

# Plantas Medicinales:

Protocolos del Servicio de Indicación Farmacéutica en:

## Trastornos urinarios leves

**Autores:** Villar Ferrer; M. M.\* **Revisor:** Allúe Creus, J.\*\*

**Lugar de trabajo:** \*VPM COF A Coruña,\*\* VPM COF Barcelona

Protocolos  
coleccionables  
2<sup>do</sup> protocolo de 9

### Definición

Los trastornos urinarios leves son alteraciones relativas a la micción que pueden referirse tanto a problemas del patrón miccional como a síntomas leves ocasionales o de repetición que cursen con dolor o escozor al orinar, picor vaginal, etc...

Para evitarlos es importante prestar atención al primer nivel de tratamiento: hábitos dietéticos sanos, higiene correcta y patrón miccional regular.

### Procedimiento

#### Identificación del usuario

**Razón de consulta:**  
TRASTORNOS URINARIOS LEVES

Si

#### Entrevista

##### Identificación de síntomas menores:

- Dolor o escozor al orinar
- Presión en la parte inferior de la pelvis
- Aumento en el número de micciones
- Picor vaginal

No

Si

MAP

##### Criterios de derivación:

- Edad (<15 años/ >75 años)
- Fiebre
- Tratamiento antibiótico no efectivo
- Sangre en orina (hematuria)
- > 3 días sin respuesta a medidas conservadoras
- Necesidad imperiosa y constante de orinar
- Orina turbia y con olor fuerte
- Dolor lumbar

No

#### Evaluación

- Acciones previas llevadas a cabo sin efectividad
- Otros medicamentos que puedan provocar los síntomas asociados: antibióticos sistémicos (Amoxicilina/Ácido Clavulánico)
- Alergias
- Embarazo

Incidencia/ Episodio de seguimiento/ Sospecha o detección de PRM o RNM/ Intervención

#### Actuación ↓

Tratamiento farmacológico

Indicación de medidas higiénico- dietéticas

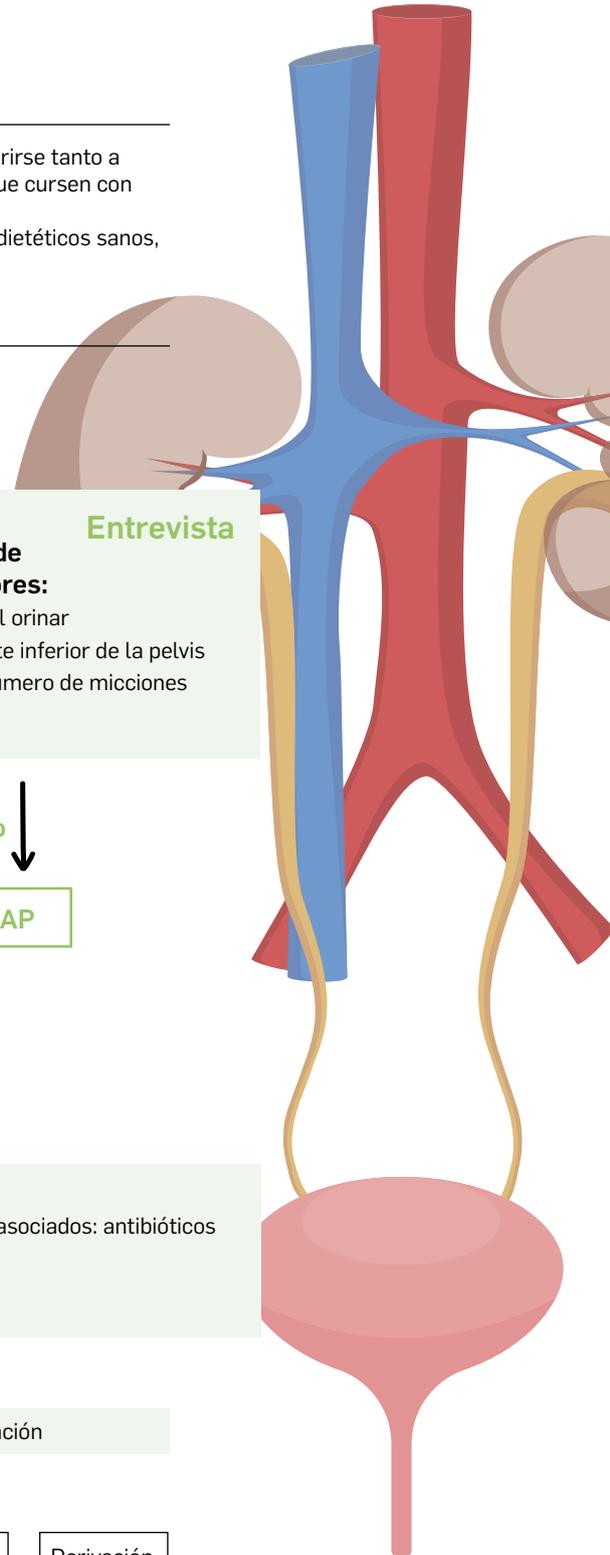
Tratamiento no farmacológico

Derivación MAP

Derivación SPFA

### Registro y evaluación

\*Adaptación procedimiento del Servicio de Indicación Farmacéutica de acuerdo con la Guía de Servicios Profesionales Farmacéuticos Asistenciales en FC de Foro AF-FC 2019



## Tratamiento farmacológico

- Grupo terapéutico:
  - Antibióticos y antifúngicos.
  - Tratamiento con fitoterapia: *Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Sprengel, *Equisetum arvense* L., *Urtica dioica* L., *Urtica urens* L. o una mezcla de las ambas especies, *Vaccinium macrocarpon* Ait.

