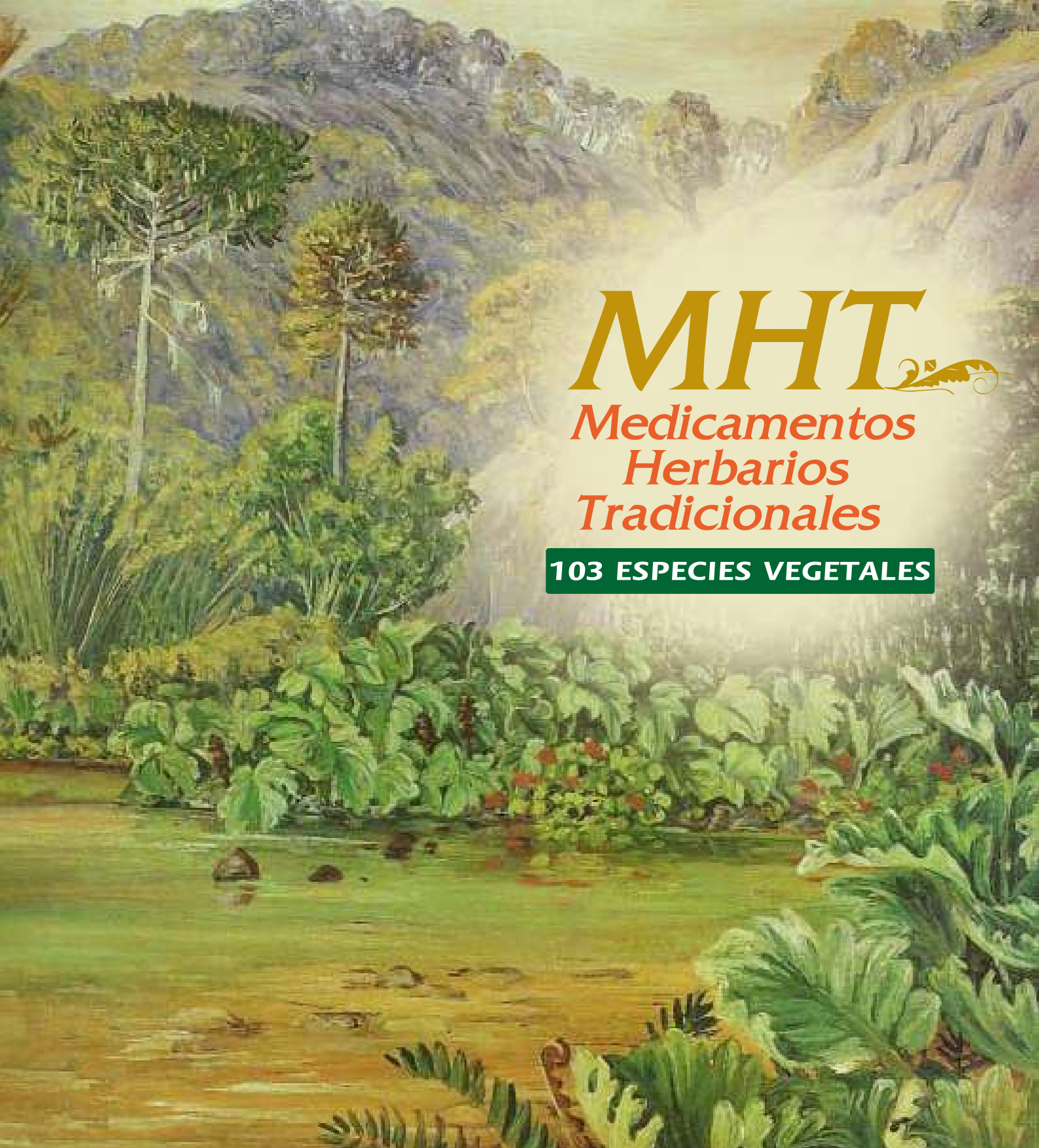




MHT

*Medicamentos
Herbarios
Tradicionales*

103 ESPECIES VEGETALES

Cuadro de Marianne North, 1884. "Vegetación en un arroyo en Chanleón", Chile". *Galería de Marianne North*, Real Jardín Botánico de Kew en Londres. www.kew.org/heritage/people/north.html



