

Fumaria (*Fumaria officinalis*): depurativo hepático, regulador biliar y antiespasmódico digestivo

Autor: EA4IPV

Fecha: 23/03/2026

Categoría: Botánica Medicinal

Etiquetas: Sin etiquetas

Fumaria (*Fumaria officinalis*): depurativo hepático, regulador biliar y antiespasmódico digestivo

La fumaria (*Fumaria officinalis* L.) es una planta herbácea anual de la familia Papaveraceae (subfamilia Fumarioideae), nativa de Europa, norte de África y Asia occidental, naturalizada en América y Oceanía. Su nombre deriva del latín fumus terrae (humo de la tierra), posiblemente por el aspecto grisáceo-azulado de su follaje o porque su jugo provoca lagrimeo como el humo. Es una de las plantas depurativas más utilizadas en la fitoterapia europea desde la Edad Media: Dioscórides la citaba como depurativo de la sangre y Mattioli la recomendaba para las afecciones hepáticas. La EMA la reconoce como medicamento tradicional para el tratamiento sintomático de trastornos digestivos como espasmos biliares y dispepsia. Su alcaloide principal, la protopina (fumarina), tiene un efecto anfocolerético único: regula la secreción biliar al aumentarla cuando es insuficiente y reducirla cuando es excesiva, actuando como un verdadero modulador de la función hepatobiliar. La Farmacopea Francesa (Ph. Fr. XI) exige un mínimo de 0,4 % de alcaloides totales expresados como protopina.

Descripción botánica y droga vegetal

Planta herbácea anual de 15-40 cm, glabra, glauca, con tallos erectos o ascendentes, angulosos, ramificados desde la base. Hojas alternas, bi- o tripinnaticompuestas, con segmentos lineares-oblongos de 2-5 mm de ancho, de color verde-grisáceo que le da un aspecto humoso característico. Flores zigomorfas en racimos terminales densos de 10-40 flores; corola tubular de 7-9 mm, con cuatro pétalos: el superior con espolón nectarífero, de color rosa a púrpura con ápice púrpura oscuro. Fruto: núcula globosa (aquenio) de 2-2,5 mm, ligeramente emarginada en el ápice, con una semilla.

La droga vegetal son las partes aéreas desecadas (*Fumariae herba*), recolectadas durante la floración plena (abril-septiembre en el hemisferio norte). Se seca a la sombra o en secadero a máximo 40 °C. El material desecado tiene sabor amargo pronunciado y olor débil. La Farmacopea Francesa especifica un contenido mínimo de 0,4 % de alcaloides totales calculados como protopina. Se encuentra como mala hierba en cultivos, terrenos removidos, bordes de caminos y muros en toda Europa templada, desde el nivel del mar hasta 1.500 m de altitud.

Principios activos y mecanismo de acción

Alcaloides isoquinolínicos (0,3-1,3 % del peso seco): protopina (fumarina, 50-60 % del total de alcaloides) es el principal. Otros: criptopina, sinactina, estilopina, N-metilsinactina, fumaricina, fumaritrina, parfumina, fumarilina. En total se han identificado más de 20 alcaloides diferentes en *F. officinalis*.

Ácidos orgánicos: ácido fumárico (0,2-0,5 %), ácido cafeico, ácido clorogénico. El ácido fumárico es un

intermediario del ciclo de Krebs con propiedades inmunomoduladoras (los ésteres del ácido fumárico se usan en dermatología para la psoriasis, aunque a dosis mucho mayores que las presentes en la planta).

Flavonoides: rutina, quercetina, isoquercitrina, kaempferol. Mucílagos, sales de potasio y taninos en proporción menor.

