para el consumo de remedios herbales**

- Evalúe su estado general de salud. Si fuma, toma alcohol y tiene otros hábitos poco saludables, no puede esperar que las plantas medicinales contrarresten el daño potencial que causan estos hábitos. Adoptar hábitos saludables le resultará mucho más beneficioso que consumir ningún remedio herbal.
- Consulte con su médico el uso de las plantas medicinales y de los suplementos dietéticos. Infórmele sobre todo lo que esté tomando, aunque piense que su médico no va a aprobarlo. Los fármacos, drogas y suplementos pueden interactuar entre sí e influir en otros problemas de salud que tenga.
- Aplique el mismo sentido común y los mismos criterios que utilizaría con cualquier fármaco. Si desconfía de los medicamentos con o sin receta, muestre la misma desconfianza a la hora de tomar un remedio herbal.
- Manténgase informado y asegúrese de que su información está actualizada.
- Antes de tomar un remedio o suplemento herbal, averigüe si es compatible con otros fármacos o suplementos que ya esté consumiendo. Verifique que el suplemento no esté contraindicado para otro problema de salud que tenga (consulte la sección *Aviso sobre el Cardo Mariano y las Interacciones Medicamentosas* más abajo).
- Tome precauciones especiales si tiene antecedentes de alergia. Los productos botánicos pueden causar

## Hierbas medicinales y hepatitis C

reacciones alérgicas.

- Siga las recomendaciones sobre las dosis que figuran en la etiqueta. Tomar más cantidad no es mejor.
- Averigüe el origen del producto. Las plantas medicinales pueden estar contaminadas. Antes de ingerir nada, pregúntese si sabe lo que va a tomar.
- Escoja remedios y suplementos herbales que cumplan con las regulaciones.
- Adquiera productos que se sometan voluntariamente a las normativas.
- Lo natural no equivale a saludable ni a seguro. El veneno de serpiente es natural, pero no es nada saludable.
- No se deje convencer por los precios rebajados. No todos los remedios herbales son iguales.
- Compruebe la fecha de caducidad del envase.
- No se fíe de la información que le den en la tienda. Aunque el personal de los comercios puede ser de ayuda, recuerde que los vendedores no suelen estar autorizados para practicar la medicina. No trate su enfermedad siguiendo los consejos de un vendedor.
- Sea escéptico. Las declaraciones del fabricante o el vendedor del producto pueden diferir mucho de la información objetiva obtenida en las investigaciones.
- No se deje convencer por los testimonios personales. Aunque determinadas personas pueden beneficiarse del consumo de remedios botánicos, la noción de “válido para todos” no es aplicable en medicina.
- No se deje arrastrar por el último suplemento que aparezca en las noticias. Los complementos dietéticos pueden compararse con los automóviles. Cuando se lanzan nuevos modelos al mercado, a veces tiene que transcurrir algún tiempo para que salgan a la luz sus problemas. Un producto que sea realmente valioso debe estar en el mercado durante algún tiempo.
- Los niños y las mujeres embarazadas y lactantes no deben consumir remedios herbales y suplementos sin la aprobación previa del médico. Los ancianos y personas con problemas de salud también deben

tener especial precaución antes de tomar suplementos sin receta.

- *Nunca* debe tomar remedios herbales si padece cirrosis descompensada.

Algunos complementos a base de plantas prolongan la duración de las hemorragias o interfieren en el efecto de la anestesia. Deje de tomar remedios botánicos al menos una semana antes de cualquier intervención quirúrgica que requiera anestesia. Informe a su médico y anestesista sobre los suplementos herbales que esté tomando, especialmente si la intervención va a realizarse antes de que transcurra el plazo para eliminarla de su organismo.

Comuníquese cualquier reacción adversa que sospeche que le ha causado un remedio herbal o suplemento al programa de vigilancia de la FDA, Medwatch [www.fda.gov/medwatch](http://www.fda.gov/medwatch).

