

# rdf

## Revista de Fitoterapia



ÓRGANO OFICIAL



# Evaluación de conocimientos sobre fitoterapia de los profesionales sanitarios de atención primaria de la Comunidad de Madrid

EDICIÓN ESPECIAL PARA



ABRIL 2024



FIGURA 1. Centro de Salud V Centenario.  
San Sebastián de los Reyes. Madrid.

# Evaluación de los conocimientos sobre fitoterapia de los profesionales sanitarios de atención primaria de la Comunidad de Madrid

María Costa Rodríguez<sup>a</sup>  
 Esther Frías Díaz<sup>b</sup>  
 Blanca Jiménez Pérez<sup>c</sup>  
 Bernat Vanaclocha Vanaclocha<sup>d</sup>

<sup>a</sup> Centro de Salud El Espinillo, Villaverde, Madrid

<sup>b</sup> Centro de Salud V Centenario, San Sebastián de los Reyes, Madrid

<sup>c</sup> Centro de Salud Los Cristianos, Arona. Santa Cruz de Tenerife

<sup>d</sup> Máster de Fitoterapia de IL3 - Universidad de Barcelona

#### Dirección de contacto:

María Costa Rodríguez  
 Esther Frías Díaz  
 Blanca Jiménez Pérez  
 meb.fitoterapia@gmail.com

## Resumen

El objetivo de este estudio es evaluar el grado de conocimiento, formación, uso y prescripción de fitoterapia de los profesionales de atención primaria en la Comunidad de Madrid. Para ello se realizó una encuesta a la que respondieron 753 profesionales. Los resultados muestran que un 89% de los encuestados conocen el término fitoterapia y un 31% la usa a nivel personal, destacando entre las plantas que más utilizan la valeriana, la tila y la manzanilla. Un 22% de los profesionales afirmaron tener conocimientos previos y un 65% no tener formación en esta área. De los encuestados, un 39% consideró no sentirse capacitado para prescribir y un 78% considera que es necesaria la formación.

Según los encuestados la demanda de fitoterapia en la consulta no supera el 15%. Los profesionales recomiendan fitoterapia especialmente para afecciones relacionadas con el sistema nervioso y el aparato digestivo. Las preguntas sobre conocimientos específicos mostraron un nivel insuficiente por parte de los profesionales encuestados. En conclusión, es necesaria la formación de los profesionales para una correcta recomendación de la fitoterapia por parte de los sanitarios y un mejor uso por parte de la población.

## Palabras clave

Fitoterapia, conocimientos, formación, sanitarios, Atención Primaria.

## Evaluation of knowledge about phytotherapy of primary health care professionals in the Community of Madrid

### Abstract

The aim of this study was to evaluate the level of knowledge, training, use and prescription of phytotherapy of primary healthcare professionals from the Community of Madrid. For this purpose, a survey was carried out to which 753 professionals responded. The results show that 89% of responders know the term phytotherapy and 31% use it on a personal level, standing out among the plants that most use valerian, lime flower and chamomile. A 22% of professionals claimed to have prior knowledge and 65% had no training in this area, 39% of the responders considered that they did not feel qualified to prescribe, and 78% that education is necessary.

According to the answers, the demand for phytotherapy treatments by patients in the consultation does not exceed 15%. Professionals recommend phytotherapy especially for conditions related to the nervous and digestive systems. Answers to specific knowledge questions showed an insufficient level of knowledge of the professionals surveyed. In conclusion, the training of professionals is necessary for a proper recommendation of phytotherapy by healthcare professionals and better use by the population.

### Keywords

Phytotherapy, knowledge, training, health care, Primary care.

## Avaliação do conhecimento sobre fitoterapia de profissionais de saúde de cuidados de saúde primários na Comunidade de Madrid

### Resumo

O objetivo deste estudo é avaliar o conhecimento dos profissionais de saúde de cuidados de saúde primários na Comunidade de Madrid. Para isso, foi realizado um questionário ao qual responderam 753 profissionais. Os resultados mostram que 80% dos inquiridos conhecem o termo fitoterapia e 31% utilizam a fitoterapia a nível pessoal, destacando-se entre as plantas mais usadas a valeriana, a flor de tília e a camomila. Cerca de 22% dos profissionais demonstraram possuir conhecimentos prévios e 65% afirmaram não ter formação nesta área. Dos inquiridos, 39% consideraram que não se sentiam habilitados para prescrever e um 78% consideraram que era necessária formação. Segundo os inquiridos, a procura por fitoterapia nas consultas é baixa, não ultrapassando 15%. Os profissionais recomendam fitoterapia especialmente para afeções as relacionadas com o sistema nervoso e com o aparelho digestivo. As questões sobre conhecimentos específicos demonstraram nível de conhecimento insuficiente por parte dos profissionais inquiridos. Conclui-se que é necessária a formação dos profissionais para o uso correto da fitoterapia pelos profissionais de saúde e um melhor uso pela população.

### Palavras-chave

Fitoterapia, conhecimento, formação, atenção à saúde, cuidados de saúde primários.

## Introducción y objetivos

La fitoterapia cuenta en la actualidad con un largo recorrido en su uso y consumo por parte de la población. Más allá del uso tradicional y popular de las plantas medicinales, gracias al avance en los estudios científicos se ha conseguido tener un mejor conocimiento de los productos fitoterápicos. Por otra parte, existen normativas armonizadas a nivel europeo que respaldan los beneficios del uso de fitoterapia para determinados preparados, así como su indicación para patologías en la que han mostrado su eficacia y seguridad. Todo ello favorece que los profesionales sanitarios puedan conocer la evidencia disponible y de esta forma prescribir, dispensar o recomendar los productos disponibles en el mercado con garantías.

Atendiendo a la creciente demanda de productos fitoterápicos, resulta indispensable la formación de los profesionales en este campo para un uso adecuado, para conocer

los efectos farmacológicos y las posibles interacciones de los diferentes preparados disponibles en el mercado.

## Uso de la fitoterapia por parte de la población

Se considera que existe un elevado consumo de productos fitoterápicos en nuestro país, pero resulta difícil conocer el grado real de su uso por parte de la población. Los escasos estudios publicados muestran resultados muy variables, que oscilan entre el 28,6% y el 38% de la población adulta<sup>(1,2)</sup> aunque en algunos estudios el uso alcanza o incluso supera el 80%<sup>(3,4)</sup>. Es importante considerar que las muestras de estos estudios son muy diferentes, tanto en cuanto a su ámbito geográfico (rural o urbano) como en la edad de los participantes (en algún caso acotada a mayores de 65 años)<sup>(3)</sup>.

Los diferentes estudios muestran que el uso de plantas medicinales es mayor entre las mujeres (27,2-31,9%) que

entre los hombres (14,7- 25,3%)<sup>(1,3)</sup>. En un estudio realizado en la provincia de Sevilla en 2020 se concluyó que un 80,8% de los encuestados habían hecho uso de fitoterapia, suponiendo las mujeres un 67,5%<sup>(5)</sup>

Otro estudio elaborado recientemente en España observó que el 75,1% de la población estudiada había consumido algún tipo de complemento alimenticio, entre ellos productos fitoterápicos. Los principales motivos para su consumo fueron la conservación y el fomento de la salud, la prevención de enfermedades y el aumento del rendimiento deportivo.<sup>(1)</sup>

En 2017 se realizó en Valencia un estudio sobre el consumo de plantas medicinales en la población mayor de 18 años. Observaron que un 73,03% de la muestra consumía o había consumido plantas medicinales, el 91% de ellos en forma de tisanas<sup>(6)</sup>. En este mismo año, se realizó otro estudio en población española mayor de 65 años, observando que el 88,30% consumían plantas medicinales<sup>(3)</sup>, con una media de 2,21 infusiones diarias, siendo las más frecuentes manzanilla, anís, tila y poleo.

Un estudio de 2012, en Gran Canaria, observó que consumo de plantas medicinales era del 70% en mayores de 40 años y del 30% de menores de 40 años<sup>(7)</sup>.

Otro estudio realizado en 2011 en un centro de salud de Barcelona observó que un 59,6% de la población consumía algún tipo de planta medicinal. De los cuales un 74,8% no lo consultó con su médico ni con su enfermera. El 58% tomaba concomitantemente alguna medicación crónica, por lo que calcularon la probabilidad de aparición de interacciones en un 18,8%<sup>(8)</sup>. Otro estudio entre los usuarios de los centros de atención primaria en la ciudad de Barcelona, realizado en 2014, mostró resultados similares<sup>(9)</sup>.

Aunque el consumo de productos a base de plantas medicinales es muy variable en los diferentes estudios, pone de relieve la necesidad de que los profesionales sanitarios dispongan de conocimientos para poder proporcionar una atención de calidad que garantice la seguridad del paciente cuando los prescribe y para asesorar ante el autoconsumo de ciertos productos que pueden comportar interacciones y efectos adversos.

### Conocimientos de los profesionales sanitarios sobre fitoterapia.

La OMS en su estrategia primaria sobre medicina tradicional estableció los siguientes objetivos:

- Integrar la medicina tradicional en los sistemas de salud nacionales a través de programas y políticas.
- Promover la calidad, seguridad y eficacia de las medicinas tradicionales.
- Promover el uso racional de la medicina tradicional favoreciendo el acceso a ésta por parte de las poblaciones más pobres.

