

Conociendo las propiedades del Eucalipto, ¿un alivio para la tos?

Knowing the properties of Eucalyptus, ¿a cough relief?

Autores: Bazán, Luz^a; Antacle, Alberto^b; Pacheco, María^c

^a Residencia Medicina Familiar - OSPeCon Sede Tucumán - Asociación Tucumana de Medicina General, Familiar y Comunitaria.

^b Residencia Medicina Familiar - OSPeCon Sede Tucumán - Asociación Tucumana de Medicina General, Familiar y Comunitaria.

^c Residencia Medicina Familiar - OSPeCon Sede Tucumán - Asociación Tucumana de Medicina General, Familiar y Comunitaria

Contacto:

Av. Colón 1170 - San Miguel de Tucumán, Argentina.

Mail: luzpipibazan@gmail.com

Recibido: 12/05/2023

Aceptado: 01/08/2023

RESUMEN

El eucalipto se ha empleado popularmente para tratar afecciones respiratorias. Muchas veces en nuestras consultas como médicos de familia, los pacientes con problemas respiratorios nos preguntan sobre esta práctica y sus efectos en la salud. Por esto, decidimos hacer una búsqueda de la evidencia disponible.

Luego de realizar una búsqueda bibliográfica y seleccionar la evidencia más reciente y de mejor calidad, podemos decir, que el eucalipto tuvo un efecto estadísticamente significativo en comparación con el placebo en cuanto a los síntomas relacionados con la tos como así también en su frecuencia. Igualmente, concluimos que estos efectos del eucalipto sobre la tos en procesos respiratorios agudos, deberían tomarse con precaución, siempre informando a nuestros pacientes sobre la evidencia actual limitada disponible, sin olvidar las creencias de cada persona para la toma de decisiones.

ABSTRACT

Eucalyptus has been popularly used to treat respiratory conditions. Many times in our consultations as family doctors, patients with respiratory problems ask us about this practice and its effects on health. For this reason, we decided to do a search of the available evidence.

After conducting a literature search and selecting the most recent and best-quality evidence, we can say that eucalyptus had a statistically significant effect compared to placebo in terms of cough-related symptoms as well as their frequency. Likewise, we conclude that these effects of eucalyptus on coughing in acute respiratory processes should be taken with caution, always informing our patients about the limited current evidence available, without forgetting each person's beliefs for decision-making.

ESCENARIO CLÍNICO

En consultorio un paciente adulto asiste por presentar tos de una semana de evolución acompañado de congestión. Se le realizó el examen físico, donde sólo se observó fauces congestivas, se le indicó tratamiento sintomático por sospecha de un cuadro catarral, y consultó si realizar vapor de agua con eucalipto podría ser de ayuda para aliviar la molestia que le generaba la tos. Por esto, nos planteamos la búsqueda de la evidencia disponible en torno a este tratamiento en medicina folclórica de uso cotidiano en algunos lugares, con buenos resultados según la experiencia de los pacientes que utilizaron este recurso para aliviar la tos.

PREGUNTA CLÍNICA

En pacientes adultos con tos debido a infecciones respiratorias agudas, ¿el tratamiento con eucalipto (en diferentes presentaciones) produce mejoría sintomática de la misma?

ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA:

Realizamos una búsqueda en Cochrane, Biblioteca Virtual de Salud y Elsevier, usando como palabras clave: tos/eucalipto/resfrío/bronquitis/infecciones del tracto respiratorio superior. En Pubmed utilizamos combinación de los términos Mesh: cough/eucalyptus/cold/bronchitis/upper respiratory tract infections.

Se agregaron filtros para incluir solamente revisiones sistemáticas (RSs) con/sin metaanálisis (MA) y ensayos clínicos aleatorizados (ECAs), de los últimos 5 años, sin restricción de idiomas, con fecha de corte de la búsqueda diciembre 2022. Se encontraron 47 artículos que fuimos descartando y se seleccionó el que mejor respondía a nuestra pregunta clínica.

