

# Plantas medicinales con acción diurética

MARÍA T. LÓPEZ LUENGO

Farmacéutica.



*Gatuña (Ononis spinosa L.).*

Existe un gran número de especies vegetales con acción diurética, así como principios activos responsables. Lo más destacable de estas plantas es que suelen producir una excreción, principalmente de agua, sin que generalmente se vea aumentada la eliminación de iones. Estas plantas presentan una acción suave y cuantitativamente inferior a la de los diuréticos de síntesis.

La acción diurética puede ser causada por principios activos de naturaleza química muy variada. Frecuentemente, la presencia de varios de estos principios en la misma droga es la responsable de la acción diurética, aunque no está claro el grado de contribución de cada uno de ellos a la actividad diurética total de la droga. Los principales principios activos que

pueden intervenir en la acción diurética son aceites esenciales, flavonoides, saponósidos y sales de potasio.

En cuanto a su mecanismo de acción, parece ser que algunos aceites esenciales, saponósidos y flavonoides podrían actuar a nivel glomerular —más que en el túbulo—, provocando un aumento de la circulación renal e incrementando así

la tasa de filtración glomerular y la formación de orina primaria. El efecto obtenido sería, por tanto, una acuarexis. Sin embargo, las sales de potasio podrían producir un efecto diurético gracias a un proceso osmótico.

Por otro lado, las bases xánticas o los heterósidos cardiotónicos son otros principios activos que también pueden presentar acción diu-

rética, aunque su empleo en fitoterapia se debe a otro tipo de acciones.

### Indicaciones

El uso de plantas medicinales con actividad diurética está especialmente indicado en los siguientes casos:

– *En afecciones bacterianas e inflamatorias de la pelvis renal y de las vías urinarias bajas.* En estos casos se recurre a la denominada terapia de lavado, que consiste en forzar la diuresis con lo que se aumenta la excreción de agua. Esta terapia conlleva la administración de cantidades suficientemente elevadas de líquido. Es importante tener en cuenta que, en caso de edemas causados por insuficiencia cardíaca o renal, no deben realizarse tratamientos basados en la terapia de lavado.

– *En la prevención y tratamiento de arenillas y cálculos urinarios.* En estos casos es recomendable utilizar preparados en forma de infusión, pudiéndose llegar hasta volúmenes de 2 litros por día.

– *En infecciones de las vías urinarias que cursen con fiebre, en el tratamiento con citostáticos y en caso de hipertensión arterial.* Su uso está indicado como coadyuvante.

– *En los regímenes de adelgazamiento.* Se utilizan como tratamiento coadyuvante por favorecer la eliminación de líquidos.

### Plantas medicinales diuréticas

Las plantas medicinales diuréticas se pueden emplear en preparados simples, aunque en fitoterapia es más frecuente utilizarlas en asociaciones de varias drogas vegetales con el mismo tipo de indicación. Las plantas con acción diurética más utilizadas son las que comentamos a continuación.

#### *Abedul (Betula alba L.)*

El abedul es un árbol que puede alcanzar hasta los 30 m de altura,



*Ortiga (Urtica dioica L.).*

propio de las zonas templado-frías del hemisferio norte.

La droga está constituida por las hojas, preferentemente jóvenes, y eventualmente la corteza, yemas y savia. Entre otros principios activos, la droga contiene flavonoides, saponósidos y aceite esencial.

Las plantas medicinales  
diuréticas se pueden  
emplear en preparados  
simples, aunque  
en fitoterapia es más  
frecuente utilizarlas  
en asociaciones de varias  
drogas vegetales

Presenta acción diurética, favoreciendo la eliminación de agua, cloruros, urea y ácido úrico. Esta acción se debe especialmente a su contenido de flavonoides. El em-

pleo de esta droga está indicado en los estados en los que se requiera un aumento de la diuresis como en las afecciones bacterianas o inflamatorias de las vías urinarias bajas (terapia de lavado). El aumento de la diuresis previene también la formación de arenilla en los riñones y en la vejiga. Cuando se utiliza en tratamientos basados en terapia de lavado, es necesario suministrar líquidos en abundancia. El abedul también se utiliza como coadyuvante en el tratamiento de las molestias reumáticas.