La OMS, en su plan estratégico 2014-2023, recalca la importancia de incluir y fomentar el uso de productos naturales en los sistemas sanitarios de los países miembros.<sup>(10)</sup>

Una de las dificultades para implantar esta estrategia de la OMS es la formación de los profesionales de la salud. En la actualidad existen diferentes profesionales relacionados con la fitoterapia como farmacéuticos, médicos, enfermeras, fisioterapeutas, odontólogos o veterinarios, con un grado muy diferente de formación en este campo, ya que solo algunas carreras sanitarias, como farmacia, cuentan en sus planes de estudio con asignaturas en las que se aborda la fitoterapia, por lo que en la mayoría de licenciaturas del área de la salud las vías para adquirir una formación son la autoformación, la realización posgrados, másteres o asistir a actividades de sociedades científicas o a formaciones organizadas por los laboratorios. También existen otros profesionales, como los herbolarios, sin titulación universitaria en la mayoría de los casos<sup>(8)</sup>.

La falta de formación de los sanitarios repercute en la capacitación para prescribir o recomendar fitoterapia, lo que propicia que el consumo por parte de los pacientes se realice frecuentemente sin la recomendación o indicación de un profesional de la salud.

En una revisión bibliográfica sobre estudios relacionados con formación en fitoterapia para los profesionales sanitarios, hemos encontrado pocos artículos y en su mayoría se refieren a terapias complementarias, incluyendo la fitoterapia como terapia natural. En estos estudios existe una gran variabilidad en el tamaño de la muestra, en los tipos de profesionales y en la forma de valorar los conocimientos, pero aún con estas diferencias, todos presentan unas conclusiones muy similares, coincidiendo en que los conocimientos sobre fitoterapia por parte de los profesionales sanitarios y estudiantes de ciencias de la salud son bajos<sup>(9-13)</sup>. Debido a este déficit de conocimientos, son muy pocos los profesionales que prescriben o recomiendan productos a base de plantas medicinales, lo que conduce a que los pacientes recurran mayoritariamente al autoconsumo<sup>(11, 14, 16-19)</sup>.



FIGURA 2. Valeriana. Foto: B. Vanaclocha.

Los estudios revisados refieren que las plantas medicinales más recomendadas por los profesionales de la salud son la valeriana (FIGURA 2) <sup>(11, 14)</sup> y la manzanilla <sup>(15, 20)</sup>, siendo las patologías para las que más se utilizan el insomnio, la ansiedad, el estrés y la dispepsia.

### Justificación del estudio

La demanda de productos fitoterápicos por parte de la población como tratamiento principal o complementario para sus problemas de salud, hace que sea necesaria la participación del profesional sanitario para controlar los productos fitoterápicos que están tomando o desean tomar los pacientes, a veces de forma simultánea con otras medicaciones pautadas, ya que a menudo estos pacientes son personas con enfermedades crónicas, con pluripatologías y/o polimedicadas, por lo que dar una respuesta a sus consultas y dudas es fundamental para garantizar tanto la efectividad del tratamiento como la seguridad del paciente. Los productos fitoterápicos, incluidos la mayoría de los medicamentos, están destinados al autoconsumo y el paciente suele iniciar los tratamientos en base a experiencias previas, porque se lo han recomendado familiares o amigos, o lo han visto anunciar. Ante la duda de si el profesional aceptará este tratamiento, es habitual que el paciente no se lo comente al personal sanitario <sup>(7)</sup>, y estos raramente preguntan a sus pacientes sobre si toman productos fitoterápicos. Esta falta de comunicación puede conducir a situaciones indeseables.

Ante esta coyuntura, nos preguntamos cuál sería el grado de conocimientos sobre fitoterapia percibido por los profesionales sanitarios y en qué medida recomiendan a sus pacientes productos fitoterápicos. También nos interesaba conocer el uso de fitoterapia por los propios profesionales sanitarios, su percepción, la práctica en consulta y el interés en formarse en el tema.

### Objetivos

General: Describir el grado de conocimiento sobre fitoterapia por parte del personal sanitario perteneciente al sector de atención primaria del Servicio Madrileño de Salud.

Específicos:

- Conocer el grado de formación de los profesionales sanitarios en fitoterapia y su percepción sobre su capacitación y necesidad de formarse.
- Estimar el porcentaje de profesionales sanitarios que consumen productos de plantas medicinales.
- Evaluar la prevalencia de prescripción de fitoterapia por parte de los profesionales sanitarios.
- Estimar la prevalencia de demanda de fitoterapia a los profesionales por parte de la población.
- Evaluar el grado de conocimiento de los profesionales sobre interacciones y usos específicos de plantas medicinales.

### Metodología

Se realizó un estudio descriptivo observacional en el que se incluyeron profesionales sanitarios del ámbito de la atención primaria de la Comunidad de Madrid que realizan una atención directa a la población: medicina de familia y enfermería (incluida la enfermería general, de familia o pediátrica), unidades específicas o unidades de apoyo tales como enfermería obstétrico-ginecológica (matronas), odontología y fisioterapia. También se consideró conveniente incluir en la muestra a los profesionales de las unidades de farmacia de las siete direcciones asistenciales de atención primaria de la Comunidad de Madrid. Se excluyeron técnicos medios sanitarios en cuidados auxiliares de enfermería y profesionales no sanitarios como celadores y equipos administrativos.

### Muestreo

Se realizó un muestreo consecutivo. El proyecto fue evaluado por la comisión central de investigación de la gerencia asistencial de atención primaria de la Comunidad de Madrid quien autorizó y realizó la difusión en las direcciones asistenciales norte y centro, así como a todas las unidades docentes. Para llevarlo a cabo, se invitó a cumplimentar un cuestionario anónimo a todos los profesionales sanitarios de dichas direcciones. Posteriormente el cuestionario se envió de forma individual a las demás direcciones asistenciales, solicitando su colaboración, y también se envió directamente el cuestionario a los correos directos de los centros de salud o buzón general (Buzgen).

### Cálculo del tamaño de la muestra

El tamaño de la muestra se calculó con la herramienta Epidat teniendo en cuenta la población total de 8.249 profesionales sanitarios de Atención Primaria de la Comunidad de Madrid (desglosada en la TABLA 1). Se consideró un nivel de confianza del 95%, una proporción esperada de un 30% y una precisión absoluta del 5%. Asumiendo el 15% de pérdidas, el tamaño muestral quedó establecido en 358. El número total de participantes alcanzados en este estudio fue de 753, lo que supone la participación del 9,1% de los profesionales a los que fue dirigido el formulario.

TABLA 1. Número de profesionales sanitarios de atención primaria de la Comunidad de Madrid y de participantes en la encuesta, por sectores, con indicación del porcentaje de respondedores respecto al total de profesionales.

Sectores	Nº de profesionales trabajando en AP	Nº participantes (%)
Enfermería de atención primaria	3.482 (51%)	384 (11%)
Medicina de familia y comunitaria / Pediatría	3.820 (34,5%)	260 (6,8%)
Residentes de medicina y enfermería de familia y comunitaria	300 (7%)	53 (17,7%)
Enfermería obstétrico-ginecológica	218 (3%)	21(9,6%)
Fisioterapia	222 (1,7%)	13 (5,9%)
Odontología	155 (1%)	8 (5,2%)
Unidades de farmacia de las direcciones asistenciales	52 (1,8%)	14 (27%)
Total	8.249 (100%)	753 (9,1%)

### Cuestionario y recogida de datos

Para la recogida de datos de este estudio se diseñó un cuestionario propio, partiendo del formulario utilizado en un estudio previo del Departamento de Farmacología de la Universidad de Alcalá en Madrid, ampliado y adaptado.<sup>(21)</sup>

El formulario (TABLA 2) constaba de 32 ítems, que incluían los datos relativos a edad, sexo, profesión desempeñada en atención primaria, centro de salud y dirección asistencial, uso personal de productos fitoterápicos y formación previa sobre el tema; grado en que los profesionales con-

sideran o no el empleo de estos productos, si preguntan en la consulta acerca de su uso por parte de los pacientes, si se consideran capacitados para la resolución de dudas, si sienten necesidad de formación, el conocimiento de fuentes de información, la demanda percibida en consulta, el grado de prescripción, el motivo de la prescripción o no prescripción y la eficacia percibida de la fitoterapia, así como la consideración de los efectos secundarios. Para evaluar su grado real de conocimientos se presentaron dos cuestiones relativas a indicaciones de drogas vegetales, dos sobre interacciones y una acerca de contraindicaciones. Finalmente se preguntó sobre su interés en recibir formación específica sobre el tema.

La encuesta se envió a las direcciones asistenciales y unidades docentes entre el 21 de febrero de 2023 y el 12 de junio de 2023. Se difundió mediante correo electrónico, con un enlace a la herramienta Google Forms. Previamente se realizó un pilotaje del cuestionario enviándolo a una muestra reducida de profesionales para evaluar su comprensión, opciones de respuesta y el tiempo necesario para cumplimentarlo.