GOBIERNO DE
CHILE
MINISTERIO DE SALUD

Indice

Abedul (<i>Betula alba</i>)	7
Achicoria amarga (<i>Cichorium intybus</i>)	9
Ajenjo (<i>Artemisia absinthium</i>)	11
Albahaca (<i>Ocimum basilicum</i>)	13
Alcachofa (<i>Cynara scolymus</i>)	15
Aloe (<i>Aloe vera</i>)	17
Anís (<i>Pimpinella anisum</i> / <i>Illicium verum</i>)	19
Arnica (<i>Arnica montana</i>)	23
Arrayán / Chequen (<i>Luma chequen</i>)	25
Artemisa / Matricaria (<i>Tanacetum parthenium</i>)	27
Bailahuen (<i>Haplopappus baylahuen</i>)	29
Bardana / Lampazo (<i>Arctium lappa</i>)	33
Boldo (<i>Peumus boldus</i>)	35
Bolsita del pastor / Mastuerzo (<i>Capsella bursa-pastoris</i>)	37
Borraja (<i>Borago officinalis</i>)	39
Buchú (<i>Agathosma betulina</i>)	41
Cabello de ángel (<i>Cuscuta chilensis</i>)	43
Cachanlagua / Cachan-Lawen (<i>Centaurium cachanlahuen</i>)	45
Canelo / Voigue (<i>Drimys winteri</i>)	47
Cedrón (<i>Aloysia citrodora</i>)	49
Cepa caballo/ Amores secos (<i>Acaena splendens</i>)	51
Chépica (<i>Paspalum vaginatum</i>)	53
Chilco / Fucsia (<i>Fuchsia magellanica</i>)	55
Chinita / Caléndula (<i>Calendula officinalis</i>)	57

Cochayuyo / Ulte (<i>Durvillea antarctica</i>)	59
Contrayerba / Matagusanos (<i>Flaveria contrayerba</i>)	61
Culén (<i>Otholobium glandulosum</i>)	63
Diente de león / Amargón (<i>Taraxacum officinalis</i>)	65
Enebro (<i>Juniperus communis</i>)	67
Espuela de galán / Capuchina (<i>Tropaeolum majus</i>)	69
Eucalipto / Eucaliptus (<i>Eucalyptus globulus</i>)	71
Fenogreco (<i>Trigonella Foenum graecum</i>)	73
Frángula (<i>Rhamnus frangula</i>)	75
Fumaria (<i>Fumaria officinalis</i>)	77
Granado / Granada (<i>Punica granatum</i>)	79
Guayacán / Palo santo chileno (<i>Porlieria chilensis</i>)	81
Hierba de San Juan / Hipérico (<i>Hypericum perforatum</i>)	83
Hierba del paño (<i>Verbascum thapsus</i>)	85
Hierba dulce / Palo dulce (<i>Calceolaria thyrsiflora</i>)	87
Hinojo (<i>Foeniculum vulgare</i>)	89
Hualtata / Lampazo (<i>Senecio fistulosus</i>)	91
Lampayo (<i>Lampaya medicinalis</i>)	93
Lavanda (<i>Lavandula angustifolia</i>)	95
Linaza / Lino (<i>Linum usitatissimum</i>)	97
Llantén / Llantén mayor (<i>Plantago major</i>)	99
Llareta (<i>Laretia acaulis</i>)	101
Maitén (<i>Maytenus boaria</i>)	103
Malva (<i>Malva sylvestris</i>)	105
Manzanilla (<i>Matricaria recutita</i>)	107
Maqui (<i>Aristotelia maqui</i>)	109
Matico (<i>Buddleja globosa</i>)	111

Melón reuma / Pepino reuma (<i>Ecballium ellaterium</i>)	113
Menta / Menta negra (<i>Mentha x piperita</i>)	115
Milenrama (<i>Achillea millefolium</i>)	117
Molle (<i>Schinus areira</i>)	119
Morera (<i>Morus nigra</i>)	121
Nalca / Pangue (<i>Gunnera tinctoria</i>)	123
Naranja amargo / Naranja agrio (<i>Citrus aurantium</i>)	125
Natre / Tomatillo (<i>Solanum ligustrinum</i>)	127
Nogal (<i>Juglans regia</i>)	129
Olivo (<i>Olea europaea</i>)	131
Ortiga (<i>Urtica dioica</i>)	133
Paico (<i>Chenopodium chilense</i>)	137
Palqui / Parqui (<i>Cestrum parqui</i>)	139
Palto (<i>Persea americana</i>)	141
Pata de vaca (<i>Bauhinia forficata</i>)	143
Pelo de choclo / Pelo de maíz (<i>Zea mays</i>)	145
Peumo alemán (<i>Crataegus monogyna</i>)	147
Pichi (<i>Fabiana imbricata</i>)	149
Pingo-pingo (<i>Ephedra chilensis</i>)	151
Pino insigne (<i>Pinus radiata</i>)	153
Poleo / Menta poleo (<i>Mentha pulegium</i>)	155
Quebracho blanco / Sen chileno (<i>Senna stipulacea</i>)	157
Quillay (<i>Quillaja saponaria</i>)	159
Quilo / Mollaco / Voqui (<i>Muehlenbeckia hastulata</i>)	161
Quinchamalí (<i>Quinchamalium chilense</i>)	163
Quintral (<i>Tristerix tetrandus</i>)	165
Radal (<i>Lomatia hirsuta</i>)	167

