



UÑA DE GATO

¿QUÉ ES LA UÑA DE GATO?

La uña de gato es una enredadera que crece en Perú. La planta lleva ese nombre porque tiene espinas curvas que crecen en pares a lo largo de la enredadera. En inglés el nombre de la enredadera es "cat's claw". El nombre científico es *Uncaria tomentosa*. Tradicionalmente, la corteza interior y la raíz de la hierba son utilizadas para hacer té. Una enredadera similar llamada *Uncaria guaianensis* carece de uno de los componentes posiblemente importantes. Una variedad china llamada *Uncaria rhynchophylla* posee componentes similares.

ADVERTENCIA: existe una planta llamada "uña de gato" que crece en México y en la zona sur de Texas. Esta planta, *Acacia gregii*, no posee beneficios conocidos para la salud y su corteza puede ser venenosa.

Los nativos de la selva del Perú, especialmente la tribu Ashaninka, han utilizado uña de gato como medicina por cientos de años. Sin embargo, no llamó la atención de los investigadores sino hasta mediados de 1970.

La uña de gato contiene químicos llamados alcaloides oxindole. Un investigador llamado Klaus Keplinger patentó algunos de ellos basándose en evidencia de que afectan la función inmune. No obstante, una patente no es lo mismo que recibir autorización para su comercialización por parte de la Administración de Alimentos y Fármacos. Keplinger ha utilizado uña de gato para tratar a personas con herpes o VIH.

Otras investigaciones demostraron que la uña de gato posee diferentes tipos de alcaloides que afectan al sistema nervioso central. Estos alcaloides pueden llegar a funcionar en contra de los alcaloides que afectan el sistema inmune. Es necesario hacer más investigaciones.

¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE LA UÑA DE GATO?

Los nativos peruanos utilizan la uña de gato para tratar enfermedades inflamatorias como la artritis, para limpiar el aparato digestivo y para tratar al cáncer. También ha sido utilizada para tratar la disentería, recuperarse del parto

y tratar desequilibrio hormonal en las mujeres.

En estudios de laboratorio, la uña de gato normaliza algunas funciones del sistema inmune. También parece reducir coágulos de la sangre. No se sabe si estos resultados en el laboratorio se sostendrán en estudios hechos en personas.

Se han hecho pequeños estudios en humanos, incluso en personas con SIDA. Los resultados fueron inconclusos. En un estudio, la uña de gato aceleró el tiempo de curación en personas con *herpes simplex* (oral o genital) y con *herpes zoster*. Este estudio fue realizado por una compañía que fabrica una forma purificada de uña de gato. Ningún estudio independiente ha obtenido resultados similares.

¿POR QUÉ USAN UÑA DE GATO LAS PERSONAS VIH POSITIVAS?

Muchas personas VIH positivas se ven atraídas a hierbas que parecen fortalecer el sistema inmune. Sin embargo, aún no se han documentado los beneficios de la uña de gato en humanos. Además, existe la posibilidad de que la uña de gato estimule al sistema inmune de manera tal, que provoque el avance de la enfermedad por VIH. Al no existir estudios controlados, no sabemos si funciona, si hace bien o mal.

Las compañías que venden alimentos naturales promocionan la uña de gato como un tratamiento para varios problemas. Algunos materiales de promoción la llaman "hierba milagrosa" y afirman que es más potente que otras hierbas. Estas afirmaciones no son sostenidas por investigaciones serias.

¿CÓMO SE USA LA UÑA DE GATO?

La forma tradicional de usar la uña de gato es haciendo un té con la corteza interna de la enredadera. Las compañías que venden hierbas ofrecen el polvo de corteza seca en cápsulas y en líquido para usar en forma sublingual (debajo de la lengua), en saquitos de té, y corteza y raíz suelta para hacer té. Es difícil saber cuál es la dosis apropiada. Además, no hay manera de estandarizar la concentración de los ingredientes activos

de la uña de gato. Esta contiene al menos seis químicos, supuestamente beneficiosos para la salud.

¿CUÁLES SON LOS EFECTOS SECUNDARIOS?

No se han reportado efectos secundarios con el uso de uña de gato. Hay que tener en cuenta que muy pocas personas han utilizado uña de gato en estudios científicos. Algunos productos que contienen uña de gato advierten que no deben ser utilizados por mujeres embarazadas o personas con desórdenes inmunológicos como la esclerosis múltiple.

¿CÓMO INTERACTÚA CON OTROS MEDICAMENTOS?

No se conocen interacciones entre la uña de gato y otras hierbas o medicamentos. No obstante, la mayoría de las interacciones entre hierbas y medicamentos no han sido estudiadas. Dígame a su proveedor de atención médica si está usando algún suplemento de hierbas.

¿CÓMO SÉ SI FUNCIONA?

No se sabe si la uña de gato ofrece algún beneficio a las personas VIH positivas. Ha habido varios estudios de laboratorio con resultados prometedores. Sin embargo, pocas personas han utilizado uña de gato bajo supervisión médica en estudios científicos.

EN POCAS PALABRAS

La uña de gato es un producto herbáceo hecho con la corteza y la raíz de una enredadera que crece en Perú. Los nativos de Perú la han utilizado por cientos de años para tratar varios problemas de salud.

A pesar de que algunos estudios de laboratorio han demostrado resultados prometedores con el uso de uña de gato, no hay suficientes estudios en humanos. Hasta que no haya más información es difícil estar seguro acerca de sus beneficios o efectos secundarios.

Revisado el 26 de mayo de 2009