### Métodos estadísticos

Se utilizó el paquete informático SPSS. Se realizó un primer análisis de calidad de los datos para eliminar las respuestas de los profesionales que no trabajaban en Atención Primaria e identificar si algún profesional cumplimentó el cuestionario más de una vez. Para la estadística descriptiva se expresaron los resultados como frecuencias absolutas y porcentajes.

### Limitaciones

La principal dificultad al diseñar este estudio fue la falta de un cuestionario "gold standard", sin embargo, haber partido de un formulario publicado previamente ayudó a proyectarlo.

En el caso de las preguntas de respuesta abierta se presentó una cierta dificultad en la expresión de los resultados y se obtuvieron en algunos casos respuestas inadecuadas o no ajustadas a la pregunta, concretamente en las preguntas de "uso de fitoterapia a nivel personal", "formación en fitoterapia", "búsqueda de información sobre fitoterapia" y "prescripción de fitoterapia en la consulta". Esta última pregunta presentaba dos subpreguntas para responder en función de la principal y hubo un pequeño porcentaje que contestó la subpregunta equivocada. Con una herramienta de cuestionario más sofisticada seguramente hubiéramos bloqueado el acceso inadecuado a las subpreguntas.

TABLA 2. Cuestionario empleado para la encuesta. Formulario: conocimientos de los profesionales sanitarios de Atención Primaria de Madrid sobre drogas vegetales.

## Formulario

- ¿Trabaja usted en el ámbito de la Atención Primaria?
  - Sí
  - No
- Sexo
  - Hombre
  - Mujer
- Edad:
- Profesional:
  - Medicina de familia
  - Pediatría AP
  - Residente de medicina de familia (MIR)
  - Enfermería especialista en familia y comunitaria
  - Enfermera especialista en pediatría
  - Enfermera especialista obstétrico-ginecológica
  - Enfermería
  - Residente de enfermería de familia (EIR)
  - Odontología
  - Fisioterapia AP
  - Unidad de Farmacia de la Dirección Asistencial
- Dirección Asistencial:
  - Norte
  - Sur
  - Este
  - Oeste
  - Centro
  - Noroeste
  - Sureste
- ¿Sabe usted qué es la Fitoterapia?
  - Sí
  - No

### USO PERSONAL DE FITOTERAPIA

1. A nivel personal, ¿utiliza usted productos fitoterápicos?
  - Sí
  - No
- 1.1 Si ha marcado que Sí, indique qué plantas medicinales utiliza personalmente de forma habitual:

### CONOCIMIENTOS DE FITOTERAPIA

2. ¿Dispone de conocimientos previos sobre Fitoterapia?
  - Sí
  - No
3. ¿Qué tipo de formación tiene o ha recibido sobre Fitoterapia?
  - Ninguna
  - Asignatura obligatoria en formación de grado
  - Asignatura optativa en formación de grado
  - Curso de posgrado
  - Máster
  - Autoformación: lectura de bibliografía y artículos
  - Otra
4. ¿Considera necesaria la formación en Fitoterapia tanto en la formación de grado como en la formación especializada?
  - Sí
  - No
5. ¿Cómo de capacitada/o se considera para resolver dudas o consultas relacionadas con plantas medicinales y tratamientos fitoterápicos?
  - Nada
  - Poco
  - Suficiente
  - Mucho
  - Bastante

### PERCEPCIÓN DE LA FITOTERAPIA

6. ¿Considera que la Fitoterapia puede emplearse en el tratamiento de síntomas y/o enfermedades?
  - Sí
  - No
  - A veces

TABLA 2. Cuestionario empleado para la encuesta. Formulario: conocimientos de los profesionales sanitarios de Atención Primaria de Madrid sobre drogas vegetales. (CONTINUACIÓN)

7. En relación a la Fitoterapia y los efectos adversos, usted considera:

- Es algo natural y por lo tanto carece de efectos adversos
- Presenta muchos efectos adversos
- Depende de la dosis y de la planta
- Presentan pocos efectos adversos
- Ninguna es correcta

8. En su experiencia, ¿cómo valora la eficacia de la Fitoterapia?

- Muy buena
- Buena
- Regular
- Mala
- Muy mala

**PRÁCTICA EN CONSULTA**

9. Cuando revisa la medicación con sus pacientes, ¿pregunta acerca del consumo de plantas medicinales?

- Sí
- No

10. Cuando necesita buscar información sobre indicaciones, contraindicaciones, posología, etc. de productos fitoterápicos, ¿qué fuentes suele consultar?

11. ¿Qué porcentaje de pacientes le demandan productos de fitoterapia y plantas medicinales en consulta?

- 0%
- 1-15%
- 16-30%
- 31-45%
- 46-60%
- 61-75%
- 76-90%
- ≥91%

11.1 Los pacientes que demandan, ¿para qué patologías los demandan habitualmente? (marque como máximo 3).

- Mis pacientes no demandan Fitoterapia.
- Sistema nervioso y afecciones neurológicas (incluye ansiedad, estrés, depresión)
- Afecciones del sistema locomotor
- Afecciones respiratorias
- Afecciones digestivas (incluye patrón de eliminación)
- Afecciones cardiovasculares
- Afecciones urinarias y/o ginecológicas
- Afecciones sexuales
- Afecciones cutáneas
- Manejo del dolor
- Manejo del patrón sueño/descanso
- Otra

12. ¿Prescribe/recomienda usted Fitoterapia?

- Nunca
- A veces
- Frecuentemente
- Siempre

12.1 Si ha marcado nunca, ¿cuál es el motivo?

- Falta de conocimientos
- Percepción de poca eficacia
- Numerosas interacciones y contraindicaciones de los productos
- Personalmente no confío en estos productos

12.2 Si ha marcado a veces, frecuentemente o siempre, ¿cuál es el motivo?

- Tengo conocimientos sobre el tema
- Percepción de gran eficacia
- Son productos naturales con pocos efectos secundarios, interacciones y contraindicaciones asumibles.
- Personalmente confío en estos productos

13. En caso de prescribir/recomendar plantas medicinales, ¿de cada 10 pacientes, a cuántos les prescribe Fitoterapia aproximadamente?



TABLA 2. Cuestionario empleado para la encuesta. Formulario: conocimientos de los profesionales sanitarios de Atención Primaria de Madrid sobre drogas vegetales. (CONTINUACIÓN)

14. En caso de prescribir/recomendar plantas medicinales, ¿en qué patologías/síntomas las utiliza más? (marque como máximo 3).

- No prescribo fitoterapia
- Sistema nervioso y afecciones neurológicas (incluye ansiedad, estrés, depresión)
- Afecciones del sistema locomotor
- Afecciones respiratorias
- Afecciones digestivas (incluye patrón de eliminación)
- Afecciones cardiovasculares
- Afecciones urinarias y/o ginecológicas
- Afecciones sexuales
- Afecciones cutáneas
- Manejo del dolor
- Manejo del patrón sueño/descanso
- Otra

15. ¿Qué plantas medicinales prescribe/recomienda usted en consulta más frecuentemente?

#### CONOCIMIENTOS EN FITOTERAPIA: PRESCRIPCIÓN

16. ¿Sabría indicar en qué casos está indicada la prescripción/recomendación de la semilla de castaño de indias?

- Dolores menstruales
- Insuficiencia venosa crónica
- Depresión
- Dolores articulares
- No sabe/No contesta

17. ¿Sabría indicar en qué casos está indicada la prescripción/recomendación de la hoja de ginkgo biloba?

- Deterioro cognitivo, claudicación intermitente, vértigos y acúfenos
- Sofocos y otros síntomas menopáusicos
- Depresión y ansiedad
- Insuficiencia renal crónica
- No sabe/No contesta

#### CONOCIMIENTOS EN FITOTERAPIA: INTERACCIONES

18. ¿Sabría indicar con qué fármacos hay que tener especial precaución si el paciente está utilizando raíz de ginseng?

- Anticoagulantes
- Antidepresivos y antihipertensivos
- Antihipertensivos y diuréticos
- Antidiabéticos, antihipertensivos y Warfarina
- No sabe/No contesta

19. ¿Sabría indicar con qué fármacos hay que tener especial precaución si el paciente está utilizando raíz de valeriana?

- Antihipertensivos
- Antidiabéticos orales
- Insulina
- Benzodiazepinas
- No sabe/No contesta

#### CONOCIMIENTOS EN FITOTERAPIA: CONTRAINDICACIONES

20. ¿Sabría indicar cuál es la contraindicación de la corteza de sauce?

- Embarazo y lactancia
- Hipersensibilidad a salicilatos
- Úlcera péptica activa
- Todas son correctas
- No sabe/No contesta

#### INTERÉS EN FORMACIÓN

- ¿Estaría interesada/o en asistir a una sesión formativa sobre la seguridad y el uso de los productos fitoterápicos?

- Sí
- No

### Aspectos éticos

Se remitió el protocolo del presente estudio al comité de ética e investigación del Hospital 12 de octubre (Madrid), que consideró que dadas las características del estudio no era necesaria la valoración ética del mismo.

Al tratarse de un estudio descriptivo mediante cuestionario, se entiende implícito el consentimiento en caso de acceder a cumplimentarlo.

