

¿Son eficaces las plantas medicinales para tratar las molestias de estómago?



Respuesta Numerosas plantas medicinales pueden ser útiles para tratar las molestias de estómago, pero hay muy pocas pruebas científicas (evidencia) sobre su eficacia en comparación con otros tratamientos, como el omeprazol.



Otros mensajes clave

- El aceite de menta y comino probablemente produce una gran mejoría de los síntomas y la cúrcuma probablemente produce una mejoría moderada de las molestias de estómago
- Iberogast® (un medicamento con extractos de plantas medicinales) podría mejorar los síntomas, pero la evidencia es muy incierta
- El uso de plantas medicinales no parece asociarse con efectos adversos importantes







Revisión Cochrane en la que se basa la respuesta [Plantas medicinales no chinas para la dispepsia funcional](#) (junio 2023)
Estudios revisados La revisión se basa en 41 ensayos clínicos con 4477 participantes **Actualización** Diciembre 2022

Elementos de la pregunta de investigación

- Población estudiada: personas con molestias de estómago
- Intervención aplicada: 27 plantas medicinales, entre ellas aceite de menta y comino, cúrcuma e Iberogast® (un medicamento con extractos de plantas medicinales) consumidas en forma de infusión, aceite esencial, cápsulas, etc.
- Comparación de la intervención con: placebo (comprimidos ficticios), otros tratamientos
- Desenlaces estudiados: síntomas, efectos adversos, calidad de vida

Resumen Resultados (**efecto observado**) en los **desenlaces** estudiados, **grado de certeza** de estos resultados y **conclusión**

 Desenlaces	 Efecto observado	 Certeza	 Conclusión
Aceite de menta y de comino			
Síntomas (a las 4 semanas)	Gran mejoría	⊕⊕⊕○ Moderada	El aceite de menta y de comino probablemente produce una gran mejoría de los síntomas
Cúrcuma			
Síntomas (a las 4 semanas)	Mejoría moderada	⊕⊕⊕○ Moderada	La cúrcuma probablemente produce una gran mejoría de los síntomas
Iberogast® (medicamento con extractos de plantas medicinales)			
Síntomas (a las 4-8 semanas)	Mejoría moderada	⊕○○○ Muy baja	Iberogast® podría mejorar los síntomas, pero la evidencia es muy incierta