Retamo (<i>Spartium junceum</i>)	169
Rica-rica / Kore (<i>Acantholippia punensis</i>)	171
Romaza (<i>Rumex conglomeratus</i>)	173
Romero / Romero castilla (<i>Rosmarinus officinalis</i>)	175
Rosa mosqueta / Mosqueta (<i>Rosa moschata</i>)	177
Ruda (<i>Ruta chalepensis</i>)	179
Sabinilla / Perlilla (<i>Margyricarpus pinnatus</i>)	181
Salvia (<i>Salvia officinalis</i>)	183
Sauce amargo / Sauce chileno (<i>Salix chilensis</i>)	185
Sauco (<i>Sambucus nigra</i>)	187
Sen / Sen de Alejandría (<i>Senna alexandrina</i>)	189
Siete venas / Llantén menor (<i>Plantago lanceolata</i>)	191
Tilo (<i>Tilia cordata</i>)	193
Tomillo (<i>Thymus vulgaris</i>)	195
Toronjil / Melisa (<i>Melissa officinalis</i>)	197
Toronjil cuyano / Marrubio (<i>Marrubium vulgare</i>)	199
Triqui-triqui / Trique (<i>Libertia sessiliflora</i>)	201
Tusílag (<i>Petasites fragans</i>)	203
Valeriana (<i>Valeriana officinalis</i>)	205
Verbena (<i>Verbena litoralis</i>)	207
Vira-vira (<i>Pseugnaphalium viravira</i>)	209
Yerba de la plata (<i>Equisetum bogotense</i>)	211
Yerba del clavo / Leliantú (<i>Geum chiloense</i>)	213
Yerba del lagarto / Calahuala (<i>Polypodium feullei</i>)	215
Zarzaparrilla (<i>Ribes punctatum</i>)	217
Glosario	219
Bibliografía	227

INTRODUCCIÓN

Las plantas han sido un acompañante constante en la historia del ser humano como alimento, medicina, ornato y veneno. En efecto, desde muy antiguo es conocido que una misma especie vegetal puede tener cualquiera de estas características, dependiendo su actividad benéfica o perjudicial de la forma de usarla, así como de la dosis o cantidad en que es ingerida. A través de la observación constante, con el paso del tiempo se pudo obtener un mayor conocimiento sobre este tipo de cualidades y con ello mejorar la seguridad de su administración.

Las plantas en estado natural fueron parte de la materia médica en todos los países hasta comienzos del siglo XX. Sin embargo, por esa época el constante desarrollo científico de la química permitió ir mejorando el conocimiento de sus principios activos, al punto que poco a poco se va diferenciando un uso médico docto o académico de otro uso médico popular de ellas, no siempre coincidentes. A mediados de este siglo recién pasado a muchos profesionales sanitarios les pareció que la terapéutica moderna ya podía prescindir de las especies vegetales mismas y sólo bastaba contar con esos principios activos transformados en productos farmacéuticos, descuidando el sinergismo existente entre estos principios cuando convivían en el interior de una misma especie botánica. El nuevo escenario terapéutico incluso llevó a más de alguno a pensar que ya no era necesario continuar la investigación química, farmacológica y clínica de la botánica, ni que era justificado preocuparse por la situación de los recursos agronómicos involucrados con su disponibilidad.

Este distanciamiento del sistema sanitario oficial chileno respecto de las plantas medicinales muestra un cambio favorable desde los años 80 en adelante, con una lenta recuperación de la herbolaria médica como alternativa o complemento en el tratamiento de diversas enfermedades y problemas de salud. Varios han sido los factores asociados con este cambio, entre ellos la revisión de los postulados básicos de la farmacia en cuanto al uso de medicamentos obtenidos de especies vegetales totales y la posibilidad de diversificar la terapéutica médica moderna, el desarrollo de la Atención Primaria de la Salud, el surgimiento de una actitud más cuidadosa hacia el medioambiente y los equilibrios ecológicos de los seres vivos, incluidas sus enfermedades, y, finalmente, la revalorización del acervo cultural autóctono, en el cual nuestra propia medicina popular o tradicional ocupa un respetable lugar. El ejemplo de experiencias sanitarias oficiales de otros países, que considera desde diferentes series de fitofármacos en el arsenal terapéutico de los establecimientos del nivel primario asistencial hasta farmacopeas herbolarias modernas actualizadas, así como sucesivas actividades y documentos del Programa de Medicina Tradicional de la Organización Mundial de la Salud también han sido ejemplares para nuestra realidad aún incipiente.