### **Algunas plantas medicinales asociadas a la toxicidad hepática**

Esta lista se centra principalmente en los efectos hepáticos y no pretende ser exhaustiva en modo alguno. Para una lista más exhaustiva, consulte el artículo: [HCV & CAM: Dietary Supplements to Avoid](#) (en inglés). Las sustancias de la lista siguiente se refieren a su formulación oral únicamente.

- Algas verdeazuladas
- Borraja (*Borago officinalis*)
- Calvaria (*Scutellaria lateriflora*)
- Camedrio (*Teucrium chamaedrys*)
- Cartílago de tiburón
- Chaparral (*Larrea tridentata*)
- Consuelda (*Symphytum officinale* y *S. uplandicum*)
- Dong Quai (*Angelica polymorpha*)
- Jin Bu Huan (*Lycopodium serratum*)
- Kava kava
- Muérdago (*Phoradendron leucarpum* y *Viscum album*)
- Poleo (*Mentha pulegium*)
- Sasafrás (*Sassafras albidum*)
- Setas y té de Kombucha

### **Efedra**

Aunque no se han vinculado específicamente a la toxi-

## Hierbas medicinales y hepatitis C

cidad hepática, los productos que contienen alcaloides de la efedrina (efedra) deben evitarse. Algunos casos de ataques al corazón, embolias, episodios epilépticos, psicosis y muertes se han relacionado con el consumo de alcaloides de la efedrina. La FDA ha prohibido la venta de suplementos dietéticos que contengan alcaloides de la efedrina, tales como la efedra y el Ma Huang.

### **Cardo mariano**

El cardo mariano (*Silybum marianum*) es la planta más usada para tratar problemas hepáticos y es un ingrediente común en mezclas de suplementos que se consideran beneficiosos para el hígado. Si está pensando en tomar algún producto que contenga cardo mariano, consulte con su médico y averigüe si es compatible con otros fármacos o suplementos que ya esté consumiendo. Compruebe que el suplemento no está contraindicado para cualquier otro trastorno de salud que tenga. No tome cardo mariano si padece cirrosis descompensada.

Las pruebas a favor o en contra del cardo mariano son poco fiables debido a la falta de métodos científicos, que hacen difícil determinar datos objetivos. Los estudios publicados en 2011 y 2012 no hallaron beneficios para los pacientes con el VHC que toman cardo mariano. Un estudio muy pequeño encontró un posible beneficio para los trasplantados de hígado que consumen este remedio. La única información con resultados uniformes que se extrajo de estos estudios es que el cardo mariano probablemente es seguro, aunque también parece probablemente ineficaz.

### ***Aviso sobre el cardo mariano y las interacciones medicamentosas***

#### ***Lo que de verdad importa***

- Consulte con el médico antes de tomar cardo mariano.
- No hay pruebas de que el cardo mariano elimine el VHC.
- Es posible que el cardo mariano resulte en cierta medida beneficioso para el hígado, pero esto no ha podido confirmarse ni descartarse en las investigaciones realizadas.
- La calidad del cardo mariano varía según el fabricante.

Infórmese bien antes de comprarlo.

- El organismo no absorbe bien el cardo mariano; si lo toma, escoja una formulación y una dosificación que sean biodisponibles.
- Toda persona con una enfermedad hepática debe evitar los extractos que contengan alcohol.

### **Tratamiento del VHC y plantas medicinales**

No existe prácticamente ninguna investigación sobre la seguridad de los remedios botánicos y los suplementos cuando se administran junto con la terapia antiviral.

