

# Creación y evolución de Adjúntate Fitoterapia

## Creation and evolution of Adjúntate Phytotherapy

Caro-Márquez RA, López-García MA, Carrera-Esteba JP, Jiménez-Gordillo MD

Farmacia Comunitaria

\*Correspondencia: roarcama@gmail.com

### 1. Introducción

Adjúntate Fitoterapia es un proyecto formado por compañeros que se reúnen para formarse juntos, bajo el amparo del Colegio de Farmacéuticos de Sevilla (RICOFSE), de forma que se convierten en referentes colegiales en esa área.

La creación de Adjúntate Fitoterapia nos aporta conocimientos, habilidades sociales, y capacidad para interactuar con nuestro entorno, aprendiendo y dando a conocer el uso de plantas medicinales.

### 2. Objetivo

Adjúntate Fitoterapia enriquece el currículum, mejora la capacidad para impartir formación, aprender a realizar estudios científicos, o compartir experiencias profesionales con otros compañeros en congresos y jornadas.

### 3. Material y métodos

Convocatoria colegial para presentar el proyecto de Adjúntate y dar a conocer los distintos grupos de trabajo.

Representación de un vocal de fitoterapia como coordinador del grupo.

Reuniones presenciales en la sede colegial y virtuales a través de la aplicación Webex, con registro en acta.

Desarrollo de un correo electrónico compartido en el que se suben las distintas aportaciones a los trabajos mediante la herramienta Drive.

Plantear y decidir los proyectos que se van a realizar.

Puesta en común del trabajo y reparto de tareas.

### 4. Resultados

1. Creación del grupo Adjúntate Fitoterapia, formado por 10 miembros.
2. Elaboración de encuestas sobre el uso de plantas medicinales en la provincia de Sevilla.
3. Publicación de los resultados de las encuestas en la revista RESCIFAR.
4. Participación como ponente en dos cursos de formación de la plataforma Hermes del RICOFSE y en las Jornadas Farmacéuticas Dispensando.
5. Tres publicaciones en el blog colegial.

### 5. Conclusiones

Permite estar al día en todo lo referente a plantas medicinales. Favorece la formación y promueve sus inquietudes por el aprendizaje. Pertenecer a un equipo de profesionales y trabajar con ellos favorece las relaciones y el intercambio de ideas. Permite aprender a manejar estudios científicos y publicaciones.



## Creación y Evolución de Adjúntate Fitoterapia

### Autores

Rocío Arán Caro Márquez	Farmacéutica comunitaria	Manuel Alejandro López García	Farmacéutico comunitario
Juan Pablo Carrera Estepa	Farmacéutico comunitario	M <sup>a</sup> del Mar Cabello Barrera	Farmacéutica comunitaria
M <sup>a</sup> Dolores Jiménez Gordillo	Farmacéutica comunitaria		

### Introducción

La formación continua de los sanitarios es necesaria para poder ofrecer una atención de mayor calidad a los pacientes.

La creación de adjúntate fitoterapia forma parte de una iniciativa del COF de Sevilla en la que se han formado grupos de distintas temáticas para compartir inquietudes, conocimientos y desarrollar habilidades sociales. En concreto, el grupo de fitoterapia tiene como objetivo dar a conocer la validez del uso de plantas medicinales en el tratamiento de dolencias leves y moderadas.

### Material y métodos

- Acudimos a una convocatoria colegial para una primera reunión informativa.
- Se crean grupos de trabajo en diferentes áreas, entre ellos “Adjúntate Fitoterapia”.
- Se nombra a una coordinadora vocal, encargada de las actas y portavoz.
- Reuniones presenciales y online entre los participantes.
- Medios usados: Grupos de whatsapp, teléfono y correo electrónico. Instalaciones físicas colegiales y virtuales (plataforma Webex).
- Reparto de tareas entre los distintos compañeros.
- Plantear y decidir qué proyectos vamos a realizar.



Curso online: "Fitoterapia en diferentes patologías de consulta en Oficina de Farmacia" (edición enero-marzo)

4.13 créditos

Curso acogido al Plan de Formación bonificada del RICOFSE



Indicación de suplementos relacionados con disfunciones sexuales.



