

Plantas Medicinales:

Protocolos del Servicio de Indicación Farmacéutica en: **alivio de síntomas articulares**

Protocolos
coleccionables
8º protocolo de 9

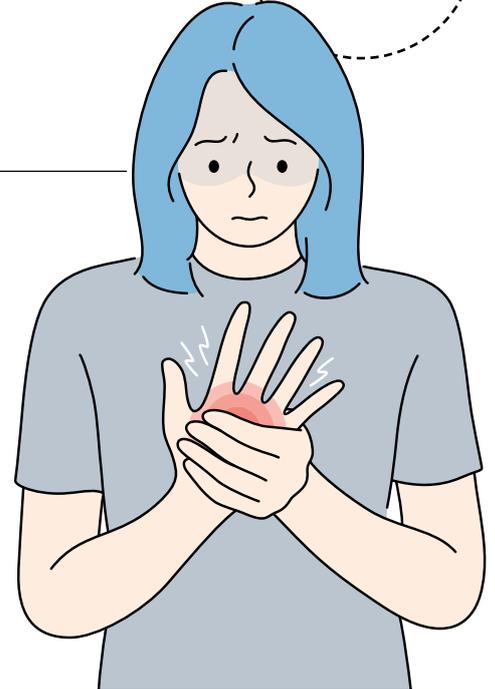
Autores: López Gil J.*; **Revisor:** Allúe Creus, J.**

Lugar de trabajo: * VPM COF Murcia**, VPM COF Barcelona

Definición

El principal síntoma articular es el dolor. El dolor articular (artralgia) puede o no ir acompañado de inflamación de la articulación (artritis). La **artritis** es por tanto la inflamación crónica de la membrana sinovial que recubre la articulación, y que puede acabar dañando también al cartílago, el hueso, los ligamentos y los tendones.

Por otro lado, la **artrosis** se define como una patología articular degenerativa crónica caracterizada por un proceso de deterioro del cartílago, con degeneración proliferativa del hueso subcondral e inflamación de la membrana sinovial. La artrosis es la enfermedad articular más frecuente, afecta al 80% de los mayores de 65 años y constituye el segundo motivo de consulta de atención primaria, con una repercusión sociolaboral importante debido a la pérdida de la autonomía del paciente y el grado de dependencia que origina.



Procedimiento

Identificación del usuario



Razón de consulta: DOLOR ARTICULAR
(rodillas, caderas, hombros, manos, columna)



Si

Identificación de síntomas menores: **Entrevista**

- Dolor mecánico, aparece con movimientos y cede en reposo
- Rigidez tras periodos de reposo y duración <30 minutos
- Zona de articulaciones roja, hinchada o caliente
- Crepitaciones (crujidos) de las articulaciones afectadas

Criterios de derivación:

- Dolor que despierta por las noches, irradia hacia los miembros o no mejora con el reposo
- Fiebre, pérdida inexplicable de peso, astenia, sudoración
- Pérdida de fuerza o de sensibilidad en alguno de los miembros
- Síntomas que duran más de 7 días sin mejoría tras tratamiento
- Diabetes en pacientes no controlados, pacientes anticoagulados, historia de fiebre reumática o pacientes en quimioterapia



No

Evaluación



- Síntomas asociados a un medicamento: retirada de corticoides, fibratos, estatinas, amiodarona, carbimazol, ciclosporina, cimetidina, diuréticos, quinolonas, etc...
- Test de Morisky-Green (Adherencia al tratamiento), seguido de EVA (escala visual analógica) (Grados del dolor) y por último Escala WOMAC (cuestionario de calidad de vida)
- Acciones previas llevadas a cabo sin efectividad
- Hábitos de vida incompatibles

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

Actuación



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

- Baños tibios, alternar baños de agua caliente/fría
- Mantener un peso saludable, evitar sobrepeso y obesidad
- Dietas ricas en omega-3 (lumbalgias crónicas y artrosis)
- Realizar ejercicio físico moderado de forma regular (30 minutos/día)
- Realizar ejercicios para fortalecer la musculatura
- Llevar calzado cómodo, evitar tacones altos y valorar el uso de plantillas

Contraindicaciones:

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

- Tratamiento farmacológico

- Analgésicos (Paracetamol 650 mg) y antiinflamatorios (AINE orales y tópicos)
- SYSADOA (Condroitín sulfato, Glucosamina sulfato, ácido hialurónico)

- Fitoterapia:

Harpagophytum procumbens DC., *Maxim*, *Arnica montana* L., *Rosmarinus officinalis*, L. *Urtica dioica* L./ *Urtica urens* L. *Curcuma longa* L.

Precauciones:

No se ha establecido la seguridad durante el embarazo y la lactancia.

Harpagofito

Harpagophytum procumbens DC.

Droga vegetal: raíz.

