

# Cinco plantas prometedoras para tratar la psoriasis. ¿Sí o no?

Miguel Avalos-Viveros<sup>1</sup> y Martha Estrella García-Pérez<sup>2</sup>

Instituto de Investigaciones Químico-Biológicas, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH).

2. Facultad de Químico Farmacobiología, (UMSNH). Morelia, Michoacán, México.

Contacto: martha.garcia@umich.mx

**Resumen.** La psoriasis es una enfermedad inflamatoria de la piel que afecta considerablemente la calidad de vida de aproximadamente 3 millones de mexicanos. Desafortunadamente, aún no se dispone de una cura para esta enfermedad, pero sí se tienen diversas estrategias para mejorar los síntomas. A pesar de ello, muchas personas con psoriasis también recurren al uso de las plantas como tratamiento alternativo. Existe una gran cantidad de plantas que se pueden utilizar para mejorar los síntomas de esta enfermedad por lo que en el presente trabajo se mencionarán las 5 plantas mayormente utilizadas para esta enfermedad, se indicarán algunas de sus características para ser aplicadas en la psoriasis, así como el cuidado que se debe tener en cuenta al momento de utilizarlas.

**Palabras clave:** inflamación, plantas, psoriasis.



Figura 1. Psoriasis. En las imágenes se presentan las lesiones causadas por la enfermedad; enrojecimiento y descamación sobre la piel. Imágenes tomadas de (Raharja et al., 2021; Lu, 2014).

## Introducción

La piel es la primera barrera de defensa debido a que separa el medio interno del exterior, y aunque no lo creas es el órgano más grande de nuestro cuerpo. Como todo órgano, la piel también puede enfermarse, en muchos casos con lesiones visibles, poco agradables a la vista, condenando a muchos pacientes a un estigma de discriminación. Una de las enfermedades dermatológicas más frecuentes y que afecta en gran medida la calidad de vida de quienes la padecen es la psoriasis. En este artículo te llevaremos de la mano a través de una serie de preguntas para que conozcas más sobre esta afección, además mencionaremos algunas plantas que se han considerado prometedoras para tratarla.

**¿Qué es la psoriasis?** La psoriasis es una enfermedad de la piel que se caracteriza por la presencia de placas escamosas blanquecinas con bordes rojos debido a una inflamación constante. **¿Esta enfermedad afecta a todo el cuerpo?** No. Existen diferentes tipos de psoriasis la cual se clasifica



dependiendo de la localización de las placas. Generalmente, las lesiones están presentes en las manos y en los pies, sin embargo, también pueden encontrarse en los brazos, pecho, espalda y cuero cabelludo (Figura 1).

**¿Son muchas las personas con psoriasis?** De acuerdo con algunas cifras consultadas se estima que del 1 al 3% de la población mundial presentan esta terrible enfermedad. En México se calcula que aproximadamente 3 millones de personas están afectadas.

**¿Cómo se desarrolla la psoriasis?** La psoriasis puede aparecer en cualquier etapa de la vida tanto en hombres como en mujeres. Existen diferentes motivos para que se desarrolle la enfermedad principalmente debido a factores hereditarios y del sistema inmunológico, aunque también puede ser causada por estrés, desnutrición, medicamentos, consumo de alcohol y/o cigarro, así como por lesiones y/o infecciones en la piel.

**¿Cuál es la cura para la psoriasis?** Desafortunadamente, hasta el momento no existe cura para esta enfermedad, sin embargo, sí se tienen diversas estrategias que permiten controlar los síntomas como la inflamación y el dolor que presentan los pacientes en su piel.

**¿Cuáles son las estrategias para tratarla?** Dentro de los diversos tratamientos farmacológicos de los que se disponen contra la psoriasis está la administración de acitretina, la cual ayuda a reducir la descamación; ciclosporina y metotrexato, los cuales ayudan a disminuir la inflamación. También se ha demostrado desde la antigüedad que la aplicación de ungüentos y pomadas que tienen alquitrán de hulla combinado con la luz solar reducen significativamente los síntomas de esta enfermedad. Así mismo, gracias al avance de la ciencia actualmente disponemos de medicamentos biotecnológicos como el adalimumab, etanercept, infliximab y

ustekinumab, aunque estos tratamientos innovadores pueden resultar demasiado costosos.

**¿Se pueden utilizar plantas para tratar la psoriasis?** No existe ninguna planta actualmente aprobada por las entidades regulatorias en materia de medicamentos para tratar la psoriasis, pero se estima que el 69% de los pacientes prefieren utilizar productos naturales (Díaz-Murillo *et al.*, 2016).

**¿Qué plantas se consideran como prometedoras para tratar la psoriasis?** Son muchas, pero a continuación, mencionaremos 5 de las más destacadas (Figura 2), fáciles de conseguir y que están presentes en un sin número de productos dermatológicos y cosméticos.

La primera planta que debemos destacar es la sábila (*Aloe vera*). El gel o la pulpa procedente de sus hojas ha sido utilizado desde hace 2000 años para tratar las lesiones de la piel. Una gran cantidad de investigaciones coinciden en su propiedad para reducir la inflamación, suavizar, exfoliar, hidratar, y reducir las infecciones cutáneas. Estas propiedades son debido a la presencia de vitaminas y unas moléculas llamadas antraquinonas las cuales son las responsables de producir estos beneficios sobre la piel (Joshi y Pawar, 2015).

