

FITOTERAPIA

SEGURA Y DE CALIDAD

La Fitoterapia cuenta, año a año, con un mayor respaldo científico. Los avances en investigación y la aplicación de tecnologías punteras en su fabricación han hecho que cada vez sea más demandada. Pero no todos los productos o plantas son eficaces, o carecen de riesgos para la salud.

Alberto Hernando Álvarez / Responsable
del Laboratorio de Soria Natural

Muchos de nuestros antepasados no disponían como nosotros de medicamentos para hacer frente a las enfermedades. No tenían más remedio que recurrir a la naturaleza y echar mano de plantas para prevenirlas, combatir sus síntomas y curarlas. Con el paso del tiempo, los químicos lograron identificar los compuestos que generan el efecto terapéutico de cada planta y, posteriormente, desarrollar diversos sistemas y métodos para sintetizarlos químicamente. Pero la industria farmacéutica los ha sofisticado tanto, con el fin de dotarlos de mayor potencia, que el parecido de muchos de ellos con las plantas originales es prácticamente inexistente.

Precisamente, esa evolución llevó a que el empleo de la Fitoterapia se redujera espectacularmente. Sin em-

bargo, recientemente se ha vuelto a extender su empleo como consecuencia de la multitud de efectos secundarios de los fármacos y de la mayor efectividad de los productos naturales. El desarrollo científico de esta disciplina y el empleo de tecnologías innovadoras han llevado a que esos compuestos tengan una concentración más densa de principios activos y, por tanto, una mayor calidad y eficacia.

■ **¿Todos los productos son eficaces?** Obviamente, no. Como en otros ámbitos, la calidad de su materia prima condiciona decisivamente los beneficios que genera. Por tanto, no es lo mismo adquirir uno que otro. La efectividad depende de la cantidad que contenga del llamado principio activo que desencadena el efecto terapéutico





deseado. Si la dosis de ese compuesto o compuestos es insuficiente, el resultado será incompleto o nulo. Si es muy elevada, pueden aparecer efectos secundarios.

■ **¿Cómo diferenciar un producto eficaz de los que**

no lo son? La mejor manera es que el consumidor se informe y elija los productos de una marca de garantía. Debe desconfiar de todos aquellos que no identifican en su envase el nombre del fabricante, así como de aquellos otros

que no informan de su contenido en principios activos, ya que pone de manifiesto que, de hecho, ni el producto ni sus ingredientes se analizan. Aun así, no faltan otros en los que sí figura, pero su calidad no es la esperada. Esta circunstancia se debe a que la mayoría de los fabricantes, incluso multinacionales, no hace analíticas en sucesivos lotes con el fin de abaratar costes. Además, en el caso de los extractos de plantas, las empresas que no disponen de cultivos propios ni de equipos necesarios para elaborarlos, se ven obligadas a comprarlos supuestamente estandarizados.

Lote a lote

Habitualmente, el proveedor informa del contenido en principios activos y el productor sólo debe añadir una cantidad fija del extracto en la fórmula sin necesidad de realizar estudios cuantitativos en diferentes series. Nuestra experiencia nos dice que entre el 80 y el 90 por ciento de esos extractos tienen una concentración real muy inferior a la que se declara.

Los extractos de **Soria Natural** se analizan lote a lote, tanto si proceden de plantas de nuestros campos de cultivo ecológicos como si no. Hay que tener en cuenta que la cantidad de estos compuestos de interés puede



variar hasta 10 veces dependiendo de la cosecha.

■ **¿Qué otros factores influyen en la calidad de un producto fitoterápico?**

Aparte de la concentración de principios activos, que debe cuantificarse con los mejores métodos posibles, el consumidor debe tener muy en cuenta la seguridad

sanitaria del producto. Es común encontrar en el mercado cápsulas, comprimidos, gotas o jarabes de plantas medicinales con precios muy diferentes.

Evidentemente, no todos son eficientes. Se diferencian por su calidad. No puede costar lo mismo un producto que contenga planta de

mala calidad, cosechada dos o tres años antes, mezclada o no con impurezas u otras plantas más baratas, a las que se le han eliminado los principios activos para elaborar extractos y que, además, carecen de controles analíticos (microbiológicos, metales pesados, pesticidas, radioactividad...), que otras de planta recién recolectada en cultivos ecológicos sometidos a evaluaciones analíticas permanentes o periódicas.

El consumidor debe valorar, por encima de todo, que el producto adquirido sea totalmente seguro, que en ningún caso dañe su salud, y que garantice su efecto terapéutico. ■