Principales constituyentes: glucósidos iridoides (0,5-3%): principalmente harpagósido. Otros componentes (en pequeñas cantidades): triterpenos, fitoesteroles, ácidos aromáticos, flavonoides y harpagoquinona.

Indicación EMA/AEMPS: alivio de los dolores articulares leves.

Posología EMA/AEMPS: droga pulverizada: cápsulas de 435 mg de polvo criomolido, 3 veces al día. Extracto: 960 – 1.920 mg diarios.

Precauciones: úlcera gástrica o duodenal, problemas cardiovasculares y cálculos biliares.

Reacciones adversas: pueden aparecer, aunque no todas las personas lo sufran: molestias gastrointestinales: náuseas, vómitos, dolor abdominal y diarrea; desórdenes del sistema nervioso central: dolor de cabeza o mareos y en raras ocasiones pueden aparecer reacciones alérgicas cutáneas.

https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-european-union-herbal-monograph-harpagophytum-procumbens-dc/harpagophytum-zeyheri-decne-ra-dix_en.pdf

Árnica

Arnica montana L.

Droga vegetal: flor.

Principales constituyentes: lactonas sesquiterpénicas.

Indicación EMA/AEMPS: uso tradicional (en aplicación tópica) para el alivio de contusiones, esguinces y dolores musculares localizados.

Indicación AEMPS: alivio sintomático de afecciones musculares localizadas, tales como dolor y rigidez, distensión, magulladura e hinchazón como consecuencia de un golpe.

Posología AEMPS: uso tópico (adultos, niños mayores de 6 años y ancianos): aplicar suavemente una franja de 2-10 cm en el área afectada 2-4 veces al día.

Contraindicación: hipersensibilidad a la flor de Árnica o a otras plantas de la familia de las Asteráceas (Compuestas).

Precauciones: no utilizar en menores de 12 años. No utilizar en caso de heridas o piel irritada. Evitar el contacto con ojos y mucosas. Interrumpir el uso en caso de enrojecimiento, irritación, sequedad de la piel o dermatitis.

Reacciones adversas: pueden producirse reacciones alérgicas como picor, erupción, enrojecimiento de la piel, piel seca y eczema.

[Community herbal monograph on Arnica montana L., flos \(europa.eu\)](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-arnica-montana-l-flos_en.pdf)

Romero

Rosmarinus officinalis L.

Droga vegetal: hojas.

Principales constituyentes: aceite esencial con terpenos como eucaliptol, alcanor, pineno, canfeno o borneol.

Indicación EMA/AEMPS: alivio de los dolores articulares y musculares.

Posología EMA/AEMPS: aplicar 2-3 veces al día.

Precauciones: no aplicar sobre piel irritada o lesionada ni sobre mucosas.

Reacciones adversas: reacciones alérgicas.

https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-rosmarinus-officinalis-l-aetheroleum_en.pdf

Ortiga

Urtica dioica L. *Urtica urens* L.

Droga vegetal: hoja, parte aérea.

Principales constituyentes: aglutinina, escopoletina, kanferol, quercetina.

Indicación EMA: alivio de los dolores articulares leves.

Posología EMA: 380-570 mg, 3-4 veces al día.

Reacciones adversas: trastornos gastrointestinales leves, como náuseas, vómitos y diarrea, y reacciones alérgicas con prurito o exantema.

https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-urtica-dioica-l-urtica-urens-l-herba_en.pdf

Además existen otras plantas con monografía EMA como la corteza de **Sauce** y la planta y flor de **Ulmaria** que, por ser ricas en salicilatos, tienen indicación para el alivio de los dolores articulares leves.

[European Union herbal monograph on Salix \[various species including S. purpurea L., S. daphnoides Vill., S. fragilis L.\], cortex \(europa.eu\)](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-salix-purpurea-l-s-daphnoides-vill-s-fragilis-l-cortex_en.pdf)

[Community herbal monograph on Filipendula ulmaria \(L.\) Maxim., herba \(europa.eu\)](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-ulmaria-l-maxim-herba_en.pdf)

[Community herbal monograph on Filipendula ulmaria \(L.\) Maxim., flos \(europa.eu\)](https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-ulmaria-l-maxim-flos_en.pdf)

Cúrcuma

Curcuma longa L.

Droga vegetal: rizoma.

Principales constituyentes: curcumina y otros curcuminoides. También aceites volátiles, azúcares, proteínas y resinas.

Se utiliza actualmente por sus propiedades beneficiosas en procesos articulares, ya que puede ayudar a mantener la salud de las articulaciones y los huesos (EFSA).

Con la colaboración de:



ARKOCÁPSULAS

Vocalía Nacional de
Oficina de Farmacia
Plantas Medicinales



Farmacéuticos
Consejo General de Colegios Farmacéuticos



Toda la
información en

**BOT
PLUS**