**Aviso: Si se toman medicamentos anti-VHC se deberán evitar ciertos remedios herbales y medicamentos. Consulte con su médico para saber qué sustancias pueden tomarse con seguridad.**

Para evitar riesgos, con frecuencia los pacientes se abstienen de consumir plantas medicinales mientras siguen un tratamiento antiviral. Incluso los remedios botánicos más comunes deben emplearse con cautela. Algunas plantas y suplementos medicinales pueden obstaculizar la coagulación sanguínea. Por ejemplo, el jengibre se emplea mucho para aliviar las náuseas. Sin embargo, los pacientes con cálculos renales deben consultar con el médico antes de tomar jengibre. Además, el jengibre tiene efectos anticoagulantes y debe consumirse con precaución si existen problemas de coagulación sanguínea. El tratamiento del VHC y la cirrosis también pueden alterar la capacidad de coagulación, por lo que cuando existen estas condiciones el riesgo puede ser mayor. La regla de oro es estar informado y consultar con el médico antes de utilizar ningún producto botánico.

**Aviso:** El *bupleurum* es una planta muy popular que se utiliza en una gran variedad de compuestos medicinales de la medicina china y japonesa para tratar dolencias hepáticas. En Japón se han registrado al menos 16 muertes en pacientes con el VHC que fueron tratados simultáneamente con interferón alfa y Xiao Chai Hu Tang (*Minor Bupleurum*). Sin embargo, las circunstancias en torno a estos casos eran complicadas, y podría haber otra explicación a estas muertes.

*Hierbas medicinales y hepatitis C*

**Palabras finales**

Las plantas medicinales han formado parte de las artes curativas durante siglos. Es evidente que se necesitan más datos e investigaciones en este campo para comprender mejor e incorporar el empleo de productos botánicos a las prácticas actuales de salud. Mientras tanto, infórmese bien antes de tomar decisiones sobre su salud. Su futuro depende de ello.

**Recursos:**

- American Botanical Council - [www.herbalgram.org](http://www.herbalgram.org)
- American Herbal Products Association - [www.ahpa.org](http://www.ahpa.org)
- ConsumerLab.com - [www.consumerlab.com](http://www.consumerlab.com)
- Drugs.com - Escriba el nombre de sus suplementos medicinales y fármacos en la casilla de interacciones medicamentosas y descubra si existe alguna posible interacción - [www.drugs.com/drug\\_interactions.html](http://www.drugs.com/drug_interactions.html)
- HerbMed - [www.herbmed.org](http://www.herbmed.org)
- LiverTox - Información clínica y datos de investigación acerca de los daños hepáticos provocados por los fármacos - <http://livertox.nih.gov/>
- Memorial Sloan-Kettering Cancer Center - [www.mskcc.org/aboutherbs](http://www.mskcc.org/aboutherbs)
- National Center for Complementary and Alternative Medicine - <http://nccam.nih.gov>
- Office of Dietary Supplements - <http://ods.od.nih.gov/>
- PubMed Dietary Supplement Subset  
[http://ods.od.nih.gov/Research/PubMed\\_Dietary\\_Supplement\\_Subset.aspx](http://ods.od.nih.gov/Research/PubMed_Dietary_Supplement_Subset.aspx)
- The United States Pharmacopeia - [www.usp.org](http://www.usp.org)

***Publicaciones de interés:***

- **Herbal Dietary Supplements Glossary**  
[www.hcvadvocate.org/library/herb\\_glossary.asp](http://www.hcvadvocate.org/library/herb_glossary.asp)

***Para más información***

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>American Association for the Study of Liver Diseases</b><br/><a href="http://www.aasld.org">www.aasld.org</a></li> <li>• <b>Centers for Disease Control and Prevention</b><br/><a href="http://www.cdc.gov">www.cdc.gov</a></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Food and Drug Administration (FDA)</b><br/><a href="http://www.fda.gov/food/DietarySupplements/default.htm">www.fda.gov/food/DietarySupplements/default.htm</a></li> <li>• <b>National Institutes of Health Office of Dietary Supplements</b><br/><a href="http://ods.od.nih.gov/">http://ods.od.nih.gov/</a></li> </ul> |
|--|--|

Medicina natural y alternativa