Los datos obtenidos fueron anónimos, protegiendo la privacidad de los participantes.

### Resultados

#### Datos sociodemográficos

Se cumplimentaron 755 cuestionarios de los cuales se excluyeron 2 por no trabajar en atención primaria. La muestra quedó finalmente en 753. De ellos, 647 eran mujeres (85,9%) y 106 hombres (14,1%), siendo la media de edad de 45 años.

En la TABLA 1 se muestra el número de participantes por sector profesional. Del total de participantes un 51% lo conforman enfermeras de atención primaria (no especialistas y especialistas), casi un 35% de médicos de familia y pediatras. El resto de la muestra lo constituyen especialistas de enfermería pediátrica, matronas, odontólogos, fisioterapeutas y farmacéuticos de las unidades de farmacia de las direcciones asistenciales, así como residentes de medicina y enfermería familiar y comunitaria.

#### Conocimiento y uso de fitoterapia a nivel personal

A la pregunta de si saben qué es la fitoterapia, las respuestas reflejan que un 88,8% están familiarizados con el término, frente a un 11,2% que lo desconoce.

De los 753 participantes, 240 (31,87%) reconocieron utilizar productos fitoterápicos a nivel personal y 513 (68,13%) contestó no hacerlo (TABLA 3). Las plantas más consumidas por los profesionales sanitarios fueron, valeriana y manzanilla seguida de tila, jengibre, áloe vera, cúrcuma y árnica. Estos resultados no pueden expresarse en porcentaje dado que numerosos profesionales describieron el uso de varias drogas vegetales en la misma pregunta (para la valoración de esta variable se ha tenido en cuenta el número de veces que se cita cada droga vegetal por los encuestados, enumerándose las diez más mencionadas).

### Conocimientos previos fitoterapia

De los 753 participantes, 172 (22,84%) decían tener conocimientos previos en fitoterapia frente a 581 (77,16%) que refieren no tenerlos (TABLA 3).

TABLA 3. Encuestados que afirman conocer, usar personalmente fitoterapia y manifiestan tener conocimientos previos sobre la materia.

	Sabe qué es Nº (%)	Usa fitoterapia Nº (%)	Conocimientos previos Nº (%)
Sí	669 (88,84%)	240 (31,87%)	172 (22,84%)
No	84 (11,16%)	513 (68,13%)	581 (77,16%)

### Formación en fitoterapia

485 (64,4%) de los encuestados no presentaban ningún tipo de formación en fitoterapia. De los 268 que decían tener algún tipo de formación 226 contestaron que la obtuvieron como autoformación mediante lectura de libros y artículos, 33 indicaron que su formación procedía de congresos y conferencias, 17 personas tuvieron la fitoterapia como asignatura obligatoria en su grado, 15 manifestaron haber realizado un curso postgrado en Fitoterapia, 13 la cursaron como una asignatura optativa en grado, 6 habían realizado un máster en fitoterapia y 8 marcaron la opción de otros (la suma de formaciones es superior a 268 porque la pregunta permitía respuestas múltiples) (FIGURA 4).

#### Necesidad de formación en fitoterapia de los profesionales sanitarios

589 (78,22%) de los encuestados consideran necesaria la formación en fitoterapia: 75,45% de los médicos de familia, 63,89% de los pediatras, 75,86% de MIR de familia, 78,98% de las enfermeras de atención primaria (no especialistas), 81,74% de las enfermeras especialistas en familia y comunitaria, 87,50% de las enfermeras especialistas en pediatría, 95,24% de las enfermeras especialistas en ginecología y obstetricia, 62,50% de las enfermeras internas residentes de familia y comunitaria (EIR), 76,92% de los fisioterapeutas, 87,50% de los odontólogos y 92,86% de los farmacéuticos de las direcciones asistenciales (TABLA 4).

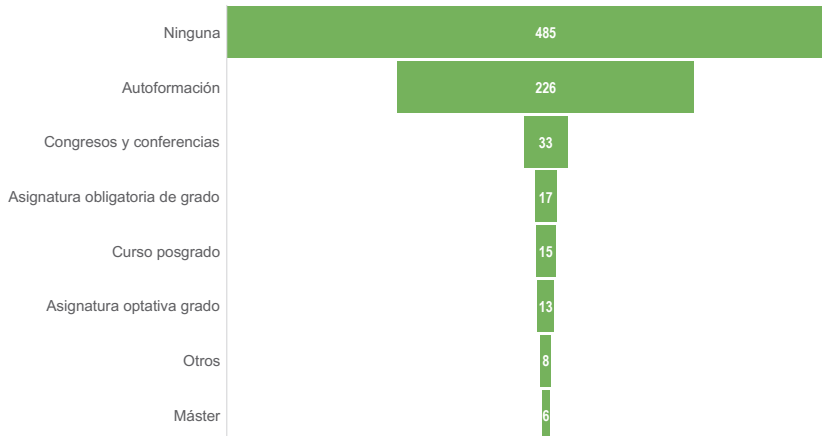


FIGURA 5. Tipo de formación en fitoterapia (número de veces que se marcó cada respuesta).

### Capacitación de los profesionales

292 (38,78%) de los encuestados manifestaron no sentirse capacitados para prescribir o recomendar plantas medicinales, 391 (51,93%) poco capacitados, 59 (7,84%) suficientemente capacitados, 5 (0,66%) bastante capacitados y solo 6 (0,80%) muy capacitados (FIGURA 5).

Entre los 292 profesionales que no se sienten nada capacitados para recomendar o prescribir fitoterapia, 70 (23,97%) son médicos de familia, 15 (5,14%) pediatras, 17 (5,82%) MIR de familia, 99 (33,90%) enfermeras de atención primaria (no especialistas), 60 (20,55%) enfermeras especialistas en familia y comunitaria, 4 (1,37%) enfermeras especialistas en pediatría, 1 (0,34%) enfermera especialista en ginecología y obstetricia, 14 (4,79%) EIR de familia y comunitaria, 6 (2,05%) fisioterapeutas y 6 (2,05%) odontólogos.

De los 391 sanitarios que se consideran poco capacitados para prescribir, 131 (33,50%) son médicos de familia, 19 (4,86%) pediatras, 11 (2,81%) MIR de familia, 101 (25,83%) enfermeras de AP (no especialistas), 88 (22,51%) enfermeras especialistas en familia y comunitaria, 3 (0,77%) enfermeras especialistas en pediatría, 15 (3,84%) enfermeras especialistas en ginecología y obstetricia, 9 (2,30%) EIR de familia y comunitaria, 7 (1,79%) fisioterapeutas, 2 (0,51%) odontólogos y 5 (1,28%) farmacéuticos.

De los 59 sanitarios que se consideran suficiente capacitados para prescribir, 20 (33,90%) son médicos de familia, 2 (3,39%) pediatras, 1 (1,69%) MIR de familia, 1 (1,69%) EIR de familia, 15 (25,42%) enfermeras de AP, 9 (15,25%) enfermeras especialistas en familia y comunitaria, 1 (1,69%)

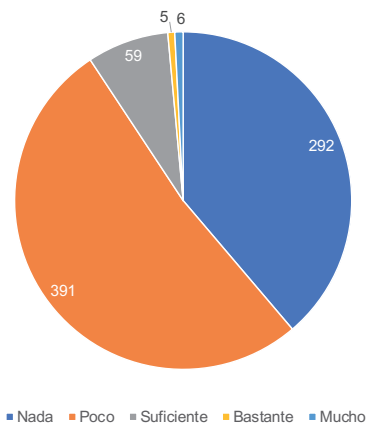


FIGURA 5. Percepción del grado de capacitación para prescribir fitoterapia.

enfermeras especialistas en pediatría, 4 (6,78%) enfermeras especialistas en ginecología y obstetricia y 6 (10,17%) farmacéuticos.

De los 6 sanitarios que se consideran bastante capacitados para prescribir, 1 (20%) son médicos de familia, 1 (20%) enfermeras atención primaria y 3 (60%) farmacéuticos.

De los 6 sanitarios que se consideran muy capacitados para prescribir, 2 (33,33%) son médicos de familia, 3 (50%) enfermeras de atención primaria (no especialistas), 1 (16,67%) enfermeras especialistas en ginecología y obstetricia (TABLA 4).

TABLA 4. Percepción de capacitación para prescribir o recomendar fitoterapia a sus pacientes (los porcentajes se expresan en función de la percepción del grado de capacitación) y expresión de la necesidad de formación, en los diferentes sectores.

