

Alcaravea

Carum carvi L.

Familia: umbelíferas

ESP Alcaravea, alcarahueya, carvia, comino de prado

CAT Càrvit, alcaravia, comí, matafaluga borda

EUSK Txarpoil

GAL Alcaravia

ENG Caraway

FR Carvi, cumin des prés

Amazigh: ⵝⵓⵔⵉⵎⵓⵏⵓⵔⵉⵔ (Erkerwet)

Árabe: الكرويا (Alkarawya)

Descripción

Planta herbácea bianual de 20-60 cm. Raíz fusiforme y carnosa. Tallo erecto, ramoso, angular y acanalado. Hojas finamente divididas; las inferiores son pecioladas, largas, de color verde brillante, doblemente pinnadas, con numerosos folíolos opuestos. Las hojas que brotan del tallo son mucho más pequeñas, opuestas y muy desiguales. Las flores aparecen entre abril y julio, y son muy numerosas, blancas o de color rosado, con cinco pétalos aovados y agrupadas en numerosas umbrellas erectas. El fruto madura en el segundo año, y es acanalado y algo curvado; se confunde con frecuencia con el comino.

Parte útil

Los frutos, erróneamente considerados semillas.

Está constituida por los esquizocarpos de los frutos, originariamente diaquenos. Tienen unos 3-6 mm de longitud y aproximadamente 1 mm de anchura; son glabros, de color pardo grisáceo, en general ligeramente falciformes y apuntados en los extremos. El dorso es poco convexo y en él se encuentran tres costillas rectas, estrechas, sobresalientes y claras; en la cara comisural, ligeramente arqueada en el borde, hay otras dos costillas. Su olor es aromático y su sabor también lo es, además de especiado.



Lámina de alcaravea
(H.A. Köhler)



Frutos de alcaravea
(J.A. del Villar)

Preparación

- **Infusión:** 1 cucharadita de frutos recién molidos por taza de agua hirviendo.
- **Tisana carminativa:** semillas de anís, alcaravea, coriandro e hinojo, a partes iguales. Se deja en infusión 5 a 10 minutos.
- **Polvo:** 0,5 a 3 g, varias veces al día, preferentemente después de las comidas.
- **Tintura madre:** 30 gotas, 3 veces al día.
- **Nebulizado:** 50 a 500 mg, 2 o 3 veces al día.
- **Aceite esencial:** 2 a 10 gotas, sobre un terrón de azúcar.
- **Extracto fluido:** 0,3-2 g.

Alcaravea

Principios activos

- **Aceite esencial (3%-7%):** contiene carvona (50%-60%), que le confiere su olor característico, limoneno (30%-50%), α -pineno y β -pineno, sabineno, dihidrocarvona, dihidrocarverol, carverol, junipediol, L-fucitol y otros. Poseen mayor cantidad de aceite las plantas crecidas en clima fresco que las que se desarrollan en un ambiente cálido.
- **Aceite fijo (12%-25%):** compuesto de ácido oleico (40%), linoleico (31%), petrosélico (26%) y palmítico (3%).
- **Flavonoides.**

Propiedades y usos comunes

- El aceite esencial tiene efectos larvicidas durante unas 24 h contra las larvas de *Anopheles* (diversas especies) y *Aedes aegypti* (los vectores más importantes en la transmisión de la malaria, el primero, y de la fiebre amarilla y el dengue, el segundo).
- **Sistema digestivo:** la alcaravea es aromática y carminativa, estimula la secreción de jugos digestivos y seda la excesiva motilidad del estómago. Combate eficazmente la formación de gases intestinales. Por ello es considerada eupéptica, normalizadora de la función digestiva en su sentido más amplio. Se usa en el tratamiento de trastornos digestivos en recién nacidos (flatulencias). Parece que su efecto eupéptico podría explicarse por su acción inhibitoria de la musculatura lisa. Su empleo en el tratamiento de las úlceras gástricas podría explicarse por la sensibilidad *in vitro* que *Helicobacter pylori*, la bacteria causante de gran parte de estas enfermedades, presenta ante el extracto de alcaravea.
- **Fungicida:** acción de la esencia.
- Las semillas de alcaravea se han utilizado tradicionalmente para estimular la secreción láctea (galactagogo).
- En medicina tradicional se emplea como inductor de la menstruación (emenagogo).
- Antimicrobiano: particularmente contra los géneros *Clavibacter*, *Curtobacterium*, *Rhodococ-*

cus, *Erwinia*, *Xanthomonas*, *Ralstonia* y *Agrobacterium*. También tiene actividad, aunque menor, frente a *Pseudomonas*.

- **Metabolismo:** se ha demostrado en ratas diabéticas que el extracto acuoso de alcaravea ejerce un potente efecto antihiper glucemiante, sin afectar las concentraciones plasmáticas basales de insulina.
- **Hipolipidemiante e hipocolesterolemiante:** un estudio en ratas diabéticas demuestra que el extracto acuoso de alcaravea, tomado repetidamente, provoca una disminución en los dos perfiles tanto en individuos con hiperglucemias moderadas como graves.
- **Sistema urinario:** en la medicina tradicional marroquí, la alcaravea se emplea como diurético. Este efecto ha sido confirmado mediante estudios con ratas normales, en los que se ha comprobado que puede ser equivalente al de un fármaco de referencia (furosemida).
- **Anticanceroso:** dependiente de la dosis, demostrado en estudios con ratas a las cuales se había inducido cáncer de colon. Un estudio realizado en células hepáticas en cultivo halló que la alcaravea es capaz de revertir la inducción del citocromo P450 1A, encargado de la conversión de gran cantidad de xenobióticos a metabolitos cancerígenos.
- **Antioxidante:** estudios en animales han probado que su capacidad de disminuir los radicales libres es superior a la del ácido ascórbico. Puede activar en varios tejidos la enzima glutatión transferasa, que tiene actividad detoxificante. Sus propiedades citoprotectoras se atribuyen a los flavonoides que contiene.

