



RESUMEN DE UN ARTÍCULO ORIGINAL

¿Es efectiva la *Commiphora mukul* para la osteoartritis de rodilla? (Art Inv Cuant 1)

Cómo citar este documento

Centro de Estudios Ayurvédicos [www.centroyurveda.es]. Granada: CEA; mayo de 2010. Muñoz JM. ¿Es efectiva la *Commiphora mukul* para la osteoartritis de rodilla? Disponible en: http://www.centroyurveda.es/index.php?option=com_content&view=article&id=113:lista-de-articulos&catid=83:lista-de-articulos&Itemid=81

1

Información general

Tipo de estudio sobre el que se realiza el Resumen. Estudio con metodología cuantitativa.

Título del Resumen. ¿Es efectiva la *Commiphora mukul* para la osteoartritis de rodilla?

Autor/es. CEA.

Dirección para correspondencia. secretaria@centroyurveda.es

Referencia bibliográfica completa del artículo seleccionado. Singh BB, Mishra LC, Vinjamury SP, Aquilina N, Singh VJ, Shepard N. The effectiveness of *Commiphora mukul* for osteoarthritis of the knee: an outcomes study. *Altern Ther Health Med.* 2003 May-Jun; 9(3):74-9.

Resumen del artículo original

Justificación. La forma más común de artritis es la osteoartritis, una enfermedad degenerativa de las articulaciones diartrodiales que afecta aproximadamente al 70-80% de la población mayor en todo el mundo. Esta enfermedad cursa con rigidez, dolor, inestabilidad, etc. El tratamiento convencional combina la educación sanitaria y el ejercicio físico, con el tratamiento farmacológico vía intraarticular (glucocorticoides, ácido hialurónico) y oral (AINEs), cuyos efectos adversos son bien conocidos. La cirugía protésica está indicada en algunos casos. En Āyurveda, la osteoartritis recibe el nombre de “sandhivata”, y está relacionada con una obstrucción que favorece la acumulación de *vāta* en las articulaciones. El guggul es una oleorresina obtenida a partir de la *Commiphora mukul* habitualmente usada en las fórmulas ayurvédicas contra la artritis. En este estudio se realiza una primera valoración sobre la efectividad y la seguridad de este producto en el tratamiento de la osteoartritis de rodilla.

Objetivo. Determinar la efectividad del guggul para reducir el dolor, la rigidez y otros síntomas asociados a la osteoartritis.

Diseño. Estudio cuasiexperimental.

Lugar. Southern California University of Health Sciences, USA.

Sujetos. Se reclutaron 30 hombres y mujeres de forma no aleatoria a través de anuncios en reuniones profesionales, centros cívicos y periódicos. Los criterios de inclusión fueron: 1. 50 años o más; 2. dolor de más de 6 meses de evolución; 3. dolor casi todos los días en los meses previos; 4. crepitación durante el test de Rango de Movimiento; 5. uso de analgésicos durante los meses previos; 6. escala de Kellgren/Lawrence de 2 ó superior. Los criterios de exclusión fueron: 1. problemas médicos graves; 2. desórdenes médicos o mentales obvios; 3. incursión en litigios; 4. administración intraarticular de corticoides en las 4 semanas previas al inicio del estudio; 5. historia de diátesis hemorrágicas y uso de anticoagulantes; 6. uso de medicación relacionada con la hipertensión o la función cardíaca; 7. uso de analgésicos narcóticos.

Métodos. El estudio preliminar consistió en determinar la puntuación total del WOMAC Index, un cuestionario de 24 puntos. A continuación se administraron 500 mg. de extracto concentrado (3,5 % guggulsterones) de *Commiphora mukul* tres veces al días con las comidas.



Se suspendió cualquier tratamiento previo para la osteoartritis. La medición se realizó aplicando tres instrumentos diferentes al cabo de un mes y de dos meses: 1. Subescalas WOMAC (dolor, rigidez y funcionalidad); 2. Escala Análoga Visual (del inglés Visual Analog Scale – VAS) para discriminar el nivel de dolor; 3. Test de los 6 minutos de marcha (del inglés 6-Minute Walk Test). Estos datos se complementaron con información sobre el total de síntomas registrados.

Principales hallazgos. Los participantes mejoraron en las escalas y en los tests objetivos, una mejoría que se incrementó en las mediciones del segundo mes, y era notoria incluso un mes después de finalizar el ensayo (respecto de los resultados del estudio preliminar). No se identificaron efectos secundarios durante el estudio.

- WOMAC: la puntuación total del WOMAC mejoró significativamente ($p < 0.0001$) después de un mes. La puntuación en las subescalas mejoró en la misma medida, a excepción de la rigidez cuya mejoría fue menor al cabo de dos meses ($p < 0.001$).
- Escala Análoga Visual: la medición del dolor a través de esta escala se hizo considerando el dolor (actual, menor y mayor), la función y el estado de ánimo. El menor y el mayor dolor mejoraron después de un mes ($p < 0.0001$ y 0.005), pero el dolor actual y el estado de ánimo no fueron significativamente diferentes ($p < 0.05$) después de dos meses.
- Test de los 6 minutos de marcha: la distancia recorrida después de un mes no fue mucho mayor, pero sí se incrementó considerablemente después de 2 meses de tratamiento ($p < 0.0001$). Este test también se realizó un mes después de finalizar el tratamiento y los participantes volvieron a las mediciones del estudio preliminar, empeorándolas incluso en algunos casos.
- Registro total de síntomas: el conjunto de síntomas mejoró considerablemente en el primer mes ($p < 0.0001$) y se mantuvo hasta el segundo.

Respuesta a la pregunta. Atendiendo a los resultados de este estudio, los investigadores consideran que el guggul es un suplemento relativamente seguro y efectivo para los pacientes aquejados de osteoartritis de rodilla moderada o severa.

Palabras claves. Guggul, *Commiphora mukul*, artritis, osteoartritis.