A comienzos de los años 90 un Grupo de Expertos convocado por el Ministerio de Salud informó que el uso medicinal de herbolaria autóctona adolecía de definiciones técnicas apropiadas que diferenciaban entre planta medicinal y té de hierbas, y que existían importantes deficiencias en su proceso productivo (extracción casi por completo silvestre, con progresiva depredación de la flora involucrada; además de escaso control de calidad del material extraído y de los diferentes procesos previos a su venta a público, tales como identificación botánica, acopio, secado y almacenaje); ese mismo grupo entonces recomendó diferenciar en las condiciones de venta al público las categorías de té de hierba o complemento alimentario, del de planta medicinal o medicamento herbario. A mediados de ese mismo decenio se realizó un catastro de las plantas medicinales utilizadas empíricamente por la población chilena, pesquisándose alrededor de 460 diferentes especies vegetales de las cuales sólo unas

130 tenían alguna validación científica. Finalmente, ya a comienzos de este siglo XXI, - mediante el Decreto Supremo N° 286 / 2001 (publicado en el Diario Oficial el 18 / 02 / 02) se introdujo oficialmente en el Reglamento del Sistema Nacional de Control de Productos Farmacéuticos las categorías de fitofármaco y de medicamento herbario tradicional. Es interesante tener presente cuáles son estas categorías.

Los *fitofármacos* o medicamentos herbarios son productos farmacéuticos terminados y etiquetados, cuyos principios activos son exclusivamente drogas vegetales o preparaciones vegetales. Respecto a la segunda categoría, el texto normativo las define de la siguiente manera: “Las plantas o partes de plantas, frescas o desecadas, enteras o trituradas envasadas y etiquetadas artesanalmente y rotuladas con la denominación utilizada por la costumbre popular en el ámbito de las tradiciones culturales nacionales chilenas, se considerarán *medicamentos herbarios tradicionales* y se entenderán autorizados para los efectos de su venta y distribución, libremente, por el solo hecho de que el Servicio de Salud haya autorizado el establecimiento en que se almacenan, fraccionan, envasan o se realizan otras operaciones propias de su procesamiento siempre que cumplan con los siguientes requisitos: deberán estar en un listado aprobado por resolución del Ministerio de Salud, dictada en uso de sus atribuciones legales técnico normativas; estar envasadas artesanalmente como especies vegetales aisladas, no mezcladas, y consignar en sus rótulos sólo aquellas propiedades reconocidas en la resolución aludida precedentemente”. A partir de estas disposiciones se puede entender que la autoridad sanitaria ha iniciado la normalización del uso racional de plantas medicinales tanto como especialidad farmacéutica producida industrialmente (*fitofármaco*), así como su uso popular rústico (*medicamento herbario tradicional*).

El Listado de *medicamentos herbarios tradicionales* definido en esta oportunidad contiene 103 diferentes especies vegetales y es una realidad materializada mediante la Resolución N° 548 exenta de 27 de julio de 2009 (publicada en el Diario Oficial del 08.09.09). Para apoyar su puesta en práctica el Ministerio de Salud hace ahora entrega a la comunidad de este libro informativo de cada una de tales especies, mediante monografías individuales que contienen sus diferentes denominaciones científicas y populares, su aspecto físico ilustrado mediante láminas y fotografías, y la descripción de sus diferentes características y cualidades tanto curativas como agronómicas e incluso culinarias cuando es el caso, finalizándola con la correspondiente indicación terapéutica según la Resolución recién mencionada. Mediante este esfuerzo editorial creemos estar dando pasos significativos en la protección de nuestra flora nacional, así como en el camino de la recuperación de la herbolaria médica nacional entre los recursos terapéuticos oficiales.

Para la formulación de este Listado la autoridad sanitaria ha tenido diversos apoyos institucionales que es del caso ahora recordar y también agradecer. La Asociación Gremial de Yerbateros de Chile (Pers. Jurídica N° 3.380 / 2002) inicialmente colaboró en definir el Listado, en tanto que la confección de las monografías botánicas correspondientes a cada una de las especies vegetales seleccionadas tuvo el apoyo técnico del Departamento de Ciencias Vegetales, Facultad de Agronomía e Ingeniería Forestal, Pontificia Universidad Católica de Chile, mediando apoyo financiero del MIDEPLAN. Por otra parte, en la medida que se ha difundido lo anterior, se ha ido despertando un favorable interés en los medios de comunicación, en diferentes organizaciones comunitarias y en el público en general, además que hemos iniciado promisorios contactos con el Ministerio de Agricultura ahora en cuanto a ampliar su difusión, pero también buscando en el mediano plazo temas comunes para un futuro trabajo intersectorial. El MinSal aprecia y valora cada uno de estos apoyos que nos están permitiendo perfeccionar nuestro quehacer en beneficio de la salud de la población de nuestro país.