ALGUNOS DATOS IMPORTANTES

En la medicina tradicional (MT), las especies con propiedades curativas han sido utilizadas por su disponibilidad, con fines medicinales principalmente en las poblaciones de escasos recursos y carentes de servicios básicos de salud^(1, 2). Es una parte importante y con frecuencia subestimada de los servicios de salud. Su uso sigue estando muy extendido en los países en vías de desarrollo. La OMS la define como prácticas, enfoques, conocimientos y creencias sanitarias diversas que incorporan medicinas basadas en plantas, animales y/o minerales, terapias espirituales, técnicas manuales y ejercicios aplicados de forma individual o en combinación para mantener el bienestar⁽³⁾.

Alrededor del 65% de las personas en el mundo y hasta el 90% de la población de los países en desarrollo dependen de la MT para la atención primaria de la salud⁽⁴⁾.

La mayoría de los países de América Latina, utiliza plantas medicinales para el tratamiento de diversas enfermedades. En Ecuador el 80 % de la población aplica estos tratamientos, al igual que países como Perú, Bolivia, zonas rurales de Argentina, Brasil, etc^(5, 6).

Con el nombre de eucalipto, se conocen aproximadamente 900 especies arbóreas (300 contienen en sus hojas aceite esencial). En su mayor parte son de origen australiano y de Tasmania, en la actualidad introducidas en numerosas partes del mundo de clima subtropical o mediterráneo⁽⁷⁾.

Utilizado durante siglos como un remedio herbal aborígen tradicional, las hojas de eucalipto y sus aceites esenciales han encontrado diversas aplicaciones en la vida cotidiana. La antigua sociedad aborígen en Australia usó la planta para tratar los síntomas digestivos, respiratorios, detener el sangrado y cuidado de heridas, también para el alivio de dolores musculares, articulares y odontológicos.

La destilación al vapor de las hojas de

eucalipto genera un aceite rico en 1,8-cineol⁽⁸⁾. Este aceite presenta un olor fuerte, balsámico, aromático y sabor ligeramente amargo que deja sensación de frescura en la boca⁽⁷⁾. Es usado como descongestionante y para combatir infecciones respiratorias. Se usa como ungüento, pastillas, caramelos inhalantes, infusiones, jarabes o en vaporizaciones⁽⁹⁾. El eucalipto se ha empleado popularmente tanto por vía oral como inhalatoria, para tratar afecciones respiratorias como resfriados, dolor de garganta, faringitis, gripe, bronquitis, sinusitis, asma, neumonía, etc. Se elimina por vía pulmonar ejerciendo así su acción anti-séptica y expectorante, tiene también efecto antitusivo⁽⁷⁾ según la bibliografía consultada.

RESUMEN DE LA EVIDENCIA

<https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/jicm.2021.0226>

Her, L., Kanjanasilp, J., Chaiyakunapruk, N., & Sawangjit, R. (2022). Efficacy and safety of Eucalyptus for relieving cough: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Integrative and Complementary Medicine*, 28(3), 218–226. <https://doi.org/10.1089/jicm.2021.0226>

Doi: 10.1089/jicm.2021.0226

TÍTULO: EFICACIA Y SEGURIDAD DEL EUCALIPTO PARA ALIVIAR LA TOS: REVISIÓN SISTEMÁTICA Y METANÁLISIS DE ENSAYOS CONTROLADOS ALEATORIOS⁽¹²⁾.

Objetivo: Evaluar la eficacia y seguridad de *Eucalyptus globulus* Labill (Eucalipto) para aliviar los síntomas de la tos.

Métodos: Se realizó una revisión sistemática (RS) y un MA. Se incluyeron ECAs hasta febrero de 2021 que evaluaron los efectos clínicos de cualquier formulación de eucalipto sobre la tos en pacientes con infección de vías respiratorias superiores e inferiores, bronquitis y enfermedades relacionadas con la infección de las vías respiratorias. Fueron

excluidos los estudios que investigaban el efecto del eucalipto sobre la tos causada por enfermedades crónicas, cáncer de pulmón, TBC, neumonía grave, inmunodeficiencia conocida, tos postextubación y fibrosis pulmonar. El resultado primario fue la eficacia clínica definida como la proporción de pacientes que lograron una mejoría o resolución de los síntomas generales de la tos. La mejoría o resolución de los síntomas generales de la tos se evaluó utilizando una escala de calificación verbal (YRS) que va de 0 a 3 (YRS: 0 = sin tos o curado, 1 = síntoma de tos mejorado de línea de base, 2 = síntoma de tos sin cambios desde la línea de base, 3 = síntoma de tos que empeora desde la línea de base). Esta evaluación incorporó todas las percepciones de la tos, incluida la intensidad o la gravedad, la frecuencia y la calidad de la tos en el mismo momento de la evaluación, por lo que se denominan síntomas generales de la tos. Se consideró paciente respondedor a aquel con mejoría o resolución de los síntomas generales de la tos (YRS = 0 o 1). Los resultados secundarios fueron la frecuencia y la gravedad de la tos, la calidad de la tos y los eventos adversos (EA).

