

Hipérico y depresión

Inocuidad a examen

El hipérico o hierba de San Juan, planta medicinal conocida desde la Antigüedad clásica, se ha revelado como un eficaz antidepressivo, aunque no carente de efectos adversos y de interacciones con otros fármacos. En el presente artículo, se revisan los efectos secundarios y las interacciones de esta planta.

ADELA-EMILIA GÓMEZ AYALA

Doctora en Farmacia.

El hipérico, *Hipericum perforatum*, también conocido como hipericón o hierba de San Juan, es una especie originaria de Europa, norte de África o Asia occidental. Es una de las plantas medicinales que gozaba de mayor reputación en la Antigüedad clásica y ésta no ha disminuido con el paso de los siglos.

Conocida ya desde la época griega y romana, Hipócrates, Plinio y Galeno la consideraban un remedio natural para la posesión demoníaca. En esta propiedad se basaba su utilización en la Edad Media, cuando era colgada en los tejados de las casas para prevenir el rayo y los incendios.

Tradicionalmente, el hipérico se ha utilizado en numerosos países europeos para tratar la inflamación genitourinaria o bronquial, para aliviar los trastornos del sistema nervioso y como cicatrizante en caso de contusiones y quemaduras.

Hoy día, esta hierba es un popular remedio para la depresión leve o moderada; también se utiliza como tratamiento de la ansiedad, los trastornos afectivos estacionales y las alteraciones del sueño.

Depresión

Frecuentemente, cuando una persona se encuentra triste, siente falta de interés por lo que le rodea o está fatigada, se suele decir que tiene depresión. Sin embargo, no hay que confundir el sentirse decaído con sufrir una depresión. En medicina, depresión o trastorno depresivo es el nombre de una enfermedad, que afectan por una parte, al estado de ánimo y, por otra, a una serie de funciones vitales que incluyen la concentración, la regulación del sueño, el apetito y la fatiga, entre otras.

La incidencia de la depresión ha aumentado de forma considerable en los últimos 50 años, estimándose que en enfermos generales el riesgo de padecer trastornos depresivos en el transcurso de su vida es de entre un 10 y un 20%; en los enfermos psiquiátricos, este riesgo se aproxima al 50%.

Los últimos estudios indican que existen unos 120 millones de enfermos depresivos en todo el mundo. Pues bien, sólo el 10% de estos pacientes llega a la consulta de psiquiatría, mientras que el 90% restante, en el mejor de los casos, es tratado por su médico de cabecera o por especialistas no psiquiatras, existiendo un porcentaje no determinado que no recibe ningún tratamiento.

En el transcurso de un trastorno depresivo, suelen verse afectados el estado

ánimo de la persona, sus pensamientos, su salud física y su comportamiento. Entre los síntomas de una depresión, se incluyen tristeza persistente, ansiedad, sentimiento de vaciedad, falta de energía, de apetito y de apetencia sexual, junto con desinterés por las relaciones sociales, el trabajo o las aficiones.

La depresión puede ser leve, moderada o severa, caracterizándose por episodios tan dispares, como aquellos en los que sólo existe dificultad para funcionar con normalidad (depresión leve), en contraposición con otros en los que aparecen delirios, alucinaciones e incluso riesgo de suicidio (depresión grave).

Aunque sigue persistiendo la creencia pública de que la depresión es voluntaria o un defecto del carácter, lo cierto es que constituye una enfermedad real, que puede ser tratada eficazmente por profesionales especializados.

Tratamiento

El tratamiento de la depresión incluye psicoterapia y tratamiento farmacológico, habiéndose comprobado que, en general, el enfermo responde mejor a una combinación de ambos.

Los fármacos empleados para tratar la depresión incluyen una tipología variada: inhibidores de la monoaminoxidasa (IMAO), tricíclicos, inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina (ISRS), inhibidores de la recaptación de serotonina y noradrenalina, nefazodona, etc. La forma de actuar que tienen estos compuestos se basa en potenciar la actuación de determinados neurotransmisores (noradrenalina y serotonina) en las sinapsis neuronales.

