



# Plantas inmunomoduladoras: la equinacea

Hay determinadas situaciones (cambios bruscos de temperatura, frío, stress) que pueden afectar al organismo y originar una disminución de las defensas, haciéndolo más propenso a padecer determinadas patologías (digestivas, respiratorias...). En fitoterapia contamos con plantas medicinales o componentes medicinales de estas, que ejercen un efecto sobre el sistema inmune, ayudando a prevenir enfermedades infecciosas.

Por CELIA PERALES LÓPEZ  
VOCAL DE HOMEOPATÍA Y PLANTAS MEDICINALES

Desde el punto de vista fitoterápico, encontramos plantas medicinales o componentes de estas que presentan una **actividad inmunomoduladora**, es decir, que ejercen un efecto farmacológico sobre las células que actúan en la respuesta inmune, tanto

cuantitativamente como cualitativamente, activando los mecanismos de protección frente a enfermedades infecciosas.

Estas plantas son muy útiles, ya sea como coadyuvantes en el tratamiento farmacológico de infecciones leves, como en la profilaxis en pacientes de riesgo. Dentro de ellas la más empleada es la equinacea.



Es una planta de hojas anchas y ovaladas con inflorescencias formadas por unas flores de color púrpura. Originarias de las praderas norteamericanas, existen varias especies y variedades de las cuales solo tres tienen propiedades medicinales: *E. angustifolia*, *E. pallida* y *E. purpurea*.

La parte utilizada son las sumidades floridas y la raíz (en algunos casos solo la raíz, como en *E. pallida*, mientras que en *E. purpurea* ambas partes). Esto es importante porque sus principios activos varían según la especie y la parte de la planta considerada. Estos principios activos están constituidos principalmente por polisacáridos, glicoproteínas, alquilamidas y derivados del ácido cafeico, como el ácido chicórico.

## Acción farmacológica

Se ha visto que los preparados de equinácea actúan sobre el sistema inmune produciendo diversos efectos: estimulación de la fagocitosis, inhibición de la síntesis de prostaglandinas y leucotrienos, estimulación de la producción de citoquinas y proliferación linfocitaria e inhibición de la enzima hialuronidasa. Estos efectos son el resultado de la acción de todos sus constituyentes.

## Posología

La posología recomendada por ESCOP (*European Scientific Cooperative on Phytotherapy*) es:

### Parte aérea de *E. purpurea*

**Dosis diaria en adultos:** 6-9 ml del jugo obtenido por expresión de la droga fresca u otros preparados equivalentes.

**Niños:** dosis proporcionales a la de los adultos según edad y peso.

### Raíz de *E. purpurea*

**Dosis diaria adultos:** 3 x 60 gotas de tintura (1:5, etanol 55% v/v) correspondientes a 3x 300 mg de droga, o dosis equivalentes de otros preparados.

**Niños:** dosis proporcionales según edad y peso.

## Indicaciones

Hay diversos estudios donde se demuestra la eficacia de diferentes preparados en el tratamiento y prevención de infecciones recurrentes de vías respiratorias superiores, en particular gripe y resfriados consiguiendo reducir la intensidad de los síntomas (dolor de cabeza, muscular) y la duración de la enfermedad.

**Estas plantas ejercen un efecto farmacológico sobre las células que actúan en la respuesta inmune**

También presenta actividad antibacteriana, antifúngica y cicatrizante de heridas (esta última debido al bloqueo de la hialuronidasa con lo que se impide que se extiendan las infecciones favoreciendo la curación de heridas)

Cuando se emplea con finalidad curativa su eficacia es mayor si se comienza al inicio del proceso, justo cuando empiezan a aparecer

## La equinacea parece influir en el tratamiento y prevención de infecciones recurrentes de vías respiratorias superiores

los primeros síntomas (normalmente 8-10 días). Si es como profilaxis, se recomiendan tratamientos discontinuos de 1 ó 2 meses (no más de estos) seguidos de periodos de descanso.

### Contraindicaciones

No debe emplearse si existe una hipersensibilidad a las plantas de la familia de las compuestas.

Como en el caso de otros inmunoestimulantes no es aconsejable su empleo en trastornos sistémicos progresivos o enfermedades autoinmunes, tales como esclerosis, sida... En estos casos es conveniente que el médico evalúe la conveniencia o no del tratamiento

### Precauciones y advertencias especiales

#### Insuficiencia hepática

**Embarazo:** no se han realizado ensayos clínicos en seres humanos

**Lactancia:** ni se sabe si los componentes de la equinacea son excretados en cantidades significativas por la leche materna y si puede afectar al niño, por eso es aconsejable suspender la lactancia o evitar la administración de este medicamento

### Interacciones

Vigilar su administración en pacientes que tomen.

Amiodarona  
Esteroides anabolizantes  
Inmunosupresores  
Ketoconazol  
Metotrexato



**WinterFito**  
La fitoterapia ideal para tu salud.

*Fitoestratti & Nutraceutici standardizzati ad alta concentrazione*

**WINTER Fito**

Abedul  
Alcachofa  
Alga espirulina  
Arándano  
Bardana  
Boswellia  
Café verde  
Centella asiática  
**Chlorella**  
Cimicifuga racemosa  
Ciruela  
Cola de caballo  
Diente de león  
**Eleuterococo**  
Equinacea  
Espino blanco  
Fenogreco  
Fucus  
Garcinia  
Garra del diablo  
Gayuba  
Ginkgo biloba  
**Ginseng**  
Glucomanano  
Granada  
**Guaraná**  
Gymnema  
Hinojo  
Jengibre  
**Maca**  
Melisa  
Mirtilo  
Piña  
Pomelo  
Ruibarbo  
**Té verde**  
Uña de gato  
Valeriana  
Vinagre de manzana

**LAB. PHYTOVIT**  
DIVISION FARMACIA

Teléfono: 958 087063  
E-mail: csamaniego@phytovit.com

*...e i risultati si vedono*