No podría faltar la flor de manzanilla (*Matricaria recutita*), que, al igual que la sábila también presenta actividad antiinflamatoria, sin embargo, esta propiedad es debido a un compuesto llamado camazuleno que en conjunto con otros compuestos (fenoles y flavonoides) reducen la inflamación en la piel psoriásica (Kumar y Singh, 2021).

La tercera planta tiene su origen en Asia e India, es una especia milenaria utilizada en la medicina oriental y actualmente valorada a nivel mundial debido a los numerosos beneficios que proporciona a la salud. Su nombre es cúrcuma (*Curcuma longa*), a partir de sus raíces se obtiene un polvo naranja que es muy utilizado en la gastronomía para realzar el aroma, sabor y el color del platillo. Además, al aplicarse sobre la piel

Figura 2. Sábila, manzanilla, cúrcuma, tepezcohuite y caléndula, plantas prometedoras utilizadas para el tratamiento de la psoriasis. Imágenes tomadas de Pinterest.

es capaz de reducir la formación de la placa psoriásica, la inflamación y las infecciones por bacterias. Todas estas propiedades que presenta son debido a unos compuestos llamados curcuminoides que aún continúan estudiándose para aplicarlos en otras enfermedades como el cáncer (Kumar y Singh, 2021).

También se ha descrito que la aplicación de productos dermatológicos con tepezcohuite (*Mimosa tenuiflora*) reducen la inflamación y los estímulos de dolor en las lesiones psoriásicas debido a la presencia de un compuesto llamado sakuranetin. Además, el proceso de cicatrización también se favorece al presentar otros compuestos (fenoles y saponinas) que son capaces de estimular unas células de la piel llamadas fibroblastos (Cruz *et al.*, 2016).

Una mención especial la tiene la caléndula (*Calendula officinalis*), una planta utilizada en la medicina tradicional y también como alimento. Tiene propiedades antiinflamatorias, cicatrizantes y anticancerígenas debido a un compuesto llamado cadinol el cual está presente en los aceites que se obtienen de la planta (Cenk PAŞA, 2022).

**¿Las plantas son completamente beneficiosas para tratar la psoriasis?** Se pudiera pensar que los productos

naturales elaborados a base de plantas no presentan ningún riesgo para la salud, sin embargo, este supuesto no es siempre correcto. Como se ha podido apreciar, las plantas aquí mencionadas presentan numerosos compuestos responsables de sus beneficios sobre la piel. Sin embargo, el abuso de su consumo o combinarlas inadecuadamente con medicamentos podrían ocasionar daño en la piel, como dermatitis por contacto, o en caso de ingerirse; náuseas, diarrea, dolor e incluso interferir con la actividad de muchos fármacos. Aunque existen estudios científicos, sobre todo en células o animales con estas plantas, existe poca información clínica por lo que se desconocen las cantidades adecuadas y los riesgos al combinarlas con fármacos. Por lo tanto, debemos ser cuidadosos al momento de utilizar las plantas como tratamiento y siempre estar dispuestos a pedir la opinión del médico tratante.

### Conclusión

Las plantas son una fuente inagotable de compuestos con propiedades antiinflamatorias capaces de disminuir los síntomas de la psoriasis. Sin embargo, falta mucho por conocer para que puedan ser utilizadas apropiadamente en el tratamiento de esta enfermedad. Por lo tanto, debemos ser cuidadosos al momento de seleccionarlas, considerar las cantidades necesarias, no combinarlas

con fármacos y, sobre todo, consultarlos con un médico. Recuerda que natural no es sinónimo de inofensivo.

### Referencias

- Cenk PAŞA. (2022). Compilation on the medicinal uses *Calendula officinalis* and *Calendula arvensis* species distributed in the flora of Turkey. *GSC Biological and Pharmaceutical Sciences*, 21(3), 048–052. <https://doi.org/10.30574/gscbps.2022.21.3.0451>
- Cruz, M. P., Andrade, C. M. F., Silva, K. O., de Souza, E. P., Yatsuda, R., Marques, L. M., David, J. P., David, J. M., Napimoga, M. H., & Clemente-Napimoga, J. T. (2016). Antinociceptive and anti-inflammatory activities of the ethanolic extract, fractions and flavones isolated from *Mimosa tenuiflora* (Willd.) Poir (Leguminosae). *PLoS ONE*, 11(3), e0150839. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0150839>
- Díaz-Murillo, V., Valentín-Escalera, J., Rodríguez-Orozco, A., Bartolomé-Camacho, M.-C., & García-Pérez, M.-E. (2016). Natural health products for psoriasis management. En *Psoriasis. Epidemiology, diagnosis and management strategies* (pp. 87–144). Nova Science Publishers, Inc.
- Joshi, L. S., & Pawar, H. A. (2015). Herbal cosmetics and cosmeceuticals: an overview. *Natural Products Chemistry & Research*, 3(2), 1–8. <https://doi.org/10.4172/2329-6836.1000170>
- Kumar, A., & Singh, G. (2021). Medicinal utility of some herbs for the treatment psoriasis: an updated approach. *International Journal of Botany Studies*, 6(3), 308–312.
- Lu, J. (2014). *Objective assessment of psoriasis treatment through skin images*. The University of Melbourne.
- Pinterest. (s/f). Pinterest. Recuperado el 16 de enero de 2023, de <https://www.pinterest.com.mx/>
- Raharja, A., Mahil, S. K., & Barker, J. N. (2021). Psoriasis: a brief overview. *Clinical Medicine*, 21(3), 170–173. <https://doi.org/10.7861/clinmed.2021-0257>