

Equinácea

Esta hoja trata sobre la exposición a la equinácea en el embarazo y durante la lactancia. Esta información no debe usarse como un sustituto de la atención médica o los consejos de su proveedor de atención de salud.

¿Qué es la equinácea?

La equinácea es una hierba que proviene de las raíces, el tallo y las hojas de la planta ***Echinacea purpurea*** (equinácea púrpura). También se utilizan las raíces secas de ***Echinacea angustifolia*** y ***Echinacea pallida***. El tipo de ingredientes activos entre los diferentes productos puede variar ampliamente. La cantidad y potencia de los ingredientes activos dependen del tipo de planta de equinácea utilizada, de la parte de la planta empleada y de su elaboración.

La equinácea se presenta en muchas formas, como té, extractos, cápsulas y comprimidos, y preparados que se aplican sobre la piel (uso tópico). Algunos suplementos dietéticos pueden contener equinácea.

La Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA, por sus siglas en inglés) no regula los productos y suplementos a base de hierbas de la misma manera que regula los medicamentos. Muchas hierbas y productos a base de hierbas no se han estudiado, o no se han estudiado bien, para su uso en el embarazo humano. Los productos a base de hierbas pueden contener sustancias nocivas (llamadas contaminantes) como metales, pesticidas, productos químicos, microorganismos u otros ingredientes que no figuran en la etiqueta. Estos contaminantes pueden tener sus propios efectos negativos en el embarazo. Por lo general, no se recomienda el uso de productos a base de hierbas durante el embarazo a menos que esté bajo la dirección y el cuidado de su proveedor de atención de salud para tratar una afección médica. Para obtener más información sobre los productos a base de hierbas en general, consulte nuestra hoja informativa en: <https://mothertobaby.org/fact-sheets/herbal-products-pregnancy/>.

Las tinturas pueden contener el extracto de plantas (como la equinácea) disuelto en alcohol. Estos preparados pueden tener una cantidad importante de alcohol. Se debe evitar el alcohol durante el embarazo y la lactancia. Puede encontrar más información sobre el alcohol en nuestra hoja informativa aquí <https://mothertobaby.org/fact-sheets/alcohol-pregnancy/>.

Tomo equinácea. ¿Puede hacer que me resulte más difícil quedar embarazada?

No se han realizado estudios para comprobar si tomar equinácea podría dificultar que una mujer quede embarazada.

¿Tomar equinácea aumenta la probabilidad de aborto espontáneo?

El aborto espontáneo es común y puede ocurrir en cualquier embarazo por muchas razones diferentes. Los estudios en animales sugieren que los productos de equinácea podrían aumentar la probabilidad de aborto espontáneo. Sin embargo, no está claro cómo el las preparaciones de chinacea y los niveles de dosis usados en los estudios con animales se comparan con los que usarían los humanos. Un pequeño estudio en humanos no encontró una mayor probabilidad de aborto espontáneo en quienes tomaron equinácea en comparación con quienes no lo hicieron.

¿Tomar equinácea aumenta la probabilidad de defectos de nacimiento?

Cada embarazo comienza con un 3-5% de probabilidad de tener un defecto de nacimiento. Esto se conoce como riesgo de fondo. Los estudios pequeños que analizan la exposición a la equinácea durante el embarazo no han informado una mayor probabilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo.

¿Tomar equinácea durante el embarazo aumenta la probabilidad de sufrir otros problemas relacionados con el embarazo?

En un estudio que comparó más de 350 embarazos expuestos a la equinácea y más de 68 000 embarazos no expuestos, no hubo mayor probabilidad de parto prematuro (nacimiento antes de la semana 37), bajo peso al nacer (pesar menos de 5 libras, 8 onzas [2500 gramos] al nacer) o bebés pequeños para la edad gestacional.

¿Tomar equinácea durante el embarazo afecta el comportamiento o aprendizaje futuro del niño?

No se han realizado estudios para determinar si la equinácea puede causar problemas de comportamiento o

aprendizaje en el niño.

En determinados casos, se ha detectado que algunos preparados de equinácea están contaminados con metales pesados, como el plomo. Los niveles altos de plomo en la sangre durante el embarazo pueden dañar el desarrollo fetal. Puede encontrar más información sobre el plomo en nuestra hoja informativa aquí <https://mothertobaby.org/fact-sheets/lead-pregnancy/>.

Lactancia materna mientras toma equinácea:

La información sobre el uso de la equinácea en la lactancia es limitada. Un estudio encontró algunos componentes de la equinácea en la leche materna después de que una persona que estaba amamantando tomara tabletas de equinácea. No se sabe si estos componentes afectarían al niño lactante o cómo lo harían. Si sospecha que el bebé tiene algún síntoma (malestar estomacal, diarrea, estreñimiento, erupción cutánea o reacciones alérgicas), comuníquese con el proveedor de atención médica del niño. Asegúrese de hablar con su proveedor de atención de salud acerca de todas sus preguntas sobre la lactancia.

Si un hombre toma equinácea, ¿podría afectar su fertilidad (capacidad de embarazar a su pareja) o aumentar la probabilidad de defectos de nacimiento?

No se han realizado estudios en humanos para ver si tomar equinácea podría afectar la fertilidad masculina o aumentar la posibilidad de defectos de nacimiento por encima del riesgo de fondo. En general, es poco probable que las exposiciones de padres o donantes de esperma aumenten los riesgos del embarazo. Para obtener más información, lea la hoja informativa de MotherToBaby sobre las exposiciones paternas en <https://mothertobaby.org/fact-sheets/paternal-exposures-pregnancy/>.

Haga clic aquí para ver las referencias.

[¿Preguntas? Llame al 866.626.6847 | Texto 855.999.3525 | Correo electrónico o chat en MotherToBaby.org](#) .

Descargo de responsabilidad: las hojas informativas de MotherToBaby están destinadas a fines de información general y no deben reemplazar los consejos de su proveedor de atención médica. MotherToBaby es un servicio de la Organización sin fines de lucro de Especialistas en Información de Teratología (OTIS). *OTIS/MotherToBaby fomenta el lenguaje inclusivo y centrado en la persona. Si bien nuestro nombre todavía contiene una referencia a las madres, estamos actualizando nuestros recursos con términos más inclusivos. El uso del término madre o materna se refiere a una persona que está embarazada. El uso del término padre o paterno se refiere a una persona que contribuye esperma.* Copyright de OTIS, abril 1, 2023.