Santiago, noviembre de 2009.

Abedul

Betula pendula Roth

Nombre vernáculo: abedul.

Descripción: árbol de hasta 20 metros de altura, de corteza blanca y agrietada en la base del tronco. Hojas caducas, romboidales a triangulares, terminadas en punta, de bordes serrados, lisas y de nervios ramificados. Flores pequeñas y verdosas que tienen la particularidad de nacer antes que le broten las hojas. El fruto tiene tres lóbulos. Las semillas, más o menos oblongas, están envueltas en una vaina con dos minúsculas alas del doble de su ancho.

Uso popular: generalmente se utilizan las hojas, aunque a veces también la corteza, en el tratamiento de trastornos renales, por sus propiedades diuréticas y desinfectantes de las vías urinarias y en malestares reumáticos; también se usa como febrífugo y para el control de la diabetes no insulino-dependiente. La infusión de las hojas, además, se emplea para lavar y tratar heridas, y en forma de enjuague para prevenir la caída del cabello.

Farmacodinamia: La presencia de salicilatos y metil salicilato en la corteza de esta planta permiten explicar algunos de sus usos populares.

Recomendaciones: evitar el uso de preparados de abedul en casos de edema por disfunción cardíaca y fallas renales.

Presentación comercial: uso rústico principalmente. En el comercio se encuentra un acondicionador elaborado a base de extractos de *Betula*, cola de caballo, *Aloe vera* y caléndula, además de esencias naturales.

Antecedentes agronómicos: el abedul es una planta originaria de Asia Central y Septentrional, muy difundido en Europa, así como en el norte de Estados Unidos y Canadá. En Sudamérica se encuentra en menor escala. Se le cultiva como especie ornamental para parques y jardines.



Betula pendula Roth, Thomé (1885).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Betula_pendula_Meyers.jpg



Tronco y hojas de abedul.

http://species.wikimedia.org/wiki/Betula_pendula

Hábito natural

Es una planta bastante resistente que crece con rapidez sobre todo los primeros años. No requiere suelos particularmente ricos, pero es conveniente que éstos sean ácidos, ligeros, frescos, que mantengan siempre cierta humedad y que reciban bastante luminosidad. Tolera bien las bajas temperaturas, pero no las altas ni el ambiente seco, por lo que en épocas de sequía no debe descuidarse su riego. La poda de los ejemplares adultos debe ser mínima, ya que las podas más severas pueden hacer perder mucha savia al árbol. Es resistente al viento y a la contaminación, no así a los hongos, los que suelen atacarlo con facilidad. Se multiplica por semillas en primavera.



(original RC Peña)

1. ABEDUL (*Betula pendula*), hojas-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: trastornos renales y de las vías urinarias; estados reumáticos y febriles; control de la diabetes mellitus no insulino-dependiente.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: lavados de heridas infectadas, piel con comezón; previene la caída del cabello.

Usar la misma infusión.

Efectos: diurético¹, bactericida² de las vías urinarias, analgésico³, febrífugo⁴, hipoglicemiante⁵.

Precauciones: evitar su uso en casos de edema por disfunción cardíaca y falla renal. Por su contenido en salicilatos, no usar demasiado concentrado en pacientes con hemorragias activas o que estén siguiendo tratamientos con hemostáticos o anticoagulantes.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos bactericida (vías urinarias) y analgésico tiene alguna evidencia científica.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

2. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

3. Disminuye el dolor.

4. Baja la fiebre.

5. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

Achicoria amarga

Cichorium intybus L.

Nombres vernáculos: achicoria amarga, achicoria silvestre, achicoria.

Descripción: hierba anual o bianual de 60 - 130 cm de altura. Raíz vertical delgada y blanca. Hojas en roseta de hasta 30 cm de longitud y hasta 12 cm de ancho. Flores grandes azules, a veces blancas o rosadas, conformando una espiga en el ápice de las ramas. Semillas pequeñas de unos 2 mm de longitud.