Varios de estos fármacos, especialmente los IMAO y los antidepressivos tricíclicos, fueron ampliamente utilizados

Papel del farmacéutico

El ejemplo del hipérico sirve de base para demostrar, una vez más, que las plantas medicinales no son inocuas, pese a la creencia popular de que son productos naturales carentes de química, y por tanto, de los nocivos efectos secundarios que tienen las temidas especialidades farmacéuticas.

El farmacéutico, como experto universitario en medicamentos, sabe que nada hay más incierto que la afirmación anterior. Las plantas medicinales y las especialidades farmacéuticas, a menudo, comparten principios activos, lo que implica que cualquier planta medicinal tiene la misma capacidad potencial de generar efectos adversos que un fármaco de síntesis.

Por ello, el farmacéutico, como prescriptor por antonomasia de especialidades farmacéuticas publicitarias —estatus con el que se comercializan muchos preparados a base de plantas medicinales— debería incluir la fitoterapia tanto en su formación continuada como en sus actividades de atención farmacéutica. Se conseguiría así justificar de la forma más contundente posible la necesidad de que las plantas medicinales sigan dentro del canal farmacéutico, habida cuenta de que, como medicamentos que son, nadie mejor que el experto universitario en medicamentos para prescribir y aconsejar sobre la utilización de este tipo de especialidades farmacéuticas.



en el pasado, habiéndose demostrado por completo su eficacia.

Sin embargo, en ocasiones los pacientes han informado de efectos secundarios: sequedad de boca, náuseas, dolor de cabeza, diarrea, deterioro de la función sexual, insomnio, etc.

Debido en parte a este tipo de efectos secundarios de los fármacos de síntesis, bastantes pacientes aquejados de trastorno depresivo prefieren utilizar remedios a base de plantas medicinales como la hierba de San Juan.

Eficacia, efectos secundarios e interacciones del hipérico

Los más recientes ensayos clínicos con preparados a base de hipérico han confirmado su eficacia en el tratamiento de depresiones leves y moderadas, tanto frente a placebo como frente a otros fármacos antidepresivos. A este efecto antidepresivo, hay que añadir también su efecto ansiolítico.

Mecanismo de acción. En la actualidad se desconoce cuál de los numerosos componentes del hipérico es el responsable de dicho efecto antidepresivo, ya que hasta fechas relativamente recientes, su eficacia ha sido atribuida a la hiperacina y sus derivados, aunque los resultados de investigaciones realizadas con fracciones del extracto de esta droga sugieren que no sólo las hiperacinas son responsables del efecto antidepresivo. Al mismo tiempo, el

citado efecto antidepresivo atribuido al hipérico no puede explicarse a partir de un único mecanismo de acción.

Efectos secundarios. Por otra parte, la hierba de San Juan, al igual que otras plantas medicinales, no está exenta de efectos secundarios: existen numerosos estudios en marcha con el propósito de comprobar si tales efectos son menos frecuentes y menos graves, en comparación con los producidos por los antidepresivos de síntesis. Hasta el momento se han descrito sequedad de boca, mareos, molestias gastrointestinales y sensibilidad a la luz solar en algunos pacientes. □

Bibliografía general

- Consejo General de COF. Catálogo de Especialidades Farmacéuticas. Madrid: Publicaciones del Consejo General de Colegios de Farmacéuticos, 2005.
- Granda E. Plantas prohibidas. Primer asalto. Farmacia Profesional. 2004;18(4): 6-12.
- López-Luengo MT. El efecto antidepresivo del hipérico. Offarm. 2001;20(8):138-43.
- Madurga-Sanz M. Síndrome de abstinencia con el uso de hipérico. Panorama Actual del Medicamento. 2003;27(266):806.
- Madurga-Sanz M. Interacción de hipérico con anticonceptivos orales: embarazo inesperado. Panorama Actual del Medicamento. 2002; 26(252):343-4.
- Madurga-Sanz M. Interacciones farmacológicas del hipérico. Panorama Actual del Medicamento. 2000;24(230):102-4.
- Piera-Fernández M. Depresión: aproximación clínica. Farmacia Profesional. 2001;15(9):66-73.
- Villa C, Maroto-Atance R, González-Álvarez MC, Ayuso-Jiménez P, Clerigué-Ruiz A, Panadero FJ. Trastornos depresivos. Panorama Actual del Medicamento. 2000;24(236): 655-70.