	Percepción de capacitación					Necesidad de formación (% respecto al total del sector)
	Nada	Poco	Suficiente	Bastante	Mucho	
Enfermería AP	99 (33,90%)	101 (25,83%)	15 (25,42%)	1 (20%)	3 (50%)	179 (81,74%)
Enfermería de familia	60 (20,55%)	88 (22,51%)	9 (15,25%)			124 (78,98%)
Enfermería pediátrica	4 (1,37%)	3 (0,77%)	1 (1,69%)			7 (87,50%)
Enfermería ginecológica	1 (0,34%)	15 (3,84%)	4 (6,78%)		1 (16,67%)	20 (95,24%)
Fisioterapia	6 (2,05%)	7 (1,79%)				10 (76,92%)
Medicina de familia	70 (23,97%)	131 (33,50%)	20 (33,90%)	1 (20%)	2 (33,33%)	169 (75,45%)
Odontología	6 (2,05%)	2 (0,51%)				7 (87,50%)
Pediatría	15 (5,14%)	19 (4,86%)	2 (3,39%)			23 (63,89%)
EIR de familia	14 (4,79%)	9 (2,30%)	1 (1,69%)			15 (62,50%)
MIR de familia	17 (5,82%)	11 (2,81%)	1 (1,69%)			22 (75,86%)
Farmacia AP		5 (1,28%)	6 (10,17%)	3 (60%)		13 (92,86%)
Total	292	391	59	5	6	589 (78,22%)

EIR FC: enfermeras internas residentes de familia. MIR FC: médicos internos residentes de familia.

### Consideración de la fitoterapia como herramienta terapéutica

270 encuestados (35,86%) consideran que la fitoterapia puede emplearse para el tratamiento habitual de síntomas y/o enfermedades, 41 (5,44%) consideran que no y 442 (58,70%) consideran que se puede usar a veces (FIGURA 6).

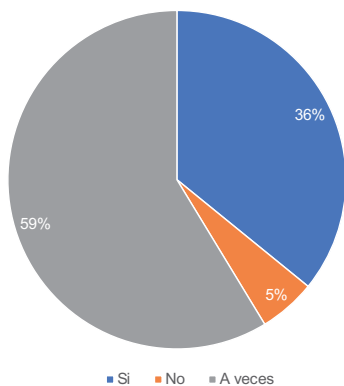


FIGURA 6. Consideración del empleo de la fitoterapia en el abordaje de síntomas y/o enfermedades.

### Efectos adversos de la fitoterapia

635 (84,33%) de los sanitarios encuestados consideran que los efectos adversos dependen de la dosis y de la planta, 40 (5,31%) opinan que los productos fitoterápicos presentan pocos efectos adversos, 12 (1,59%) piensan que presentan muchos efectos secundarios, 7 (0,93%) que carece de efectos adversos por ser natural, 53 (7,04%) consideran que ninguna de las opciones anteriores es adecuada y 6 personas (0,80%) no saben/no contestan (FIGURA 7).

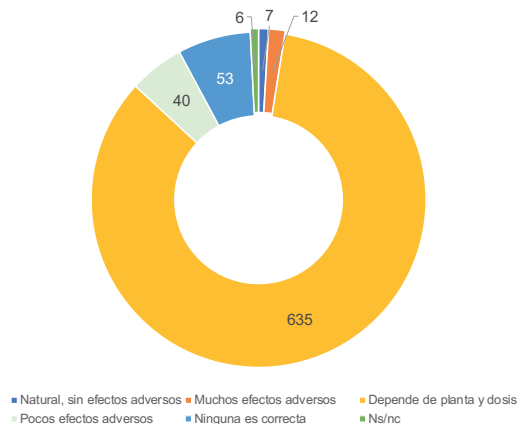


FIGURA 7. Opinión acerca de los efectos adversos en Fitoterapia.

### Eficacia de la fitoterapia

404 encuestados (53,65%) valoran la eficacia de la fitoterapia como regular, 245 (32,54%) como buena, 70 (9,30%) como mala, 26 (3,45%) como muy buena y 8 (1,06%) como muy mala. Por lo tanto, la valoración positiva (buena y muy buena) de la fitoterapia corresponde a un 36%, regular a un 54% y negativa (mala y muy mala) a un 10% (FIGURA 8).

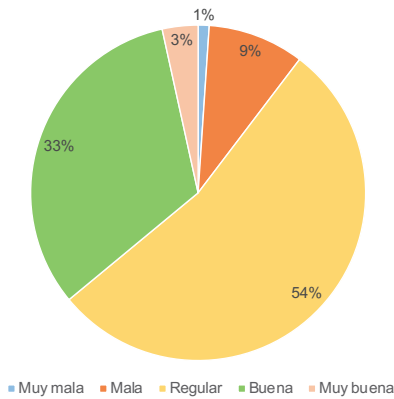


FIGURA 8. Consideración de eficacia de la Fitoterapia.

### Revisión de los productos fitoterápicos tomados por los pacientes

435 sanitarios (57,77%) preguntan a sus pacientes sobre el uso de productos fitoterápicos cuando revisan la medicación y 318 (42,23%) sanitarios comentan no hacerlo (FIGURA 9).

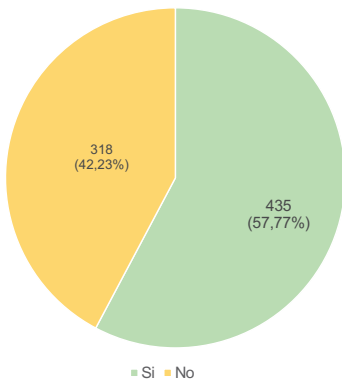


FIGURA 9. Más de la mitad de los profesionales preguntan a sus pacientes si están tomando productos fitoterápicos.

### Búsqueda de información sobre fitoterapia

Cuando consideran necesario buscar información sobre fitoterapia 347 afirman que lo hacen por medio de Google, 263 refieren no saber dónde buscar información, 57 refieren utilizar aplicaciones de uso médico (Uptodate, Idoctus, Fistera, Botplus y Dosipedia), 32 personas refieren hacer uso de Vademécum de Fitoterapia, 26 personas acuden a libros, 14 personas refieren hacer uso de fichas técnicas o prospectos y algunas personas refieren buscar información a través de otros recursos como páginas de venta de productos naturales, apuntes de cursos, AEMPS, e-lactancia, Google académico, compañeros de trabajo, bibliotecas virtuales, sociedades científicas, directamente en el herbolario o farmacias, vademécum o páginas web de farmacología o medicina (FIGURA 10).

#### Fuentes de información en fitoterapia



- Google (347)
- No saben dónde buscar (263)
- Webs sanitarias (57)
- Vademécum de Fitoterapia.net (32)
- Apuntes, información de compañeros (20)
- Libros (20)
- Prospectos, fichas técnicas (14)

FIGURA 10. Principales fuentes de información sobre fitoterapia utilizadas por los profesionales encuestados.

### Demanda de fitoterapia en consulta por parte de los pacientes

Consultados sobre el porcentaje de pacientes que demandan tratamientos con productos fitoterápicos, 190 (25,23%) afirman que no se lo piden nunca, 479 (63,61%) que lo hacen entre un 1-15% de sus pacientes, 63 (8,37%) entre un 16-30%, 15 (1,99%) entre un 31-45%, 3 (0,40%) entre un 61-75%, 2 (0,27%) entre un 46-60% y 1 (0,13%) que le demandan fitoterapia entre un 76-90% de los pacientes que acuden a consulta (FIGURA 11).

### Prescripción y recomendación de fitoterapia en consulta

419 (55,64%) manifiestan que nunca prescriben o recomiendan fitoterapia en sus consultas, 321 (42,63%) que lo hacen a veces, 11 (1,46%) frecuentemente y 2 (0,27%) prescriben o recomiendan fitoterapia siempre (FIGURA 12).

Entre los que prescriben o recomiendan fitoterapia, 166 (53,55%) lo hacen por considerar que son productos natu-

rales con pocos efectos secundarios, 53 (17,74%) por tener conocimientos sobre el tema, 50 (16,13%) porque confían en los productos fitoterápicos y 39 (12,58%) porque consideran que tienen gran eficacia.

De los que no recomiendan nunca fitoterapia, 325 (76,65%) refieren no hacerlo por falta de conocimientos, 49 (11,56%) por percepción de poca eficacia, 35 (8,25%) porque no confían en los productos fitoterápicos, 15 (3,54%) porque consideran que presentan numerosas contraindicaciones e interacciones (FIGURAS 13 y 14).

**Frecuencia de recomendación fitoterapia a los pacientes**

545 (72,37%) no recomiendan fitoterapia a ningún paciente, 156 (20,71%) refieren que recomiendan fitoterapia a 1

de cada 10 pacientes, 34 (4,51%) a 2 de cada 10 pacientes, 10 (1,32%) a 3 de cada 10 pacientes, 1 (0,13%) a 4 de cada 10 pacientes, 3 (0,39%) a 5 de cada 10, 2 (0,26%) a 6 de cada 10, 1 (0,13%) a 7 de cada 10 y a 8 de cada 10. Nadie refiere recomendar fitoterapia a 9 ni 10 de cada 10.

Por lo tanto, un 93% de los encuestados refieren prescribir fitoterapia a menos del 10% de los pacientes a los que atienden.