Resultados: De los 340 artículos relacionados, se incluyeron 6 ECAs en esta RS, con 1866 participantes (870 hombres y 996 mujeres). De los 6 estudios, uno se realizó en Israel y cinco estudios se realizaron en Alemania. Todos los estudios fueron ECAs, doble ciego, multicéntricos. Solo un estudio tuvo un tamaño de muestra de menos de 100 pacientes. La edad promedio de los pacientes incluidos fue de 44,85 años con un rango de 18 a 83 años. Cinco estudios utilizaron placebo como grupo control. La mayoría de los mismos usaron eucalipto en fórmula combinada por ejemplo con aceite de tilo o pino (4 de 6 estudios). En el MA de 4 estudios (N 1395) se encontró que los productos de eucalipto son más efectivos que el placebo en términos de mejora o resolución de los síntomas generales de la tos con un RR de 1,45 (IC del 95 % 1,26–1,67). Si bien todas las fórmulas de eucalipto en promedio redujeron la frecuencia de la tos, solo 2 estudios (N:655) tenían los datos suficientes para realizar MA que arrojó una diferencia

de media ponderada estadísticamente significativa de 0,44 (IC del 95 %: 0,28–0,60), en comparación con el placebo. No hubo eventos adversos graves asociados con el eucalipto durante los períodos de tratamiento. Los síntomas gastrointestinales de leves a moderados fueron comunes en ambos grupos de eucalipto solo o combinado.

Conclusiones: Según la evidencia actual, los productos de eucalipto pueden ser efectivos y seguros para aliviar la tos inducida por infecciones del tracto respiratorio superior. Sin embargo, se deben realizar más ensayos controlados aleatorios multicéntricos bien diseñados que investiguen los efectos a largo plazo de estos productos sobre la tos para respaldar la evidencia actual.

CONCLUSIONES

El interés de la humanidad siempre ha sido la búsqueda de la cura para sus enfermedades y dolencias, en ese sentido, las plantas vienen desempeñando un papel de vital importancia para la salud de la población⁽¹⁰⁾. Los conocimientos sobre el uso de las plantas medicinales han sido transmitidos de generación en generación, con expresiones en diversas prácticas culturales, históricamente sometidos a proceso de transformación⁽¹¹⁾.

Según la evidencia encontrada los productos que contienen el aceite esencial de las hojas de eucalipto, pueden tener efectos beneficiosos para el tratamiento de la tos producida por diferentes afecciones respiratorias.

En la revisión analizada en este artículo, la mitad de los estudios incluidos tenían alto riesgo de sesgo, alta tasa de abandonos, solo se evaluó la eficacia a corto plazo del eucalipto y los estudios tuvieron tiempos de seguimiento muy distintos.

En distintas guías de práctica clínica sobre infecciones respiratorias altas, no se nombra a la planta de eucalipto como tratamiento alternativo para mejorar la tos como síntoma^(12, 13).

Por todo esto, los efectos beneficiosos de la planta de eucalipto sobre la tos en procesos respiratorios agudos, deberían tomarse con precaución e informar a nuestros pacientes sobre la evidencia actual disponible para la toma de decisiones acorde a las expectativas, deseos y creencias de cada paciente.

Se requieren estudios farmacológicos, fitoquímicos y toxicológicos de flora medicinal, incluidas mezclas que realizan en los tratamientos, para la validación experimental de sus usos tradicionales, que en este tiempo se ha convertido en una alternativa para el tratamiento de las enfermedades respiratorias, especialmente en zonas en donde el acceso a los sistemas de salud es deficiente.

Declaración de conflictos de interés: los autores de la presente actualización no presentan ningún conflicto de interés.

