

# **CURSO DE FITOTERAPIA:**

## **BENEFICIOS CONTRAINDICACIONES E INTERACCIONES DE LAS PLANTAS MEDICINALES**



**DRA.GEMMA BAULIES ROMERO  
DUE ROSA M. TORRES CASTELLA**

## **PRESENTACIÓN**

En la consulta nos encontramos que muchos usuarios toman plantas medicinales pensando que son inofensivas y que no interaccionan con su medicación habitual. Su médico o enfermera no lo saben y esto puede conllevar un riesgo.

Cada vez hay mas evidencia de la eficacia de la fitoterapia y del riesgo menor que comporta respecto a otras terapias. Esto hace que las plantas medicinales sean una buena alternativa en determinados procesos y sea factible en Atención Primaria. Pero hay que remarcar que entre los profesionales sanitarios hay un vacío formativo respecto a este tema.

Por todo esto creemos que es necesario hacer una divulgación para facilitar la proximidad de la fitoterapia desde una visión global, científica y sobretodo práctica.

Pretendemos acercar a los profesionales de la salud las plantas medicinales más utilizadas a nivel popular, presentando estudios de eficacia y posibles interacciones con las medicaciones más habituales.



*Crataegus monogyna*

## **OBJETIVOS GENERALES:**

- + Conocer la fitoterapia como herramienta de trabajo del personal facultativo y no facultativo.
- + Dar una visión práctica de la Fitoterapia aplicada a la consulta de Atención Primaria.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- + Obtener unos conocimientos generales sobre la Fitoterapia.
- + Profundizar en el conocimiento de determinadas plantas medicinales.
- + Conocer la aplicación de las plantas medicinales en diferentes patologías y su posterior uso en la consulta.
- + Conocer las posibles interacciones con la medicación que habitualmente se prescribe en la consulta.

## **CONTENIDO**

### **Fundamentos de la Fitoterapia**

- + Concepto.
- + Historia. Breve repaso hasta nuestros días.
- + Legislación vigente.
- + Calidad, Seguridad y Eficacia. Conceptos generales.
- + Fitoterapia basada en la evidencia. Fuentes de información.
- + Formas galénicas. Preparados fitoterapéuticos.

## **Fitoterapia Clínica**

Aplicación en las patologías más frecuentes en la consulta. Efectos secundarios y contraindicaciones.

- ✚ **Sistema nervioso:** Depresión y ansiedad. Plantas estimulantes y tranquilizantes. Trastornos cognitivos.
- ✚ **Sistema locomotor:** Dolores de tipo reumático, traumatismos. Plantas antiinflamatorias y analgésicas.
- ✚ **Sistema cardiocirculatorio:** Trastornos vasculares, HTA, hiperlipemias. Plantas con efecto antiagregante, anticoagulante , antihipertensivo, hipolipemiante.
- ✚ **Sistema digestivo y metabólico:** Estreñimiento, gastritis, afecciones hepatobiliares, dispepsias. Diabetes, obesidad.
- ✚ **Sistema urinario y ginecológico:** Cistitis, cálculos renales, trastornos prostáticos, síndrome premenstrual, menopausia, infecciones vaginales.
- ✚ **Sistema respiratorio e inmunitario:** Resfriado común, gripe, afecciones bronquiales benignas, fiebre. Plantas inmunomoduladoras y antioxidantes.
- ✚ **Dermatología :** eccemas, psoriasis, dermatitis.
- ✚ **Casos especiales:** Pediatría, embarazo, lactancia y geriatría.

## **DIRIGIDO A:**

Médicos y enfermeras que estén interesados.

## **METODOLOGIA:**

Exposición teórica con clases participativas.

Taller práctico; exposición de las plantas que se darán aquel día.

Casos clínicos: en las clases presenciales se trabajaran diferentes situaciones en que nos podemos encontrar en la consulta.

El alumno tendrá que resolver a lo largo del curso diversos casos clínicos que le llegaran vía *on-line* y tendrá que realizar trabajos de búsqueda de diferentes situaciones que se li irán planteando. Esto supondrá un trabajo en horas de prácticas.

## **MATERIAL:**

Soporte audiovisual

Apuntes

Plantas medicinales

Diferentes preparados que nos podemos encontrar en el mercado.

## **DURACIÓN:**

50 horas;

30 horas teóricas y 20 horas de prácticas.

## **PROFESORADO:**

Dra. Gemma Baulies Romero.

Licenciada en Medicina y Cirugía por la Universidad de Barcelona.

Pediatra. Homeópata. Diplomada en Homeopatía por la

Universidad de Barcelona. Master en Naturopatía por la

Universidad de Barcelona. Master Interuniversitario de Plantas

Medicinales y Fitoterapia. ( [gemma@fitoaula.com](mailto:gemma@fitoaula.com) ).

DUE. Rosa M. Torres Castella.

Diplomada en Enfermería. Master en Fitoterapia por la

Universidad de Barcelona. Master Interuniversitario en Plantas

Medicinales y Fitoterapia. ( [rosamaria@fitoaula.com](mailto:rosamaria@fitoaula.com) ).