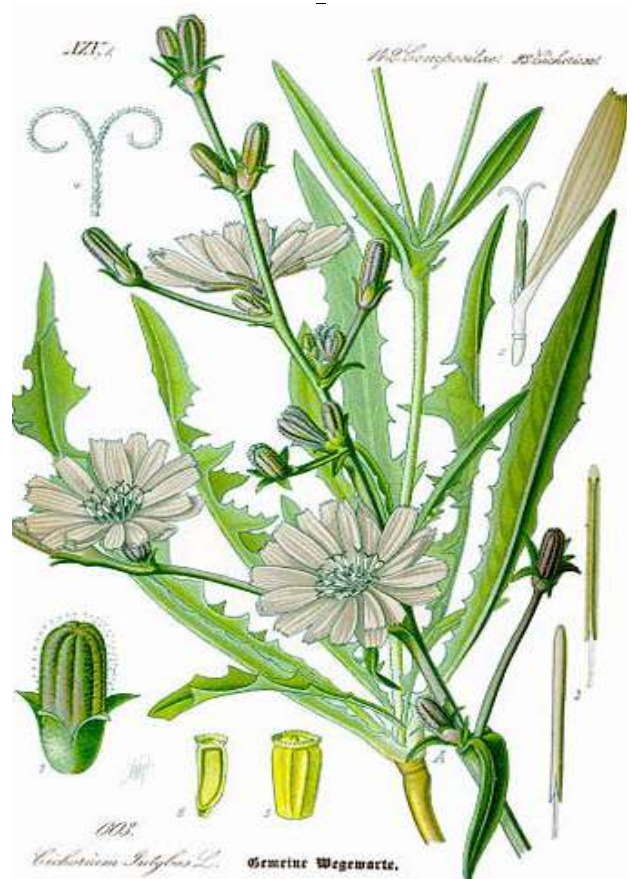
Usos medicinales: las hojas y la raíz de la planta son las partes utilizadas con fines medicinales. Las hojas frescas o secas en infusión se emplean en afecciones hepáticas y digestivas. También es considerada una planta con muy buenas propiedades depurativas, en especial la raíz, y como tal de utilidad en problemas renales, urinarios, gota, artritis. Los preparados de achicoria poseen, además, acción antibacteriana y un suave efecto laxante.

En forma de cataplasma, sola o combinada con otras plantas, se usa para afecciones cutáneas menores (pequeñas heridas, verrugas simples o tumoraciones externas benignas).

Cichorium intybus - cichory -también es la base de una de las 38 flores del Dr. Edward Bach.

Aspectos agronómicos: especie oriunda de Europa y Asia, actualmente planta cosmopolita. En Chile se le encuentra desde las provincias centrales hasta Aysén, creciendo en abundancia en todo tipo de terrenos, suelos secos, bordes de caminos y hasta terrenos baldíos. Florece de noviembre a marzo. Por lo general se colectan las raíces de especies silvestres que se lavan cuidadosamente y se cortan en rodajas, las que deben secarse lo antes posible a temperatura no mayor de 50°C. También puede cultivarse, mediante semillas que germinan a los 20 días, aproximadamente. Las ramitas y hojas se colectan en época de floración, en cambio la raíz se desentierra después de esta etapa. Se secan a la sombra. La raíz seca posee un olor picante y sabor amargo.

Usos comunes: las hojas tiernas se consumen frescas en ensaladas. Su raíz tostada y molida suele ser utilizada como sustituto del café.



Cichorium intybus L. Thomé (1885).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Illustration_Cichorium_intybus0.jpg



<http://fichas.infojardin.com/hortalizas-verduras/achicoria-cichorium-intybus-sativa.htm>

Otra especie bastante popular del mismo género es la *Cichorium endivia* ("endivia"), cuyas hojas también tienen propiedades depurativas.



Imagen de endivias (*radicchio*).

Hábito natural



http://luirig.altervista.org/photos/c/cichorium_intybus.htm

2. ACHICORIA AMARGA (*Cichorium intybus*), hojas-raíz.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: falta de apetito, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsia), estreñimiento y afecciones hepáticas (cólicos biliares); cistitis y edemas; artritis y gota. La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas secas trituradas para 1 litro de agua recién hervida; la raíz se usa mediante decocción, hirviendo la misma cantidad 5 a 10 minutos: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: depurativo¹, laxante² suave, digestivo.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso en falta de apetito y digestiones difíciles tiene alguna evidencia científica.

1. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

2. Favorece la evacuación del vientre.

Ajenjo

Artemisia absinthium L.

Nombres vernáculos: ajenjo, ajenko (Mapudungún).

Descripción: planta aromática y arbustiva de raíces permanentes, de las que brotan tallos firmes, foliosos y lignificados en la base. Hojas de 7,5 cm de largo por 3,8 cm de ancho, haz y envés densamente cubiertos por un vello blanquecino. Las cabezuelas florales, pequeñas y semiglobosas, se disponen en una espiga erecta y foliosa, de un color verdoso-amarillo. El fruto es un aquenio muy pequeño.