REFERENCIAS

1. Magaña Alejandro MA, Gama Campillo LM, & Mariaca Méndez R. "El uso de las plantas medicinales en las comunidades Maya-Chontales de Nacajuca, Tabasco, México". Polibotánica. Año 2010; vol: 29, 213–262.
2. Maldonado C, Paniagua-Zambrana N, Bussmann RW, Zenteno-Ruiz FS & Fuentes AF. "La importancia de las plantas medicinales, su taxonomía y la búsqueda de la cura a la enfermedad que causa el coronavirus (COVID-19)". Ecología en Bolivia. Año 2020; vol: 55(1), 1–5.
3. Estrategia de la OMS para medicinas alternativas 2014-2023. OMS [Internet]. Año 2013 [citado 15 de mayo de 2022]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/95008/9789243506098_spa.pdf
4. Vandebroek I, Thomas E, Sanca S, Van Damme P, Van Puyvelde L & De Kimpe N. "Comparison of health conditions treated with traditional and biomedical health care in a Quechua community in rural Bolivia". Jour-

nal of Ethnobiology and Ethnomedicine. Año 2008; vol: 4(1), 1.

5. Oblitas G, Hernández-Córdova G, Chiclla A, Antich-Barrientos M, Ccorihumán-Cusitito L & Romaní F. “Empleo de plantas medicinales en usuarios de dos hospitales referenciales del Cusco, Perú”. Revista Peruana de Medicina experimental y Salud Pública. Año 2013; vol: 30(1), 64–68.

6. Jacob Paredes D, Buenaño Allauca MP & Mancera Rodríguez NJ. “Usos de plantas medicinales en la comunidad San Jacinto del Cantón Ventanas, Los Ríos–Ecuador”. Año 2015

7. Carretero ME, Ortega T. “Eucalipto en afecciones respiratorias” [Internet]. Disponible en: <https://botplusweb.portalfarma.com/documentos/2018/5/8/122555.pdf>

8. Bielory L. “Complementary and alternative therapies for allergic rhinitis and conjunctivitis”. Up to Date. [Internet]. Año 2022 [citado 6 de junio de 2022]. Disponible en: <https://www.uptodate.com/contents/complementary-and-alternative-therapies-for-allergic-rhinitis-and-conjunctivitis>

9. Bravo la Torre LK, Lopez Alvarez HMG. “Efectividad del eucalipto (eucalyptus), en la disminución de signos y síntomas de las infecciones respiratorias agudas en niños de 6 – 8 años – Institución Educativa San Ramón de Tarma – Abril – Junio del 2015” [Internet]. Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión Facultad de Ciencias de la Salud Escuela de Formación Profesional de Enfermería [Tesis]. Año 2015 [citado 11 de marzo 2022]. Disponible en: <http://repositorio.undac.edu.pe/bitstream/undac/240/1/Bravo%20la%20torre%20lisbeth%20katherine.pdf>

10. Santillán MPR, & Coico FRM. Plantas Utilizadas en Medicina Tradicional para Afecciones Respiratorias Virales. REBIOL. Año 2020; vol: 40(1), 109–130.

11. De-la-Cruz H, Vilcapoma G & Zevallos PA. Ethnobotanical study of medicinal

plants used by the Andean people of Canta, Lima, Peru. Journal of Ethnopharmacology. Año 2007; vol: 111(2), 284–294

12. Guía de Práctica Clínica “Abordaje Integral de las Infecciones Respiratorias Agudas” [Internet]. MSAL (2da. edición). Año 2011 [citado 26 Diciembre 2022]. Disponible en: <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2018-10/0000000263cnt-guia-integral-infecciones-resp-agudas.pdf>

13. Guía de Práctica Clínica para el Diagnóstico y Tratamiento de Infecciones Agudas de las Vías Respiratorias Superiores. [Internet]. Ministerio de Salud de Perú. Año 2019 [citado 26 Diciembre 2022]. Disponible en: <https://www.insnsb.gob.pe/docs-trans/resoluciones/archivopdf.php?pdf=2019/RD%20N%C2%B0%20000260-2019-DG-INSNSB%20INFECCIONES%20AGUDAS%20DE%20LAS%20V%C3%8DAS%20RESPIRATORIAS%20SUPERIORES.pdf>