

# Plantas Medicinales:

Protocolos del Servicio de Indicación Farmacéutica en:

## Gripe y resfriado

**Autores:** Pons Ciprés, G.\*; Andreu, Prats, D.\*; Farràs, A.\*; Sancho, M.\* et al. **Revisor:** Allúe Creus, J.\*\*

**Lugar de trabajo:** \* COF Tarragona,\*\* VPM COF Barcelona.

Protocolos  
coleccionables  
5º protocolo de 9

### Definición

La gripe y el resfriado común son unas de las enfermedades más comunes y frecuentes, siendo la incidencia del resfriado común de entre 2 y 4 episodios al año en adultos y de entre 6 y 10 episodios al año en niños.

La gripe es una infección autolimitada en la población general pero se asocia a un incremento de la morbimortalidad en poblaciones de riesgo; posee una elevada capacidad de transmisión de una persona a otra y se presenta en forma de brotes epidémicos estacionales. El tratamiento de ambas infecciones está dirigido a combatir los síntomas que ocasionan. En el caso de la gripe tenemos la vacuna como medida de prevención más eficaz.



### Procedimiento

#### Identificación del usuario

Razón de consulta: GRIPE/RESFRIADO

#### Identificación de síntomas menores:

#### Entrevista

- Síndrome febril
- Tos seca o productiva
- Congestión nasal o rinorrea
- Dolor cabeza o muscular

#### Criterios de derivación:

- Fiebre >38°C o duración >48-72h
- Confusión, rigidez cuello, tos crónica, dificultad para respirar, sibilancias, sangre en esputo, vómitos, erupción cutánea, adenopatías, dolor maxilar o frontal, etc...
- Embarazo, lactancia, < 2 años, ancianos pluripatológicos, pacientes oncológicos, inmunodeprimidos o enfermedades con complicaciones
- Duración > 1 semana sin tratamiento o > 72 h con tratamiento sin mejoría

No

Si

MAP

No

#### Evaluación

- Evaluar fiebre/tos asociada a la toma de un medicamento
- Acciones previas llevadas a cabo sin efectividad.
- Hábitos de vida incompatibles, incluyendo medicamentos que puedan producir incompatibilidad.

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

#### Actuación

Tratamiento farmacológico

Fitoterapia

Indicación de medidas  
higiénico-dietéticas

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.



## Actuación

- **Indicación de medidas higiénico-dietéticas**
- **Tratamiento farmacológico:** paracetamol, AINEs, antitusígenos o expectorantes (en función del tipo de tos), antihistamínicos, corticoides...
- **Fitoterapia:** *Echinacea purpurea* L. Moench., *Eucalyptus globulus* Labill., *Eucalyptus polybractea* R.T. Baker y/o *Eucalyptus smithii* R.T. Baker., *Thymus vulgaris* L. y *Thymus zygis* L., *Pelargonium sidoides* DC y/o *Pelargonium reniforme* Curt, *Sambucus nigra* L.

### Contraindicaciones:

hipersensibilidad a droga vegetal o a cualquier otro componente del medicamento.

### Precauciones:

No se ha establecido la seguridad durante el embarazo y la lactancia. Si se produce disnea, fiebre o esputo purulento, se debe consultar al médico.

## Equinácea

*Echinacea purpurea* L. Moench.

**Droga vegetal:** raíz y sumidad aérea.

**Principales constituyentes:** derivados del ácido caféico, atquilamidas, polisacáridos y glicoproteínas, derivados poliacetilénicos y aceite esencial.

**Indicación EMA/ AEMPS:** alivio de los síntomas del resfriado común.

**Posología EMA:** extracto seco (DER 5,5-7,5:1); adolescentes y adultos: 40 mg cada 2 horas, máximo 360 mg/día.

**Posología AEMPS:** mayores de 12 años: 1500 mg de polvo criomolido de raíz de echinacea dividido en 3 tomas/día. No prolongar el tratamiento más de 10 días sin control médico.

**Precauciones:** no se recomienda el uso en casos de trastornos sistémicos progresivos, enfermedades autoinmunes, inmunodeficiencias, inmunosupresión y enfermedades del sistema de glóbulos blancos.