**Patologías y uso de fitoterapia en consulta**

De los 349 participantes que prescriben o recomiendan fitoterapia 222 (29,5%) refieren que para las patologías para las que más lo hacen son las relacionadas con el patrón sueño-descanso, 188 (25%) para patología digestiva, 144 (19,1%) para otras alteraciones del sistema nervioso

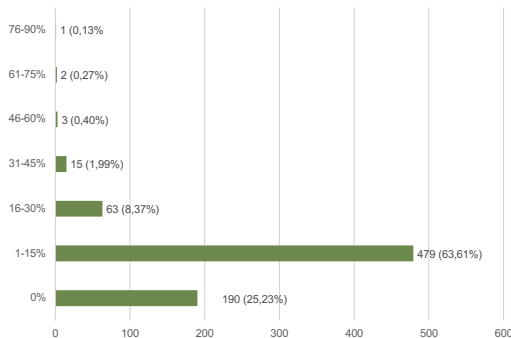


FIGURA 11. Demanda de fitoterapia por los pacientes en la consulta

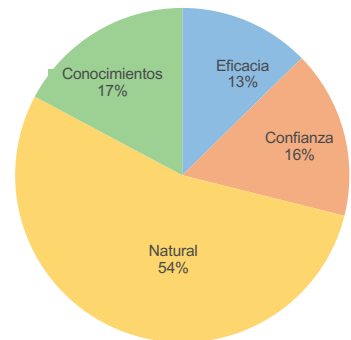


FIGURA 13. Motivo por el que prescriben o recomiendan fitoterapia.

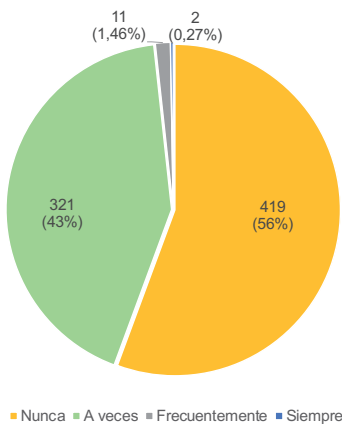


FIGURA 12. Frecuencia de prescripción o recomendación de fitoterapia en la consulta.

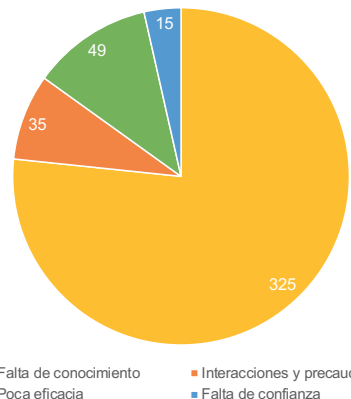


FIGURA 14. Motivo por el que no prescriben o recomiendan fitoterapia.

y afecciones neurológicas (incluyendo ansiedad, estrés y depresión), 100 (13,3%) para afecciones urinarias y ginecológicas, 37 (4,9%) para afecciones cutáneas, 34 (4,5%) para afecciones del sistema locomotor, 30 (4%) para el manejo del dolor, 25 (3,3%) para afecciones cardiovasculares y 9 (1,2%) para afecciones sexuales (TABLA 5). Por otro lado, 404 participantes (53,7%), refirieron no recomendar o prescribir fitoterapia en ninguna patología. Esta pregunta fue de opción múltiple de respuesta y los participantes seleccionaron hasta tres patologías en las que prescribían o recomendaban fitoterapia.

TABLA 5. Patologías para las que los encuestados recomiendan más frecuentemente fitoterapia a los pacientes.

Patología	Nº de profesionales
Patrón sueño-descanso	222 (29,5%)
Patología digestiva	188 (25%)
Otras alteraciones del sistema nervioso	144 (19,1%)
Afecciones urinarias y ginecológicas	100 (13,3%)
Afecciones cutáneas	37 (4,9%)
Afecciones del sistema locomotor	34 (4,5%)
Dolor	30 (4%)
Afecciones cardiovasculares	25 (3,3%)
Afecciones sexuales	9 (1,2%)

### Plantas recomendadas

Las plantas más prescritas o recomendadas por los profesionales sanitarios a sus pacientes, fueron la valeriana (152 participantes), seguida de la tila (74), arándano rojo americano (49), pasiflora (43), manzanilla (37) y melisa (33), y en cantidades poco significativas: levadura roja del arroz, jengibre, lavanda, hinojo, linaza, árnica o cúrcuma, entre otras (TABLA 6).

Para analizar esta variable, se tuvo en cuenta el número de veces que se citaba cada planta medicinal por los encuestados, siendo las enumeradas las seis más mencionadas.

Más de la mitad de las plantas más prescritas coinciden con aquellas que los profesionales refieren utilizar a nivel personal tales como valeriana, tila, pasiflora y manzanilla, junto con otras menos utilizadas personalmente, como áloe vera y jengibre, y algunas como la levadura roja de arroz, el hinojo y el arándano rojo relacionadas en la práctica asistencial en el abordaje de la dislipemia, la dispepsia y las infecciones de orina.

TABLA 6. Plantas medicinales más prescritas o recomendadas por los encuestados.

Planta medicinal	Nº de profesionales que la recomiendan
Valeriana	152
Tila	74
Arándano rojo americano	49
Pasiflora	43
Manzanilla	37
Melisa	33

### Evaluación del nivel de conocimientos

Para evaluar el nivel real de conocimientos, se formularon cinco preguntas: indicaciones de la semilla de castaño de Indias y hoja de ginkgo, y precauciones necesarias con la raíz de ginseng, la raíz de valeriana y la corteza de sauce. A la respuesta a cada pregunta se le asignó un punto si era correcta y cero si no lo era.

En base a las puntuaciones obtenidas se clasificaron los encuestados en tres grupos:

0-2 puntos: conocimientos insuficientes,

3-4 puntos: conocimientos suficientes,

5 puntos: conocimientos adecuados.

Del total de los participantes, 608 (80,74%) presentaban un nivel de conocimientos insuficiente, 113 (15,01%) suficiente y 32 (4,25%) adecuado (FIGURA 15).

El nivel de conocimientos específicos se utilizó para compararlo con lo respondido a preguntas anteriores (TABLA 7):

- Percepción de conocimientos sobre fitoterapia.
- Frecuencia de prescripción o recomendación de fitoterapia en la consulta.
- Nivel de formación en fitoterapia.

- *Conocimiento sobre la indicación de la semilla de castaño de Indias*

Contestaron correctamente insuficiencia venosa crónica 160 participantes (21,25%), frente a 574 participantes (76,23%) que refirieron no saber la respuesta y 19 participantes (2,52%) que contestaron de forma incorrecta a la cuestión (13 dolores menstruales, 4 dolores articulares y 2 depresión) (TABLA 7). Solo uno de los que contestó correctamente dijo prescribir fitoterapia, y ninguno de los que contestaron mal recomienda fitoterapia.

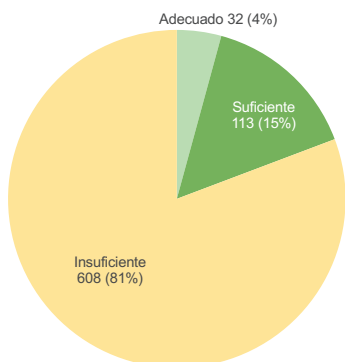


FIGURA 15. Clasificación de los participantes según el nivel de conocimientos sobre fitoterapia.

- *Conocimiento sobre indicación de la hoja de ginkgo*

275 (36,52%) contestaron correctamente deterioro cognitivo, claudicación intermitente, vértigos y acúfenos. 411 participantes (54,58%) refirieron no saber la respuesta, 67 participantes (8,89%) contestaron de forma incorrecta a la cuestión: 33 sofocos y otros síntomas menopáusicos, 30 depresión y ansiedad y 4 insuficiencia renal crónica (TABLA 7). Ocho de los que contestaron acertadamente declaran prescribir fitoterapia y ninguno de los que contestaron erróneamente recomienda fitoterapia.

- *Conocimiento sobre precaución en el uso de raíz de ginseng*

En relación con la pregunta sobre los fármacos con los que hay que tener especial precaución si el paciente está utilizando raíz de ginseng, 106 (14,08%) contestan correc-

tamente antidiabéticos, antihipertensivos y warfarina. 441 participantes (58,57%) refirieron no saber la respuesta, 206 participantes (27,35%) contestaron de forma incorrecta a la cuestión: 124 anticoagulantes, 46 antidepresivos y antihipertensivos, 36 antihipertensivos y diuréticos (TABLA 7). Solo uno de los que contestó correctamente prescribe fitoterapia y cuatro de los que contestaron mal también dicen recomendar fitoterapia.

- *Conocimientos sobre interacciones raíz de valeriana*

En relación con la pregunta sobre los fármacos con los que hay que tener especial precaución si el paciente está utilizando raíz de valeriana, 279 participantes (37,05%) contestan correctamente benzodiazepinas. 460 participantes (61,09%) refirieron no saber la respuesta, 14 participantes (1,85%) contestaron de forma incorrecta a la cuestión: 10 antihipertensivos, 2 antidiabéticos orales y 2 insulina (TABLA 7). Por otro lado, de los que dicen prescribir fitoterapia, 105 contestaron correctamente y 47 incorrectamente.

- *Conocimientos sobre contraindicaciones de la corteza de sauce*

En relación con la pregunta sobre contraindicaciones de la corteza de sauce, 144 participantes (19,12%) contestaron correctamente que todas las respuestas son correctas. 530 participantes (70,39%) refirieron no saber la respuesta, 79 participantes (10,49%) contestaron de forma incorrecta -incompleta- a la cuestión: 45 hipersensibilidad a salicilatos, 20 úlcera péptica activa y 14 embarazo y lactancia. Solo uno de los que contestaron acertadamente y uno de los que contestaron erróneamente declaran prescribir fitoterapia.