La dosis media diaria recomendada es de 2-3 gramos de droga varias veces al día, o la cantidad correspondiente de sus preparaciones.

La droga carece de toxicidad a dosis razonables, pero el aceite esencial de abedul es muy tóxico por su alto contenido en salicilato de metilo, tanto por vía interna como externa. La intoxicación cursa con náuseas, vómitos, edema pulmonar y convulsiones.

La droga está muy difundida en el mercado español, donde se puede encontrar tanto en presentaciones simples como en numerosas mezclas diuréticas, antirreumáticas y adelgazantes.

#### *Equiseto (Equisetum arvense L.)*

El equiseto o cola de caballo es una planta herbácea vivaz de unos 20-60 cm que se da en las zonas templadas del hemisferio septentrional.

La droga está constituida por las partes aéreas de los pies estériles de la planta. Contiene, entre otros componentes, flavonoides, saponósidos y principalmente materias minerales, constituidas sobre todo por sílice y sales potásicas.

Por su alto contenido en flavonoides y sales minerales, presenta acción diurética suave; por la abundancia de sales silíceas, posee propiedades remineralizantes.

El equiseto está indicado como diurético en las inflamaciones de la

pelvis renal y en las bacteriurias, por aumentar el flujo en las vías urinarias excretoras. Provoca una diuresis acuosa (acuaresis) sin modificar el equilibrio electrolítico.

Para uso interno se recomienda una dosis media diaria de 6 gramos de droga o la cantidad equivalente de sus diferentes preparados, repartida en varias tomas. Es una droga muy difundida en el mercado español, donde se encuentra como presentación simple y en numerosas asociaciones, principalmente diuréticas y coadyuvantes en regímenes de adelgazamiento.

Esta droga está contraindicada durante el embarazo y la lactancia, ya que los alcaloides que contiene pueden inducir una acción anticolinérgica y oxitócica.

Por otro lado, su empleo también está contraindicado en caso de gastritis y úlcera gastroduodenal, ya que los taninos y sales silícicas que contiene pueden irritar la mucosa gástrica.



*Maíz (Zea mays L.).*

La raíz de gatuña  
es una droga con poca  
presencia en el mercado  
español, donde figura  
principalmente  
en mezclas diuréticas  
para el drenaje renal

*Gatuña (Ononis spinosa L.)*

Se trata de una planta herbácea de hasta 70 cm, originaria de Europa, Asia Occidental y norte de África.

La droga la constituye la raíz. Sus principales principios activos son: saponinas, flavonoides (isoflavonas) y aceite esencial, entre otros.

La raíz de gatuña tiene una actividad diurética suave, resultando útil para incrementar la diuresis en las enfermedades inflamatorias de las vías urinarias excretoras y en la prevención y tratamiento de areni-

llas. Por tanto, está indicada en las cistitis, litiasis renal, oliguria y arenillas renales.

Para que el efecto diurético sea mayor, se recomienda prescribirlo en forma de tratamientos discontinuos (8-10 días, seguidos de igual período de descanso).

La raíz de gatuña es una droga con poca presencia en el mercado español, donde figura principalmente en mezclas diuréticas para el drenaje renal.

La dosis diaria recomendada es de 6-12 g, o la cantidad equivalente de sus preparaciones repartida en varias tomas.

*Maíz (Zea mays L.)*

El maíz es una planta herbácea de gran talla (hasta 2,5 m de altura) originaria de América del sur.

La droga está constituida por los estilos de la planta, los cuales son muy ricos en sales potásicas. También contienen flavonoides y saponinas.

Esta planta destaca su acción diurética, aunque también presenta acción antiespasmódica y antiinflamatoria sobre las vías urinarias.

Su empleo está indicado en afecciones de las vías urinarias, en las que se requiere un aumento de la diuresis.

Se recomienda evitar su uso durante el embarazo y la lactancia debido a la posible existencia de alcaloides aún no aislados en los estilos.