Bibliografía de consulta a texto completo en www.doymafarma.com

- Bragera R. ¿Es peligrosa la polimedicación para la salud de nuestros pacientes ancianos? Nursing. 2005;23(3): 35-7.
- Llop Rius R, Rodríguez Cumplido D, Canés Carreras I, Capellà Hereu D. Avances y controversias en el tratamiento farmacológico de la depresión. Aten Primaria. 2003;31:194-7. Fitoterapia. 2000;71:S73-S82.

INTERACCIONES

Interacciones farmacocinéticas.

Desde hace un par de años, se ha ido acumulando información sobre interacciones entre hipérico y distintos fármacos, entre los cuales se incluyen ciclosporina, digoxina, anticonceptivos orales, teofilina y warfarina. Al parecer, estas interacciones se explican porque la hierba de San Juan induce diferentes enzimas hepáticas implicadas en el metabolismo de estos fármacos, lo que conlleva la disminución de sus concentraciones plasmáticas y, por tanto, la pérdida o disminución de su efecto terapéutico.

Especial trascendencia tiene la interacción que se ha descrito al administrar la hierba de San Juan a pacientes afectados de sida en tratamiento con antirretrovirales, ya que el resultado es la pérdida del efecto terapéutico del antirretroviral, con el consiguiente desarrollo de resistencias por parte del virus de la inmunodeficiencia humana.

Continuando con la importancia de las interacciones del hipérico, hay que señalar que se han comunicado casos de embarazos no deseados en usuarias de anticonceptivos orales que tomaban también esta planta medicinal. Debe hacerse hincapié, no obstante, en que el número de embarazos notificados es todavía bajo, si se compara con el amplio uso que se hace de los productos que contienen hipérico.

Interacciones farmacodinámicas.

Además de las interacciones farmacocinéticas que se acaban de describir, también se han detectado interacciones de carácter farmacodinámico cuando se administra hipérico junto con otros antidepresivos. Éstas serían debidas al efecto inhibitorio de la monoaminoxidasa y de la recaptación de serotonina, lo que se traduce en un incremento de las concentraciones de los neurotransmisores afectados. Así pues, se han notificado casos de pacientes en tratamiento con ISRS que han tomado simultáneamente productos a base de hipérico, en los que se han descrito cuadros de náuseas, debilidad muscular y fatiga extrema, consecuencia de la existencia de unos

niveles muy elevados de serotonina a nivel sináptico. Por ello se aconseja dejar transcurrir al menos dos semanas desde la finalización del tratamiento con hipérico hasta la administración de antidepresivos ISRS.

Retirada brusca. Recientes estudios han demostrado que más de la mitad de los fármacos usados hoy día en terapéutica son posibles candidatos a interactuar con el hipérico si se administran conjuntamente. Sin embargo, dejar de administrar el hipérico tendría como consecuencia un brusco aumento de las concentraciones plasmáticas de los medicamentos ya mencionados, con la consiguiente aparición de toxicidad, especialmente para fármacos con un estrecho margen terapéutico, como es el caso de la ciclosporina, la warfarina, la teofilina y la digoxina.

Finalmente, y en relación con el denominado síndrome de abstinencia, caracterizado por la aparición de mareos, agitación, ansiedad, anorexia, sequedad de boca, etc., ampliamente observado en tratamientos con antidepresivos cuando el paciente, bruscamente, deja de tomar esta medicación, cabe señalar que recientemente también se han notificado algunos casos de dicho síndrome en enfermos tratados con hipérico y que han suspendido, de manera repentina, la administración de esta planta medicinal.

A la vista de todo lo anterior, se recomienda a todo paciente en tratamiento con cualquier medicación, consultar con su médico o farmacéutico antes de tomar hipérico. Si el paciente ya está tomando hipérico junto con otros fármacos, no debe dejar de tomarlo sin antes consultar con su médico o farmacéutico.