TABLA 7. Número de encuestados que contestan correcta o incorrectamente a las preguntas de conocimientos específicos y cuantos de ellos prescriben o no fitoterapia.

	Respuestas correctas	Respuestas incorrectas	Contesta bien y prescribe fitoterapia	Contesta mal o no contesta y prescribe fitoterapia
Semilla de castaño de Indias	160	593	1	0
Hoja de ginkgo	275	478	8	0
Raíz de ginseng	36	717	1	4
Raíz de valeriana	279	474	105	47
Corteza de sauce	144	609	1	1



## Deseo de formación

Un 88% de los encuestados manifestó su deseo de recibir una sesión formativa sobre la seguridad y el uso de productos fitoterápicos.

## Discusión

Hasta el momento se han publicado pocos estudios relacionados con el conocimiento y el uso de la fitoterapia por parte de los profesionales sanitarios. Este trabajo evidencia un notable interés en el tema, como pone de manifiesto la elevada participación, de 753 profesionales, más del doble de la población calculada al inicio del estudio para obtener representatividad. Por otra parte, el tamaño muestral es muy superior al resto de estudios publicados y resulta significativo que el número de participantes represente al 9,1% del total de profesionales sanitarios de atención primaria de la Comunidad de Madrid, lo que se puede interpretar como que este colectivo tiene interés en el tema.

Comprobamos que el concepto de fitoterapia es ampliamente conocido entre los profesionales, como manifiesta un 88,8% de los entrevistados, y que un 31,87% de ellos consume personalmente preparados fitoterápicos, lo que supone un porcentaje similar al de la población general <sup>(1, 2)</sup> (TABLA 8).

Respecto a la formación, aunque solo un 22,84% de los encuestados afirma poseer conocimientos previos sobre fitoterapia, en respuesta a otra pregunta un porcentaje mayor (35,59%) manifiesta haber recibido algún tipo de formación. Esta discrepancia se podría explicar por la seguridad que les da la formación recibida, ya que menos de un 20% de ellos ha cursado la asignatura durante la carrera o ha realizado un postgrado o máster, mientras que la mayoría atribuyen su conocimiento a la autoformación, mediante la lectura de artículos o libros, consulta de páginas web o la asistencia a conferencias.

Respecto a las fuentes de información, los encuestados utilizan principalmente recursos generales (buscadores de internet o webs médicas), mientras que solo un 6% usa recursos específicos, como el Vademécum de Fitoterapia (curiosamente nadie cita Pubmed, ESCOP o la Agencia Europea de Medicamentos como fuente de información). Un 35% refiere no saber dónde buscar información sobre fitoterapia.

La carencia formativa y el desconocimiento de fuentes de información específica justifican que un 90,70% de los encuestados manifieste sentirse poco o nada capacitado para prescribir o recomendar productos fitoterápicos, algo lógico porque no están familiarizados con el tipo de preparados y dosificación, así como sobre su eficacia y seguridad.

La mayoría de las categorías profesionales coinciden en su falta de capacitación, salvo los farmacéuticos, quienes en más del 70% de los casos se consideran suficiente o bastante capacitados, debido a que han cursado la asignatura de fitoterapia durante la carrera.

TABLA 8. Comparación de los resultados de diferentes parámetros de la encuesta.

	Sí Nº (%)	No Nº (%)
Sabe qué es la fitoterapia	669 (88,84%)	84 (11,16%)
Uso personal	240 (31,87%)	513 (68,13%)
Conocimientos previos	172 (22,84%)	581 (77,16%)
Formación específica	268 (35,60%)	485 (64,41%)
Capacitación para prescribir	461 (61,22%)	292 (38,78%)
Prescripción de fitoterapia	334 (44,40%)	419 (55,60%)
Pregunta sobre el consumo a sus pacientes	435 (57,77%)	318 (42,23%)
Necesidad de formación	589 (78,22%)	164 (21,78%)
Demanda de formación	664 (88,20%)	88 (11,70%)

Es muy significativo el interés mostrado por el 78,22% de los encuestados en adquirir una formación en la materia: 75,45% de los médicos de familia, 63,89% de los pediatras, 75,86% de los MIR de familia, 78,98% de las enfermeras de atención primaria (no especialistas), 81,74% de las enfermeras especialistas en medicina de familia y comunitaria, 87,50% de las enfermeras especialistas en pediatría, 95,24% de las enfermeras especialistas en ginecología y obstetricia, 62,50% de las enfermeras internas residentes de familia y comunitaria (EIR), 76,92% de los fisioterapeutas, 87,50% de los odontólogos y 92,86% de los farmacéuticos de las direcciones asistenciales.

Pese a que un 94,56% de los profesionales considera que la fitoterapia puede ser una herramienta útil, el hecho de que un 90% se considere poco o nada capacitado para prescribir o recomendar repercute en que, en la práctica, solo un 44,36% de los profesionales recomiende fitoterapia, mayoritariamente en forma ocasional, y solo un 1,73% de lo haga de forma frecuente o habitual.

Sobre la frecuencia de recomendación o prescripción de fitoterapia, un 72,37% de los encuestados refiere no recomendar ni prescribir nunca productos fitoterápicos, y de los 208 sanitarios que dicen recomendar fitoterapia, un 75% apunta que lo hacen con uno de cada diez pacientes.

Los prescriptores argumentan mayoritariamente que su recomendación se respalda en que son productos naturales, con un bajo índice de efectos secundarios, mientras que los que no prescriben lo hacen sobre todo porque consideran no tener conocimientos suficientes.

Entre las plantas medicinales más recomendadas, la más citada es la valeriana, seguida de tila, arándano rojo americano, pasiflora y manzanilla, lo que coincide con lo expresado en los estudios publicados <sup>(11, 13, 14, 19)</sup>, en los que también hay bastante coincidencia con las patologías para las que más se recomienda fitoterapia, siendo la principal los trastornos del patrón sueño-descanso, seguida de afecciones digestivas, del sistema nervioso y neurológicas. También hay bastante coincidencia entre las plantas que prescriben o recomiendan los profesionales sanitarios y las que consumen personalmente, lo cual refleja que la recomendación puede estar motivada más por experiencia personal que por conocimientos formativos.

Preguntados por la demanda de productos fitoterápicos por parte de los pacientes, un 63,6% de los encuestados manifiesta que se lo solicita entre el 1 y el 15% de la población atendida. Teniendo en cuenta los estudios, que muestran un consumo de en torno al 30% de la población, la falta de solicitud de recomendación se podría explicar por un temor a la posible desaprobación por parte del profesional de la salud. Otros estudios realizados en el ámbito de atención primaria <sup>(8, 9)</sup> muestran que un bajo porcentaje (13,6%) de pacientes que está tomando preparados a base de plantas medicinales se lo comenta a su médico o enfermera. Por otra parte, un 42,23% de los encuestados afirma no preguntar a sus pacientes acerca del consumo de productos fitoterápicos. Esta falta de comunicación entre médico y paciente puede influir en la eficacia y seguridad de los tratamientos.

En este trabajo se ha intentado objetivar el nivel real de conocimientos de fitoterapia por parte de los profesionales encuestados a través de una serie de preguntas sobre seguridad y eficacia de cinco drogas vegetales, clasificando a los participantes en tres grupos, según el resultado obtenido. Un 80,74% ha mostrado un nivel de conocimientos insuficiente, un 15,01% suficiente y sólo un 4,25% adecuado, resultados similares a los de trabajos anteriores <sup>(11-15)</sup>. Analizando comparativamente estos datos se observa que entre los sanitarios que se consideran capacitados para recomendar o prescribir fitoterapia solo un 6,94% demostró tener un nivel de conocimientos adecuado, siendo mayoritario el grupo con un nivel insuficiente (70,71%). Sucede lo mismo con los que prescriben fitoterapia y los que afirman

presentar algún tipo de formación en fitoterapia, habiendo mostrado tener conocimientos insuficientes el 67,36% y el 67,36% de ellos, respectivamente. Así pues, la mayoría de los profesionales encuestados -incluidos los que se declaran prescriptores- no tienen conocimientos suficientes para prescribir o recomendar fitoterapia, independientemente de su percepción de formación y capacitación.

Resulta curioso que, a pesar de que la valeriana es la planta medicinal más recomendada y consumida por los profesionales sanitarios, solo un 37,05% de los sanitarios haya sabido contestar acertadamente sobre las posibles interacciones con las benzodiacepinas, y que un 61,09% desconociera la respuesta. Entre los que dicen prescribir fitoterapia 105 contestaron correctamente a esta pregunta y 47 contestaron mal.

En el resto de las preguntas teóricas una gran mayoría de los sanitarios refirieron no saber la respuesta sobre las indicaciones de la semilla del castaño de Indias (76,23%) o de la hoja de ginkgo biloba (54,58%) o aspectos de seguridad del uso de la raíz de ginseng (58,57%) o de la corteza de sauce (70,39%).

Como muestra del interés de los profesionales de la salud en adquirir más formación sobre el tema, un 88% de los encuestados manifestó su deseo de recibir una sesión formativa sobre la seguridad y el uso de productos fitoterápicos.

