

## EL DOLOR EN LA PRENSA

### Una planta reduce el dolor reumático y muscular como los antiinflamatorios

#### Harpagofito

*Actúa de la misma forma que los retirados Vioxx y Ceoxx, sólo que sin sus efectos secundarios, lo que representa una gran ventaja frente a los fármacos tradicionales para tratar los reumatismos.*

Uno de cada cuatro adultos españoles padece alguna enfermedad reumática –el 22,6 por ciento de la población, según un estudio realizado por la Sociedad Española de Reumatología (SER)–, y más de seis millones toman antiinflamatorios como tratamiento, lo que provoca complicaciones gastrointestinales a casi un tercio de sus consumidores, como advierte esta asociación.

La reciente retirada de los fármacos Vioxx y Ceoxx –que fueran considerados como la gran esperanza para estos enfermos, pues no dañaban el aparato digestivo–, tras demostrarse un aumento de riesgos cardiovasculares asociados a su uso, coloca nuevamente a los reumáticos en la tesitura de tener que elegir entre el estómago o las rodillas. Y es que, como dice la frase, no se sabe qué es peor, si el remedio o la enfermedad.

#### Alternativa natural

Existe, sin embargo, una alternativa para estas personas: el harpagofito, una planta salvaje muy frecuente en el desier-

to del Kalahari y en el sur de África que, como señala Teresa Ortega, profesora del Departamento de Farmacología de la Universidad Complutense de Madrid y vicepresidenta del Centro de Investigación sobre Fitoterapia (Infito) “es una opción terapéutica eficaz en el tratamiento de dolores crónicos relacionados con las inflamaciones músculo-esqueléticas”. Y lo que es mejor, sin los indeseados efectos secundarios de los tratamientos tradicionales.

El interés de esta planta en el tratamiento de la artrosis, reumatismos y otras manifestaciones articulares dolorosas es hoy en día muy conocido. Diversos estudios muestran la eficacia del harpagofito por su acción antiinflamatoria, antirreumática y analgésica en el tratamiento de poliartritis crónica, enfermedades articulares degenerativas y dolor muscular lumbar, de hombro y de cuello ligero o moderado.

Uno de ellos (un ensayo realizado por el doctor Chrubasik y publicado en la revista “*Rheumatology*”) demostró que la administración de harpagofito en dosis suficiente, con la cantidad de principio activo adecuada y durante un tiempo de entre dos y tres meses puede resultar de eficacia similar a los inhibidores de la cox-2 (como los retirados Vioxx o Ceoxx) en el tratamiento de estas enfermedades, sólo que sin sus efectos adversos, lo que representa una ventaja en relación a los medicamentos que habitualmente se prescriben.

“La ciclooxigenasa es responsable del dolor y la inflamación de las enfermedades reumáticas y el harpagofito lo que ha-

ce es impedir su acción, igual que lo hacen los antiinflamatorios comunes”, explica José Luis Berdonces, director del posgrado de Medicina Natural de la Universidad de Barcelona.

Su capacidad analgésica y antiinflamatoria se debe, como resalta Ortega, a la “actividad conjunta de sus principios activos (como el harpagosido), principalmente irioides”.

#### Multitud de estudios

Hasta una veintena de ensayos clínicos se han realizado con esta planta, 12 de los cuales son controles a doble ciego (en los que se compara su acción frente a placebo y tratamientos habituales) para diversas dolencias (osteoartritis de cadera o rodilla, para el dolor lumbar inespecífico y dolores músculo-esqueléticos, entre otros), y en todos se mostró más eficaz que el placebo y no se encontraron diferencias frente a los otros tratamientos, lo que quiere decir que el uso del harpagofito es comparable al de cualquier medicación.

Otros estudios realizados en pacientes artríticos han demostrado una mejora significativa en la sintomatología dolorosa, así como la movilidad y la flexibilidad articular sin provocar efectos secundarios (en particular sobre el estómago), y sólo dos trabajos hablan de alguna contraindicación, principalmente en afecciones gastrointestinales. Y es que existe una salvedad para su administración, pues no está recomendado en caso de úlcera gastroduodenal. Pero no hay que equivocarse pues no es que las provoque, sino que en el caso de que esta ya exista, su empleo está contraindicado.

También es muy recomendable su uso para deportistas en caso de tendinitis y dolores articulares debido al esfuerzo.

LA RAZÓN

Jueves, 28 de octubre de 2004

## Otros nutrientes para fortalecer las articulaciones

### Suplementos diarios

*Antiinflamatorios naturales, calcio y vitaminas frente a dolores articulares y pérdida de movilidad asociada*

El tejido conjuntivo se encarga de mantener la estructura del cuerpo, espe-

cialmente cartílagos, tendones y ligamentos de las articulaciones. Por eso su fortalecimiento y regeneración resultan muy importantes para conservar jóvenes las articulaciones. Para ello nada mejor que un aporte de curcumina, uno de los mejores antioxidantes naturales, bambú en polvo, como regenerador de huesos,

aceite de borraja, rico en ácido gamma-linolénico y manganeso consiguen este efecto en el organismo. Las vitaminas A, B, C, D y E (antiinflamatorias y antioxidantes), el magnesio que mantiene los huesos y articulaciones en buen estado, la papaína y la bromelaína, extraídas respectivamente de la papaya y la piña, que favorecen la regeneración del organismo, están especialmente recomendadas en caso de dolores articulares y escasa flexibilidad.

LA RAZÓN

Jueves, 28 de octubre de 2004



## Un moderno antidepresivo reduce el dolor de la fibromialgia

Un antidepresivo con un mecanismo de acción distinto a los clásicos reduce el dolor y mejora muchos de los síntomas de la fibromialgia de forma segura y eficaz, según los resultados de un estudio que se publica en septiembre en *Arthritis & Rheumatism*.

El fármaco en cuestión, la duloxetina

(Cymbalta de Lilly), actúa inhibiendo tanto la recaptación de la serotonina como de la norepinefrina. La coordinadora del estudio, Lesley Arnold, de la Universidad de Cincinnati, en Estados Unidos, ha precisado que "el efecto de la duloxetina en la reducción del dolor parece independiente de su efecto en el estado de ánimo".

En el estudio participaron 207 pacientes con fibromialgia, según los criterios del Colegio Americano de Reumatología. El 89 por ciento eran mujeres y un tercio del total de enfermos padecía depresión.

(*Arthritis & Rheumatism* 2004; 50: 2974-84).

DIARIO MÉDICO

Miércoles, 15 de septiembre de 2004