Dosis elevadas de esta droga pueden producir gastroenteritis con dolores cólicos y diarrea.

Esta planta está ampliamente difundida en nuestro país, pudiéndose encontrar tanto en presentación simple como en presentaciones compuestas asociada a otras drogas diuréticas.

*Ortiga mayor (Urtica dioica L.)*

Es una planta herbácea vivaz que puede alcanzar hasta 1 m de altu-

ra. Es originaria de Europa y Asia. Probablemente es la planta silvestre más difundida en todo el mundo, ya que se halla en casi todas las regiones templadas.

Como droga se utilizan fundamentalmente las hojas y los tallos, las sumidades floridas y, con menor frecuencia, las raíces.

Existen pocos estudios farmacológicos acerca de la actividad farmacológica de la ortiga, pero se considera que sus hojas presentan acción diurética, hematopoyética y remineralizante.

Es útil utilizarla en procesos inflamatorios de las vías urinarias y en el tratamiento y profilaxis de la arenilla renal. Además, se emplea como coadyuvante en la terapia antirreumática y antigotosa.

---

Existen pocos estudios farmacológicos acerca de la actividad farmacológica de la ortiga, pero se considera que sus hojas presentan acción diurética, hematopoyética y remineralizante

---

Se suele utilizar una dosis media diaria de 8-12 gramos repartidos en varias tomas al día.

Aunque se trata de una droga poco difundida en el mercado español, es fácil encontrarla tanto en presentaciones simples como en compuestas, en las que aparece asociada a otras drogas, en mezclas antirreumáticas y diuréticas, principalmente.

*Ortosifón* (*Ortosiphon stamineus Benth.*)

El ortosifón o té de Java es una planta perenne de hasta unos 60 cm de altura, originaria de Asia tropical.

Las hojas y sumidades floridas constituyen la droga y sus principales principios activos son: aceite esencial, flavonoides y sales potásicas.

Presenta una acción diurética comparable a la de la furosemina, siendo una de las drogas más empleadas en el «drenaje renal» y como complemento en tratamientos adelgazantes. También tiene una acción ligeramente espasmolítica. Principalmente se utiliza como diurético en inflamaciones crónicas o recidivantes de la pelvis renal y en inflamaciones de la vejiga o de los riñones, así como en caso de vejiga irritable y de bacteriuria asintomática. No sólo produce un incremento de la eliminación de agua, sino que también aumenta la excreción de cloruro de sodio. Su uso prolongado alcaliniza la orina, con el consiguiente beneficio en caso de litiasis úrica. Sin embargo, en caso de litiasis oxálicas, está contraindicado su uso, porque la alcalinización de la orina podría precipitar las sales oxálicas en forma de cálculos. Puede producir náuseas y vómitos por su fuerte sabor amargo.

Está muy difundida en el mercado español, pudiéndose encontrar como preparado simple y asociada a otras drogas en mezclas diuréticas. Asimismo, forma parte de mezclas laxantes que se utilizan como coadyuvantes para regímenes de adelgazamiento.

La dosis media diaria es de 6-12 gramos de droga o la cantidad equivalente de sus preparados. □

---

#### Bibliografía general

- Arteche A, Vanaclocha B, Güenechea JI. Fitoterapia. (3ª ed.). Vademécum de prescripción. Plantas medicinales. Barcelona: Masson, 1998.
- Cañigüeral S, Vila R, Wichtl M. Plantas medicinales y drogas vegetales para infusión y tisanas. Milán: OEMF International, 1998.
- Cañigüeral S, Vila R. Curso: Fitoterapia y su aplicación en la oficina de farmacia. Barcelona: Sandoz Nutrition.
- Duraffourd C, D'Hervicourt L, Lapraz JC. Cuadernos de fitoterapia clínica. Barcelona: Masson, 1987.
- Font P. Plantas Medicinales. El Dioscórides renovado. Barcelona: Labor, 1992.
- Peris JB, Stübing G, Vanaclocha B. Fitoterapia aplicada. Valencia: MICOV Valencia, 1995.