## Conclusiones

Este trabajo pone de manifiesto que los profesionales sanitarios de atención primaria de la Comunidad de Madrid tienen un nivel de consumo similar a la población general y un notable interés en esta herramienta terapéutica. Sin embargo, el nivel de prescripción y recomendación de productos fitoterápicos es bajo, fundamentalmente porque una gran proporción de ellos no se siente capacitado al no haber adquirido una adecuada formación en el tema.

Dada la conveniencia de utilizar la fitoterapia como herramienta terapéutica en atención primaria y la demanda de formación por parte del sector sanitario, sería necesaria la inclusión de la fitoterapia en los planes de estudio de las profesiones sanitarias, y que las instituciones sanitarias ofrecieran la posibilidad de disponer de recursos de formación continuada y de acceso a las fuentes de información adecuadas. Con estas medidas estarían en disposición de prescribir y dispensar fitoterapia con garantía y poder atender a un importante porcentaje de la población que desea recibir tratamientos naturales seguros y eficaces.

## Agradecimiento

A los técnicos de salud de la Unidad Docente Norte Multi-profesional de Atención Familiar y Comunitaria: Javier Caltrava Sánchez por su ayuda en el diseño del proyecto del estudio de investigación, y a Marina Guisado Clavero por su colaboración en la explotación y análisis de las variables.

## Nota

Este artículo está basado en el trabajo presentado como proyecto final en el Máster de Fitoterapia del Instituto de Formación Continuada (IL3) de la Universidad de Barcelona el 02/10/2023, cuyo tutor fue Bernat Vanaclocha.

## Referencias bibliográficas

- Baladia E, Moñino M, Martínez Rodríguez R, Miserachs M, Russo-lillo G, Picazo O, et al. Uso de suplementos nutricionales y productos a base de extractos de plantas en la población española: un estudio transversal. *Rev Esp Nutr Hum Diet.* 2022; 26 (3): 217 - 229.
- Statista. Porcentaje de población que había utilizado la fitoterapia en los últimos 12 meses en España en 2018, según frecuencia. [Internet] Disponible en <https://es.statista.com/estadisticas/975125/porcentaje-de-espanoles-que-habia-utilizado-la-fitoterapia-en-los-ultimos-meses/>
- Batanero Hernán M, Guinea López M, García Jiménez E, Rodríguez Chamorro M. Análisis del consumo simultáneo de medicamentos y plantas medicinales en población española mayor de 65 años. *Pharm Care Esp.* 2017; 19 (2): 69-79.
- Investigación sobre la tendencia al uso de plantas medicinales con fines terapéuticos. Informe de resultados junio 2011. INFITO
- Caro RA, Carrera JP, Cabello MM, Guerrero BV, Ovelar C, Enme I, et al. Uso de plantas medicinales en la provincia de Sevilla. *Rev Esp Cien Farm.* 2020;1 (2):138-47.
- Puchol Enguádanos SV. Tesis Doctoral. Estudio descriptivo sobre la utilización de plantas medicinales tradicionales y autóctonas de la Comunidad Valenciana con propiedades ansiolíticas y antidepresivas. Valencia: Universidad CEU-Cardenal Herrera, 2017.
- Maldonado Díaz I, Santana Quílez J, Perez Yuste R, Bolaños León M, Sánchez Díaz M, Corujo Díaz C. Conocimiento y uso de plantas medicinales por parte de los usuarios de una zona básica de salud de Gran Canaria. *Revista de Fitoterapia.* 2012; 12 (1): 65-70.
- Baulies Romero M, Torres Castella R, Martín Lopez A, Roig García A, Royo Gomez I, Orfila Pernas F. Hábitos de consumo de plantas medicinales en un centro de salud de Barcelona. *Revista de Fitoterapia.* 2011; 11 (1): 45-51.
- Baulies G, Torres RM, Martínez B, Yamamoto L, Baulies C, Orfila F. Uso de preparados a base de plantas medicinales entre los usuarios de Atención Primaria de la ciudad de Barcelona. *Revista de Fitoterapia* 2014; 14 (2): 147-150.
- Organización Mundial de la salud. (2013). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023. Ginebra. Suiza.
- Cervera Barba EJ. Tesis doctoral: Estudio epidemiológico sobre la prevalencia de uso de medicinas alternativas y complementarias por la población general y un grupo de médicos y estudiantes de medicina de la Comunidad de Madrid. Departamento de Medicina, Facultad de Medicina, Universidad Complutense de Madrid, 2011.
- Ballesteros-Peña S, Fernández-Aedo I. Conocimientos y actitudes sobre terapias alternativas y complementarias en estudiantes de ciencias de la salud. *Investig Educ Médica [Internet].* 2015; 4 (16): 207–15.
- Krenn L, Burkart M. The attitude of medical students concerning herbal medicinal products/phytopharmaceuticals/phytotherapy in different regions of Europe. *Phytomedicine Plus Volume 4, Issue 2* (en prensa)
- Vidal-Thomàs MC, Yañez-Amoros B, Torrens I, Torres-Solera E, Esteva M. Conocimientos y actitudes de las enfermeras de atención primaria sobre el manejo del paciente con insomnio. *Enferm Clin.* 2017; 27 (3): 186–92.
- Lázaro Romero E, Miranda Sánchez J, Zurilla Leonarte E, Vedia Urgell C, Mesquida M, Serrano Serrano E, et al. Interacciones entre plantas medicinales y medicamentos en pacientes crónicos complejos en Atención Primaria. *Rev Esp Salud Pública* 2021; 95: 1-14.
- Reoyo Jiménez A, Muñoz García G, Murria Hurtado M, Ortega Vázquez I, Escoriza Nogales RM, et al. Utilización de medicinas alternativas en la Comunidad de Madrid. *Medicina General* 2006; 82: 82-87.
- Jordà F, Bataller J, Ginestar J, Ferrando Ginestar J, Borghol Hariri A, Bustamante Balén M, et al. Consumo de hierbas medicinales en los pacientes de consultas externas de digestivo. *Gastroenterología y Hepatología* 2004; 27 (4): 244-249.
- Muedra V, Moreno L. Estudio sobre el conocimiento del riesgo perioperatorio de las plantas medicinales. *Revista Española de Anestesiología y Reanimación* 2009; 56 (8): 467-473.
- Quiles F, Gascón J, Del Pino Casado R. Frecuencia de uso de terapias alternativas / complementarias (TAC) en pacientes con enfermedades hematológicas ingresados en la unidad de hematología del Hospital Universitario de Jaén. *Medicina naturista* 2014; 8 (2): 31-36.
- Domene Macià M, Enseñat Grau P, Félez Carrobé E. Consumo de plantas medicinales en un barrio de Barcelona: la necesidad de registrar informáticamente este hábito. *Revista de Fitoterapia* 2016; 16 (1): 57-64.
- García García P, López Muñoz F, Martín Águeda B, Álamo C. Fitoterapia y profesionales sanitarios relacionados con la ginecología y salud de la mujer: resultados preliminares de una encuesta sobre conocimientos específicos. *Acta Ginecológica* 2004; 1 (11): 128.



# SEFIT

SOCIEDAD ESPAÑOLA  
DE FITOTERAPIA

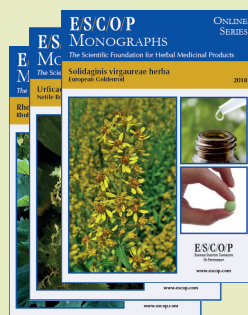
SEFIT es una sociedad científica que aglutina a los profesionales que desde diversos campos trabajan en el estudio y la aplicación terapéutica de las plantas medicinales. Celebra su congreso cada dos años, además de una o dos jornadas anuales sobre temas específicos.

## Beneficios para los asociados de SEFIT

**30€**  
al año

### Ventajas para los socios numerarios de SEFIT

- Disponen de un **directorio de asociados** en donde pueden mostrar sus datos profesionales.
- Pueden consultar las **presentaciones de las Jornadas y Congresos** organizados por SEFIT, desde 2009.
- Se benefician de **cuotas especiales de inscripción** en las actividades propias o en las que SEFIT participa como entidad organizadora o colaboradora.
- Disfrutan de un **10% de descuento en el precio de la matrícula** de los cursos de postgrado de Fitoterapia online de IL3 – Universidad de Barcelona:
- Pueden consultar gratuitamente la **Revista de Fitoterapia**, órgano oficial de SEFIT
- Pueden visualizar de forma libre las **monografías online de ESCOP**, las más completas en el campo de la Fitoterapia.



**500€**  
al año

### Ventajas para los socios corporativos

Los socios corporativos disponen de las siguientes ventajas, además de las de los socios numerarios:

- **Prestigio**, al asociar el nombre de su empresa con el de la sociedad científica de referencia.
- **Visibilidad**: aparecen en la barra lateral de la **web de SEFIT** y en los **Newsletter** que periódicamente se envían a más de 3000 profesionales.
- **Difusión**: disponen de un **espacio en el directorio de socios corporativos**, en el que pueden presentar su empresa, productos y actividades.
- **Descuento del 25%** en el patrocinio de las actividades de SEFIT.