Efectos adversos y contraindicaciones

El aceite esencial de alcaravea es moderadamente tóxico en grandes dosis; pueden aparecer síntomas como dolor de cabeza, vértigos y delirios si se toman más de 4 g. Las semillas son poco tóxicas, pero se han descrito alteraciones del parénquima hepático por abuso de licores a base de alcaravea.

Alcaravea

Advertencias y precauciones

La seguridad de esta droga es bastante alta, pues se lleva usando durante muchos años en medicina tradicional. De todos modos, esto nos daría una seguridad relativa, pues como ya hemos comentado debemos fiarnos de las demostraciones científicas más que de la sabiduría popular. En varios estudios clínicos sobre dispepsia de origen no ulceroso, los pacientes manifestaron tener menos efectos adversos con la alcaravea que con otros tratamientos o placebo, aunque no se estudiaron los efectos adversos a largo plazo.

Interacciones

No existe ningún estudio que demuestre la existencia de interacciones entre la alcaravea y otros fármacos. De todos modos, dado que tiene un cierto efecto hipoglucemiante, se cree que podría haber interacciones aditivas con los fármacos antidiabéticos. Por ello, se debería monitorizar bien la glucemia y ajustar la medicación en estos casos si fuera necesario.

Bibliografía

- Coon JT, Ernst E. Systematic review: herbal medicinal products for non-ulcer dyspepsia. *Aliment Pharmacol Ther.* 2002;16:1689-99.
- Deeptha K, Kamaleeswari M, Sengottuvelan M, et al. Dose dependent inhibitory effect of dietary caraway on 1,2-dimethylhydrazine induced colonic aberrant crypt foci and bacterial enzyme activity in rats. *Invest New Drugs.* 2006;24:479-88.
- Eddouks M, Lemhadri A, Michel JB. Caraway and caper: potential anti-hyperglycaemic plants in diabetic rats. *Journal of Ethnopharmacology.* 2004;94:143-8.
- Iacobellis NS, Lo Cantore P, Capasso F, et al. Antibacterial activity of *Cuminum cyminum* L. and *Carum carvi* L. essential oils. *J Agric Food Chem* 2005;53:57-61.
- Lahlou S, Tahraoui A, Israili Z, et al. Diuretic activity of the aqueous extracts of *Carum carvi* and *Tanacetum vulgare* in normal rats. *Journal of Ethnopharmacology.* 2007;110:458-63.
- Kamaleeswari M, Deeptha K, Sengottuvelan M, et al. Effect of dietary caraway (*Carum carvi* L.) on aberrant crypt foci development, fecal steroids, and intestinal alkaline phosphatase activities in 1,2-dimethylhydrazine-induced colon carcinogenesis. *Toxicology and Applied Pharmacology.* 2006;214:290-6.
- Kamaleeswari M, Nalini N. Dose-response efficacy of caraway (*Carum carvi* L.) on tissue lipid peroxidation and antioxidant profile in rat colon carcinogenesis. *J Pharm Pharmacol.* 2006;58:1121-30.
- Khayyal MT, el-Ghazaly MA, Kenawy SA, et al. Antiulcerogenic effect of some gastrointestinally acting plant extracts and their combination. *Arzneimittelforschung.* 2001;51:545-53.
- Lemhadri A, Hajji L, Michel J-B, et al. Cholesterol and triglycerides lowering activities of caraway fruits in normal and streptozotocin diabetic rats. *Journal of Ethnopharmacology.* 2006;106:321-6.
- Mahady GB, Pendland SL, Stoia A, et al. In vitro susceptibility of *Helicobacter pylori* to botanical extracts used traditionally for the treatment of gastrointestinal disorders. *Phytother Res.* 2005;19:988-91.
- Matsumura T, Ishikawa T, Kitajima J, et al. Water-soluble constituents of caraway: aromatic compound, aromatic compound glucoside and glucides. *Phytochemistry.* 2002;61:455-9.
- Naderi-Kalali B, Allameh A, Rasaee MJ, et al. Suppressive effects of caraway (*Carum carvi*) extracts on 2, 3, 7, 8-tetrachloro-dibenzo-p-dioxin-dependent gene expression of cytochrome P450 1A1 in the rat H4IIE cells B. *Toxicol In Vitro.* 2005;19:373-7.
- Pitasawat B, Champakaew D, Choochote W, et al. Aromatic plant-derived essential oil: an alternative larvicide for mosquito control. *Fitoterapia.* 2007;78:205-10.
- Satyanarayana S, Sushruta K, Sarma GS, et al. Antioxidant activity of the aqueous extracts of spicy food additives –evaluation and comparison with ascorbic acid in in-vitro systems. *Herb Pharmacother.* 2004;4:1-10.
- Tahraoui A, El-Hilaly J, Israili ZH, et al. Ethnopharmacological survey of plants used in the traditional treatment of hypertension and diabetes in south-eastern Morocco (Errachidia province). *Journal of Ethnopharmacology.* 2007;110:105-17.
- Zheng GQ, Kenney PM, Lam LK. Anethofuran, carvone, and limonene: potential cancer chemopreventive agents from dill weed oil and caraway oil. *Planta Med.* 1992;58:338-41.