Farmacodinamia: el célebre médico griego Dioscórides (siglo I d.C.) refiere varias de las propiedades medicinales del ajenjo apreciadas incluso hoy en día. La actividad terapéutica de esta planta reside principalmente en su aceite esencial, el que posee acción colerética, antihelmíntica, antibacteriana, además de emenagogo, vermífugo y favorecedor de las funciones digestivas. En medicina popular se emplea la infusión de las hojas y sumidades floridas frescas o desecadas del ajenjo en malestares estomacales y hepáticos, para eliminar parásitos intestinales, regular el ciclo menstrual (emenagogo) y como tratamiento del resfrío con tos. Por su sabor amargo, esta planta entra en la composición de varias bebidas alcohólicas, como aperitivos, de libre venta en el comercio.

Contraindicaciones: no es aconsejable su uso durante los periodos del embarazo y lactancia. También las personas que sufren epilepsia deben abstenerse del consumo de ajenjo en cualquiera de sus formas, por una posible interacción con los medicamentos indicados para este tipo de dolencia.

Presentación comercial: existe en el comercio un Té de Ajenjo Compuesto, mezcla de manzanilla, menta, paico, quinchamalí y ajenjo, indicado en trastornos digestivos, flatulencia y acidez estomacal.

Interés agronómico: el ajenjo es una planta rústica y nativa del Viejo Mundo, bastante resistente al frío y a las condiciones de sequía, poco exigente en suelos y que prospera bien en climas templados. Se multiplica por semillas, estacas o división de matas. En el primer caso, las semillas se siembran en almácigos, bien cubiertas con una capa ligera de mantillo o tierra



Artemisia absinthium L. Koehler (1887).
<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-164.jpg>



Izq.: <http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa44.htm>

Der.: Detalles del follaje.
<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/ajenjo.shtml>

Hábito natural

arenosa; se recomienda sembrar entre fines de invierno y comienzo de primavera. Es conveniente regar el almacigo diariamente. Si se desea propagar el ajeno por estacas, se eligen ramas de un año de edad y se cortan de un tamaño entre 15 a 20 cm; se le quitan las hojas y luego se entierran en macetas dejando dos o tres yemas al exterior. Conviene realizar esta labor a comienzos de invierno para transplantar las estacas durante los meses de primavera. La propagación por división de matas requiere de la elección inicial de una planta madre adulta de la que se separa el mayor número de hijuelos vigorosos, y se los planta habiendo podado previamente sus raíces y hojas. La mejor época para este tipo de propagación es a partir de mediados de invierno a finales de la misma estación. La cosecha se realiza antes de la floración cuando el contenido en aceite esencial es el más alto.

Los tallos se cortan a pocos centímetros del suelo, y después del primer año ya es posible realizar dos cosechas, una en primavera o principios de verano, y la segunda a comienzos de invierno, aunque con menor rendimiento.



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wormwood_bush.jpg

3. AJENJO (*Artemisia absinthium*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: malestares estomacales y hepáticos; parásitos intestinales; ciclo menstrual irregular; resfrío con tos.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: antiespasmódico¹, carminativo², emenagogo³, vermífugo⁴.

Precauciones: no es aconsejable su consumo en embarazo y lactancia, ni administrar a niños pequeños o a personas que sufren epilepsia. No consumir por periodos largos. Evitar su uso en inflamaciones digestivas crónicas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones intestinales.

2. Previene y favorece la expulsión de gases en estomago e intestinos.

3. Estimula o favorece el flujo menstrual.

4. Elimina las lombrices intestinales.

Albahaca

Ocimum basilicum L.

Nombre vernáculo: albahaca.

Descripción: planta herbácea, anual, hasta de 50 cm de altura, muy aromática. Tallo anguloso, muy ramificado. Hojas opuestas, pecioladas, aovadas, puntiagudas, anchas, de un color verde intenso, con glándulas de aceite. Flores blancas o rosadas. Semillas café oscuro o negras, oblongas, oleosas. Florece en verano, época en que se colectan las partes útiles de esta planta.

Farmacodinamia: la actividad biológica de esta planta se atribuye especialmente a su aceite esencial que le confiere propiedades digestivas, carminativas, espasmolíticas, además de antisépticas (contra bacterias y parásitos), insecticidas y sedantes. En medicina popular se emplean las hojas frescas o secas (en infusión) para tratar malestares del aparato digestivo (inapetencia, dispepsia, estreñimiento, cólicos, dolor de estómago, vómitos, meteorismo); como emenagogo en menstruaciones difíciles; en forma externa para lavar heridas; macerada en alcohol se usa en friegas para calmar dolores reumáticos y articulares. También se puede utilizar el jugo fresco de las hojas de albahaca para uso interno y para aplicar directamente sobre la piel en casos de acné.