## Gayuba

*Arctostaphylos uva-ursi* (L.) Sprengel

**Droga vegetal:** hoja.

**Principales constituyentes:** arbutósido.

**Indicación:** tratamiento en mujeres adultas de los síntomas de infecciones leves del tracto urinario inferior, tales como sensación de ardor al orinar y/o micción frecuente.

**Grupo terapéutico:** G04BX Otros productos urológicos

**Posología EMA:** 700 mg – 1050 mg de droga pulverizada dos veces al día. Dosis máxima diaria 1,75 g.

**Posología específica de acuerdo con ficha técnica**

**AEMPS:** 850 mg -1.040 mg 2 veces al día, hasta una dosis máxima de 850 mg-1.040 mg 4 veces al día. No recomendada en niños y adolescentes < 18 años.

**Contraindicaciones:** hipersensibilidad a gayuba o enfermedades renales.

**Precauciones:** consultar con el médico en caso de fiebre o presencia de sangre en orina.

**Reacciones adversas:** náuseas, vómitos y molestias gástricas. Puede observarse una coloración pardo-verdosa de la orina no patológica.

<https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/uvae-ursi-folium>

## Ortiga

*Urtica dioica* L., *Urtica urens* L. o una mezcla de las ambas especies

**Droga vegetal:** parte aérea, especialmente las hojas.

**Principales constituyentes:** flavonoides y ácidos orgánicos

**Indicación:** alivio de síntomas como dificultad en la micción y molestias del tracto urinario en pacientes a los que se les ha informado de que padecen hipertrofia benigna de próstata.

**Grupo terapéutico:** G04CX Otros fármacos usados en la hipertrofia prostática benigna.

**Posología EMA:** 380-570 mg de droga pulverizada como dosis única hasta 3-4 veces al día, durante 2-4 semanas.

**Posología específica de acuerdo con ficha técnica**

**AEMPS:** 580-870 mg 2 veces al día, durante 2 semanas. No se recomienda en niños y adolescentes menores de 18 años.

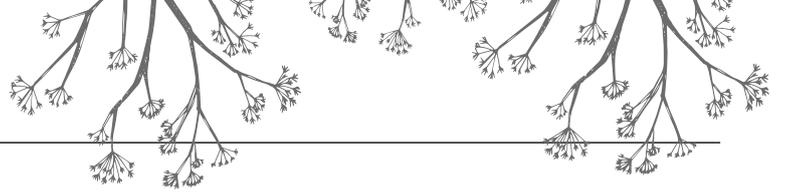
**Contraindicaciones:** hipersensibilidad a ortiga.

**Reacciones adversas:** no se han descrito a las dosis recomendadas.

<https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/urticae-herba>

### Indicación de medidas higiénico-dietéticas:

- Ingerir mínimo 1,5 litros de líquido al día salvo en situaciones en las que el médico establezca una ingesta de líquidos específica
- Usar jabones neutros para la limpieza de la zona íntima
- Higiene adecuada de la zona perianal después de la defecación
- Utilizar ropa interior del algodón
- Evitar prendas ajustadas
- Evitar excitantes como el alcohol, la cafeína, el tabaco y las bebidas carbonatadas
- No permanecer con el bañador húmedo durante mucho tiempo



## Cola de caballo

*Equisetum arvense* L.

**Droga vegetal:** parte aérea.

**Principales constituyentes:** flavonoides y sales minerales.

**Indicación:** aumentar la cantidad de orina consiguiendo limpiar el tracto urinario y ayudar en trastornos urinarios leves.

**Grupo terapéutico:** C03DB Otros diuréticos ahorradores de potasio

**Posología EMA:** 500-570 mg de droga pulverizada, 3 veces al día. Dosis máxima 1,5-1,7 g.

**Posología específica de acuerdo con ficha técnica AEMPS:**

570 mg 3 veces al día, con desayuno, comida y cena, durante 2-4 semanas. No recomendada en niños < 12 años.

**Contraindicaciones:** hipersensibilidad a cola de caballo o personas que tengan recomendado reducir la ingesta de líquido (como en el caso de enfermedades cardíacas graves o renales).

**Reacciones adversas:** complicaciones gastrointestinales moderadas y erupciones alérgicas.

<https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/equiseti-herba>

## Arándano Rojo

*Vaccinium macrocarpon* Ait.

**Droga vegetal:** fruto.

**Principales constituyentes:** las proantocianidinas (PAC).

Actualmente está autorizado como complemento alimenticio y es ampliamente utilizado en caso de trastornos urinarios recurrentes.

**Vaccini Macrocarpi Fuctus, Cranberry. ESCOP Monographs, 2on ed. Supplement 2009, pag 255-269. Thieme.**



**Advertencia:** no confundir con Arándano o Mirtilo (*Vaccinium myrtillus*)



### Recomendaciones de prevención:

- Orinar con frecuencia
- Orinar antes y después de mantener relaciones sexuales
- Evitar el estreñimiento
- Toma de probióticos y prebióticos que hayan demostrado efectividad para trastornos urinarios

<http://www.efsa.europa.eu/>

