

### 3.3. Plantas medicinales

#### PREGUNTA PARA RESPONDER

- ▶ **¿Son eficaces las plantas medicinales en la reducción de la morbimortalidad cardiovascular en los pacientes con cifras elevadas de colesterol?**

Se han utilizado diversas plantas medicinales para descender las cifras de colesterol. Entre ellas: Ajo (*Allium sativum*), guggul (*Commiphora mukul*), arroz rojo integral (*Monascus purpureus*), Alcachofas (*Cynara scolymus*).

Sin embargo, no hay ECA que evalúen la eficacia de estos productos para disminuir los eventos cardiovasculares. Por otra parte, la guía ATPIII (8) no recomienda la utilización de plantas medicinales para reducir el RCV y advierte de las posibles interacciones de las mismas con los fármacos.

Varias RS han analizado los efectos de las plantas medicinales en conseguir descensos del colesterol (140-142):

- ▶ **Ajo (*Allium sativum*).** Los estudios publicados sugieren que el ácido gálico es superior a placebo en reducir los niveles de colesterol, sin embargo, la magnitud del efecto es pequeña, y los resultados no son consistentes entre los estudios (140).
- ▶ **Guggul (*Commiphora mukul*).** Los estudios que evalúan los efectos de esta planta medicinal en individuos con cifras elevadas de colesterol, muestran resultados contradictorios. Por otro lado, produce alteraciones intestinales, alergias cutáneas e interacciones con fármacos como el propranolol y el diltiazem (141;142).
- ▶ **Arroz rojo integral (*Monascus purpureus*).** Varios ECA muestran reducciones del 16 al 31% en las concentraciones de CT. Los efectos adversos más frecuentes son mareo, epigastralgia y flatulencia (142).
- ▶ **Alcachofas (*Cynara scolymus*).** Los resultados de 2 ECA muestran conclusiones contradictorias (142).

En definitiva, puede concluirse que no se ha establecido de forma fiable ni la eficacia de estos productos medicinales para disminuir el RCV, ni su seguridad a largo plazo.

## Resumen de la evidencia

1++

La evidencia disponible muestra datos poco consistentes acerca de la eficacia de las plantas medicinales para reducir las cifras de colesterol (140-142).

No hay ECA que evalúen resultados clínicos.

## Recomendación

**A**

No se recomienda la utilización de plantas medicinales para disminuir el riesgo coronario.