**Reacciones adversas:** reacciones adversas dermatológicas.

**Contraindicaciones:** hipersensibilidad al principio activo y a otras plantas de la familia Asteraceae (Compositae).

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

## Eucalipto

*Eucalyptus globulus* Labill., *Eucalyptus polybractea* R.T. Baker y/o *Eucalyptus smithii* R.T. Baker.

**Droga vegetal:** hoja y aceite esencial.

**Principales constituyentes:** aceite esencial (1,8-cineol o eucaliptol) euglobales y macrocarpales, triterpenos derivados del ácido ursólico y taninos hidrolizables.

**Indicación EMA:** alivio de la tos asociada con el resfriado.

**Posología EMA:** oral: sustancia vegetal triturada. Adolescentes y adultos dosis única: 100-200 mg, 2-5 veces/día.

**Infusión:** 1,5 - 3 g en 150 ml de agua hirviendo, hasta 4 veces al día. Dosis diaria 4,5 - 12 g.

**Inhalación:** 3 g en agua hirviendo, hasta 3 veces al día. Dosis diaria: 3-9 g. Si se realiza con aceite esencial: 3-8 gotas por 250 ml de agua hirviendo, 3 veces al día. Niños 4- 12 años reducir a 2-4 gotas.

Aceite esencial. Uso cutáneo: unas gotas/capa fina en el pecho o la espalda, 2 a 3 veces/día.

**Precauciones:** niños menores de 30 meses, porque existe el riesgo de que las preparaciones que contienen cineol, como otros aceites esenciales, puedan inducir laringoespasma.

[https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-eucalyptus-globulus-labill-folium\\_en.pdf](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-eucalyptus-globulus-labill-folium_en.pdf)

## Tomillo

*Thymus vulgaris* L. y *Thymus zygis* L.

**Droga vegetal:** sumidad florida.

**Principales constituyentes:** aceite esencial (timol y carvacrol), fenoles monoterpénicos y flavonoides.

**Indicación EMA/AEMPS:** tos productiva asociada al resfriado común.

**Posología EMA:** adultos, oral: dosis única: 0,2-0,25 ml, 3-5 veces/día. Infusión: 1-2 g de planta triturada en 150 ml de agua hirviendo, 3-4 veces/día. Niños 4- 12 años extracto líquido (DER 1: 2-2,5): dosis única de 0,5-0,9 ml, 3-5 veces/día o extracto líquido (DER 1: 1.5-2.4): dosis única 7-10 ml, 2-3 veces/día. Aceite esencial. Uso cutáneo: concentraciones hasta el 10%; aplicar hasta 3 veces al día.

**Precauciones:** niños menores de 30 meses, por el riesgo de inducir larongoespasma debido al aceite esencial.

**Contraindicación:** hipersensibilidad al principio activo o a otras plantas de la familia Lamiaceae (Labiatae).

**Reacciones adversas:** Pueden ocurrir trastornos gástricos o alérgicos.

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

<https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/thymi-aetheroleum>

## Pelargonio

*Pelargonium sidoides* DC y/o *Pelargonium reniforme* Curt.

**Droga vegetal:** raíz.

**Principales constituyentes:** cumarinas libres y en forma de sulfatos o de heterósidos.

**Indicación EMA/ AEMPS:** alivio de los síntomas del resfriado común.

**Posología EMA:** extracto seco (DER 4-25:1). Mayores de 12 años: 20 mg, 3 veces al día.

Niños 6- 12 años: 20 mg, 2 veces al día.

**Precauciones:** ante signos de hepatotoxicidad, interrumpir inmediatamente la administración del medicamento y consultar a un médico.

**Reacciones adversas:** molestias gastrointestinales leves, hemorragia nasal y gingival leve y reacciones alérgicas.

<https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/pelargonii-radix>

## Sauco

*Sambucus nigra* L.

**Droga vegetal:** flores.

**Principales constituyentes:** flavonoides, triterpenos, esteroides, fenoles y aceite esencial.

**Indicación EMA:** alivio de los primeros síntomas del resfriado común.

**Posología EMA:** Infusión: 2-5 g de la planta triturada en 150 ml de agua hirviendo, 3 veces al día.

Con la colaboración de:



Vocalía Nacional de  
Oficina de Farmacia  
Plantas Medicinales



Farmacéuticos  
Consejo General de Colegios Farmacéuticos



Toda la  
información en

**BOT  
PLUS**