

## HARPAGOFITO

**Nombre científico:** Harpagophytum procumbens D.C.



**Generalidades:** el Harpagofito, popularmente conocido como Garra del diablo, es una planta perenne rastrera, perteneciente a la familia de las Pedaliáceas. Su nombre popular se debe a sus espinas ganchudas, las que le permiten adherirse a los animales de forma de dispersar sus semillas.

El Harpagofito es originario del desierto del Kalahari, siendo frecuentemente encontrado en terrenos arcillosos y montes.

La parte utilizada son las raíces secundarias, las cuales pueden llegar a alcanzar una profundidad de un metro y medio.

**Composición química:** los principales principios activos presentes son iridoides y glucósidos fenólicos.

### **Acciones farmacológicas:**

- ❖ Acción analgésica leve
- ❖ Antiinflamatorio
- ❖ Actividad antirreumática
- ❖ Actividad antioxidante

### **Osteoartritis**

Estudios han demostrado que tomar Harpagofito durante varios meses reduce significativamente el dolor y mejora la función física en personas con osteoartritis. También se han registrado menores efectos secundarios en comparación con tratamientos con fármacos convencionales, así como una menor dependencia de medicamentos para reducir el dolor durante los

períodos de estudio, en comparación con aquellos pacientes que recibieron placebo.

### **Dolor de espalda y cuello**

Hay evidencias de que el Harpagofito puede ayudar a aliviar el dolor de espalda y cuello. En un pequeño estudio de 63 personas con dolores leves a moderados de espalda, cuello y hombro, 4 semanas de tratamiento con un extracto estandarizado de raíz de garra del diablo proporcionaron un alivio moderado del dolor muscular. En un estudio más amplio de 197 hombres y mujeres con dolores crónicos de espalda baja, aquéllos que recibieron dosis diarias de extracto de Harpagofito durante un mes reportaron sentir menor dolor y necesitar menos medicación analgésica que aquéllos que recibieron placebo.

### **Otros Usos**

Además del tratamiento de estas condiciones y trastornos dolorosos, muchos naturistas consideran que el Harpagofito puede ser útil para el malestar estomacal (dispepsias), pérdida del apetito, dolores de cabeza, alergias y fiebre.

**Contraindicaciones:** este producto está contraindicado en caso de úlceras digestivas en actividad, colon irritable y litiasis vesicular. Tampoco se recomienda durante el embarazo y lactancia.

Consultar con médico en caso de seguir tratamientos antiarrítmicos y antihipertensivos a nivel cardiovascular.

**Dosis recomendada:** 4 cápsulas diarias (máximo 6), después de las comidas, administrándose hasta dos meses consecutivos, descansando una o dos semanas antes de retomar su consumo. Cada cápsula contiene 250 mg de Harpagofito.