

## FITOFÁRMACOS A BASE DE HIERBA DE SAN JUAN (HYPERICUM PERFORATUM)

Miguel A. Morales S.  
Facultad de Medicina  
Universidad de Chile

La Hierba de San Juan es una planta de tallos erectos, dos líneas laterales, flores amarillas de hasta 2cm, generalmente con manchas en los pétalos, hojas de peciolo corto, con numerosas glandulas translúcidas que dan la idea de que la hoja estuviera perforada. Pertenece a la familia de las Gutíferas (Guttiferae) y cuyos usos medicinales fueron registrados tempranamente en la Antigua Grecia.



[www.naturedirect2u.com](http://www.naturedirect2u.com)

El nombre Hierba de San Juan al parecer se refiere a Juan Bautista, dado que en el hemisferio norte florece en las cercanías de la festividad de San Juan, avanzado Junio.

Nombres comunes: Hierba de San Juan, hypericum, hipérico, durante el tiempo de la Colonia en Chile se le llamaba hipericón.

Nombre latín: *Hypericum perforatum*

¿Para que se usaba?:

- Durante siglos para tratar desórdenes mentales y dolor nervioso.
- También como sedante y para el tratamiento de la malaria, así como bálsamo para las heridas, quemaduras y mordeduras de insectos.
- En la actualidad, la hierba de San Juan es usada por algunos para la depresión, ansiedad y o desórdenes del sueño

#### Modo de Uso:

Las sumidades florales de la hierba de San Juan se usan para preparar infusiones, té y existen cápsulas y comprimidos de extractos concentrados, idealmente estandarizados (fitofármacos).

#### ¿Cual es el sustento científico?

- Hay evidencias científico-clínicas que la hierba de San Juan es útil en el tratamiento de la depresión suave a moderada.
- No se indica su uso en la depresión severa puesto que hay estudios clínicos patrocinados por entidades de alto nivel, NCCAM, National Center for Complementary and Alternative Medicine, de Estados Unidos, que han mostrado que no es más efectiva que placebo.
- NCCAM está estudiando su uso en un espectro más amplio de desórdenes del humor, incluyendo la depresión menor.
- Hay gran diversidad de estudios que han demostrado que el extracto de Hierba de San Juan, estandarizado en relación a los componentes bioactivos, hipericina y pseudohipericina, puede lograr el alivio de depresiones moderadas y suaves.
- No obstante cuando no se logran resultados con un determinado antidepresivo, el médico tratante que generalmente es un médico psiquiatra, utilizará otros medicamentos hasta lograr un tratamiento adecuado.



#### Reacciones Adversas y precauciones

- Tanto el uso de la planta o partes de ella como el uso de fitofármacos, extractos estandarizados de Hypericum, pueden causar mayor sensibilidad dérmica a la exposición a la luz solar. Otras RAMs pueden incluir ansiedad, boca seca, síntomas gastrointestinales, fatiga, cefaleas o disfunción sexual.
- Diversas investigaciones señalan que al usar hypericum pueden surgir interacciones con otros medicamentos.

Nuestro organismo dispone de mecanismos metabólicos que permiten la eliminación de fármacos, y se representan entre otros por un complejo denominado Citocromo P-450.

El hypericum puede afectar estos procesos de eliminación, aumentándolos o disminuyéndolos, con consecuencias diferentes sobre la concentración de otros fármacos en la sangre.

Los fármacos que pueden ser afectados (entre otros) incluyen:

- o Antidepresivos
- o Anticonceptivos
- o Ciclosporina, que se usa en el transplante de órganos para evitar el rechazo.
- o Digoxina, que es un fármaco que aumenta la fuerza de contracción cardíaca.
- o Indinavir y fármacos utilizados en infecciones asociadas al SIDA
- o Ciertos fármacos utilizados para tratar el cáncer
- o Warfarina y otros anticoagulantes relacionados.

Cuando se combina Hypericum con otros antidepresivos, pueden aumentar reacciones tales como náuseas, ansiedad, cefaleas y confusión.

#### IMPORTANTE

- Indique siempre a su médico tratante si usted está utilizando fitoterapia.
- No se automedique.



#### SELECCIÓN DE RESULTADOS CLÍNICOS

<u>PACIENTES CON DEPRESION MODERADA</u>				
		<u>Inicio</u>	<u>14</u>	<u>28</u> (días)
Grupo Hypericum	(42)	15.81	9.64	7.17
Grupo Placebo	(47)	15.83	12.28	11.30

Número de pacientes: 105; Tratamiento: 900mg/día  
 67% respondió positivamente al tratamiento  
 Test: Escala de Depresión de Hamilton  
 Sommer y Harrer, (1994) **J. Geriatr. Psychiatry. Neurol.**

HYPERICUM VERSUS FLUOXETINA EN EL TRATAMIENTO DE DEPRESIÓN SUAVE A MODERADA

Ensayo de 6 semanas. Doble ciego.  
70 pacientes (Promedio: 49.7 años)  
Hamilton Rate Scale; Clin global impression; von Zerssen depression scale  
Fluoxetina: 40 mg/día; Hypericum 600 mg/día (Hipericina 0.3%)  
Evaluación: 6 semanas

Resultados en función de la eficacia de Fluoxetina:  
Hypericum HAM-D: 83%; DS 78%; CGI 100%  
Abandonos: 2 en c/grupo.

Conclusiones: Son terapéuticamente equivalentes en el grupo estudiado. Hypericum es una alternativa racional a fluoxetina.  
Behnke K. et al., 2002 J Adv ther 19: 43-52, 2002.

EFECTOS ADVERSOS DE HYPERICUM  
(900 mg/día; 3250 PACIENTES)

Sintomas GI (Nauseas, dolor hipogástrico, diarrea)	18 (0,55%)
Reacciones alérgicas	17 (0,52%)
Cansancio	13 (0,40%)
Ansiedad	8 (0,26%)
Confusión	5 (0,15%)
Otras (Boca seca, insomnio, palpitaciones)	18 (0,55%)
Número total de RAMs	79 (2,43%)

J. Geriatr Psychiatry Neurol 7 (Suppl 1):34-38, 1994.