### Objetivos

- Enriquecer el currículum personal.
- Mejora la capacidad para impartir formación.
- Aprender a realizar estudios científicos.
- Compartir experiencias profesionales con otros compañeros en congresos y jornadas.

### Resultados

- Creación del grupo Adjúntate Fitoterapia, formado por 10 miembros.
- Elaboración de encuestas sobre el uso de plantas medicinales en la provincia de Sevilla.
- Publicación de los resultados de las encuestas en la revista RESCIFAR.
- Participación como ponente en dos cursos de formación de la plataforma Hermes del RICOFSE y en las Jornadas Farmacéuticas Dis-pensando.
- Tres publicaciones en el blog colegial.

Caro RA, Carrera JP, Cabello MM, Guerrero BV, Ovelar C, Ennme F, Jiménez MD - Uso de plantas medicinales...



#### Uso de plantas medicinales en la provincia de Sevilla

Caro RA, Carrera JP, Cabello MM, Guerrero BV, Ovelar C, Ennme F, Jiménez MD  
 Licenciada en Farmacia  
 Doctora en Farmacia  
 \*Correspondencia: xx

Recibido: 13.12.2019; aceptado: 30.12.20

Resumen: El desarrollo científico ha permitido demostrar la eficacia y seguridad terapéutica de las plantas medicinales, lo que ha supuesto que la Fitoterapia sea una terapia alternativa o complementaria con los medicamentos de síntesis.

El objetivo de este estudio es el conocimiento y uso de plantas medicinales en la población de Sevilla. Para ello se realizó encuesta a usuarios de farmacia y población en general. La encuesta ha sido elaborada por el proyecto de adjúntate Fitoterapia del RICOFSE.

Los resultados muestran que el 80% de los encuestados manifiesta usar Fitoterapia, en algún momento de su vida. Se observa que la usan más las mujeres que los hombres. El uso mayoritario de la Fitoterapia es para dolencias puntuales y de manera ocasional, siendo los tractados de tipo nervioso y digestivo los más tratados. Las plantas más utilizadas son la raíz de valeriana (*Valeriana officinalis*), y la flor de manzanilla (*Matricaria chamomilla*). Obtenemos mayoría con su uso en el 90% de los casos, siempre siguen considerando la Fitoterapia como un complemento y no como una alternativa a la medicina tradicional. Los encuestados en su mayoría aseguran tomar plantas medicinales por decisión propia (80%) y por consejo farmacéutico (20%), siendo el lugar donde más la adquieren la farmacia comunitaria. En 50% aseguran que no comunican a su médico que usa Fitoterapia.

En conclusión, existe un gran consumo de plantas medicinales en Sevilla. Un amplio porcentaje de los encuestados lo usa por decisión propia, destacando que los un gran interés por el autoconocimiento, además donde más lo adquieren es en farmacia, por tanto la participación del farmacéutico es fundamental ya que los pacientes confían en sus conocimientos y profesionalidad. Por otro lado, cuando tienen dudas sobre las interacciones con su tratamiento habitual, acuden en mayor medida al consejo farmacéutico, es un dato de que la población encuestada encuentra en la farmacia una dispensación segura y de calidad, validando de esta forma la atención farmacéutica, tanto en interacciones como en solicitar consejo para problemas que no requieren diagnóstico médico.

Abstract: The objective of this study is the knowledge and use of medicinal plants in the population of Sevilla. To do this, surveys are conducted with pharmacy users and the general population. The survey has been prepared by the adjúntate Phytotherapy project of the RICOFSE.

The results show that 80% of those surveyed state that they use Phytotherapy at some point in their life. It is observed that women use it more than men. The majority use of Phytotherapy is for specific ailments and occasionally, being nervous and digestive disorders the most treated. The most commonly used plants are valerian root (*Valeriana officinalis*), and chamomile flower (*Matricaria chamomilla*). They obtain improvement with its use in 90% of cases, although they continue to consider Phytothera-

Rev Esp Cas Farm. 2020;112(1):11-18.

11

### Conclusiones

- Permite estar al día en todo lo referente a plantas medicinales.
- Mejora la formación y promueve sus inquietudes por el aprendizaje.
- Pertener a un equipo de profesionales y trabajar con ellos promueve las relaciones y el intercambio de ideas.
- Permite aprender a manejar estudios científicos y publicaciones.