Mecanismo anfocolerético: la protopina actúa sobre el esfínter de Oddi y la musculatura lisa de las vías biliares. A nivel molecular, modula la actividad de los canales de calcio voltaje-dependientes en las células musculares lisas biliares: cuando el tono basal es elevado (espasmo), la protopina actúa como espasmolítico relajando la musculatura; cuando el tono es bajo (atonía biliar), estimula la contracción favoreciendo el vaciamiento de la vesícula. Este efecto dual (anfocolerético) fue demostrado por Hentschel et al. (1995) en estudios con perfusión biliar en ratas. Además, la protopina inhibe la acetilcolinesterasa a nivel intestinal, lo que puede contribuir al efecto procinético digestivo.

Efecto hepatoprotector: los alcaloides y flavonoides actúan sinérgicamente como antioxidantes hepáticos, reduciendo la peroxidación lipídica en hepatocitos expuestos a tetracloruro de carbono (CCl_4) en modelos animales. El ácido fumárico contribuye al efecto depurativo estimulando la vía del glutatión (GSH) hepático.

Indicaciones terapéuticas y dosificación

Discinesia biliar y dispepsia: indicación principal reconocida por la EMA. Infusión de 2-4 g de planta seca en 250 ml de agua hirviendo, 3 veces al día antes de las comidas. Extracto seco (5-7:1): 250-400 mg, 3 veces al día. Tintura (1:5, etanol 25 %): 2-4 ml, 3 veces al día. Tratamiento durante 2-4 semanas, con descanso de 1 semana entre ciclos.

Depuración hepática: curas primaverales de 3 semanas con infusión de fumaria (2-3 g, 2-3 veces al día) para favorecer la eliminación de toxinas vía biliar. Tradicionalmente se combina con alcachofa (*Cynara scolymus*) para potenciar el efecto colerético y con diente de león (*Taraxacum officinale*) para el efecto diurético.

Dermatosis (uso tradicional): la fumaria se ha empleado históricamente para eccemas, psoriasis y dermatitis seborreica, tanto por vía oral como tópica. La base teórica es la presencia de ácido fumárico y el efecto depurativo hepático (la medicina tradicional asocia la piel con la función hepática). La evidencia clínica es débil: los ésteres de ácido fumárico farmacológicos (Fumaderm) sí son eficaces en psoriasis, pero a dosis muy superiores a las obtenibles con la planta.

Estreñimiento espástico: la protopina relaja la musculatura lisa intestinal hipertónica. Infusión de 2-3 g, 2-3 veces al día, como complemento a medidas dietéticas.

Contraindicaciones, precauciones e interacciones

Contraindicaciones absolutas: obstrucción biliar (colelitiasis obstructiva, colangitis), ya que la estimulación del flujo biliar puede provocar cólico biliar o pancreatitis aguda si hay cálculos impactados. Insuficiencia hepática grave (la capacidad del hígado para metabolizar los alcaloides está comprometida). Embarazo y lactancia (la protopina tiene efecto uterotónico demostrado en modelos animales).

Precauciones: no superar las 4 semanas de tratamiento continuado; los alcaloides isoquinolínicos pueden acumularse con el uso prolongado. Respetar la posología: dosis excesivas (>6 g/día de planta seca) pueden causar dolor abdominal, diarrea e hipotensión. Pacientes con glaucoma deben evitarla: la protopina puede aumentar la presión intraocular a dosis altas.

Interacciones: potenciación del efecto de otros coleréticos y colagogos (alcachofa, boldo, cardo mariano). Posible interacción con anticoagulantes orales (la fumaria puede alterar la síntesis hepática de factores de coagulación vitamina K-dependientes, aunque el riesgo clínico es bajo). No asociar con benzodiacepinas ni sedantes: la protopina tiene efecto depresor leve del SNC a dosis altas.

Efectos adversos: a dosis terapéuticas son infrecuentes. Posibles molestias gástricas leves, aumento transitorio de la presión intraocular y somnolencia leve. A dosis muy elevadas: temblores, convulsiones (por la acción de los alcaloides sobre el SNC).

⚠ **Advertencia:** Esta información es orientativa y educativa. En situaciones de emergencia real, consulte a profesionales cualificados siempre que sea posible. No ponga en riesgo su vida ni la de otros sin la formación adecuada.