Antecedentes agronómicos: la albahaca es una planta de origen presumiblemente asiático, que se cultiva actualmente en muchas regiones cálidas y templadas del mundo, especialmente del área mediterránea. Existen algunas variedades, las que pueden diferir en cuanto a la concentración de sus principios activos; así, por ejemplo, las hay con un mayor contenido de antocianinas (Phippen y Simon, 1998). Se multiplica por semillas o esquejes.

La germinación se hace en viveros durante los meses de julio – agosto, y se trasplanta en septiembre a terreno o a maceta, cuando las plántulas tienen unas 6 hojas o han alcanzado 10 cm de altura; para favorecer su crecimiento vegetativo, se recomienda desmochar las puntas de las ramas cuando empiezan a formarse los capullos florales. La albahaca requiere suelos livianos, permeables, bien expuestos a la luz y sobre todo con abundante riego si el periodo es seco.



Ocimum basilicum L., Blanco (1880-1883).
http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/c/c3/Ocimum_basilicum_Blanco2.407-cropped.jpg



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa16.htm>



Detalles de hojas de albahaca.
<http://www.yerbasana.cl/?a=1718>

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ocimum_basilicum-planto.jpg

Las principales plagas que la afectan son hormigas, pulgones y hongos. Es un cultivo altamente rentable: se pueden sembrar 100.000 plantas por hectárea, y obtener 4 cortes al año, con rendimientos de unas 15 Ton/ha en fresco; de planta deshidratada se pueden obtener unas 8 Ton/ha, y alrededor de 80 kg/ha de aceite esencial.

Por su intenso aroma y sabor, esta planta es ampliamente utilizada fresca, en ensaladas, en la preparación del “pesto”, o como condimento en todo tipo de platos; en nuestro país es ingrediente obligado de varios guisos propios de la temporada veraniega. Por otro lado, el aceite esencial tiene diversos usos en perfumería y cosmética.

4. ALBAHACA (*ocimum basilicum*), tallo-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: inapetencia, dispepsia, cólicos, dolor de estómago, meteorismo, estreñimiento; dolores menstruales. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día. Como laxante, usar en ayunas y antes del almuerzo;

b) uso externo: lavado de heridas, acné, reumatismo.

La misma infusión sirve para lavar heridas; el jugo fresco de hojas para el acné; para reumatismo hacer frías: dejar macerar hojas frescas en alcohol o aguardiente por 10-15 días, poner al sol un rato cada día, luego filtrar y usar en frotaciones locales 2 ó 3 veces en el día.

Efectos: digestivo¹, carminativo², antiespasmódico³, antimicrobiano⁴, emenagogo⁵, laxante⁶.

Precauciones: no exceder las dosis recomendadas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos carminativo y laxante tiene alguna evidencia científica.

1. Favorece la digestión.

2. Previene y favorece la expulsión de gases en estómago e intestinos.

3. Calma los retortijones intestinales.

4. Impide el desarrollo de microbios.

5. Estimula o favorece el flujo menstrual.

6. Favorece la evacuación del vientre

Alcachofa

cynara scolymus L.

Nombres vernáculos: alcachofa, alcaucil (Argentina, España).

Descripción: hierba siempreverde, espinosa, rizoma robusto, tallo de hasta 2 m de alto. Hojas alternas, oblongas, delgadas, lobuladas, haz verde, envés blanquecino, sin espinas, de hasta 0.9 m de largo. Flores azul-violeta, grandes cabezuelas terminales agrupadas por un receptáculo cónico carnoso de 10 cm de ancho, envuelto por brácteas verdes, carnosas, sobrepuestas. El fruto es un aquenio. Semillas negras, lisas.

Farmacodinamia: las propiedades farmacológicas de las hojas de esta planta están dadas por la sinergia de sus diversos constituyentes químicos: estimula y regula la secreción biliar, reduce el colesterol plasmático, tiene un efecto diurético con eliminación de urea, antimicrobial. Por lo tanto los preparados de hoja de alcachofa están indicados en los trastornos hepáticos y en hiperlipidemias. En medicina popular la infusión de las hojas se utiliza para el tratamiento de enfermedades del hígado y vesícula. En muchos países se comercializan diversas formas galénicas de *Cynara*, que no tienen el sabor tan amargo del infuso, dado principalmente por el contenido de esa molécula. A modo de curiosidad, los principios amargos de esta planta abundan en las hojas, tallos y raíces, no así en el receptáculo carnoso y las brácteas que son las partes comestibles de esta planta.

Presentación comercial: la presencia de preparados de hojas de alcachofa en el mercado nacional es numerosa: *Cynara* Compuesta, una mezcla en partes iguales de extractos hidroalcohólicos de hojas de *Cynara scolymus*, *Peumus boldus*, *Foeniculum vulgare* y de raíz de *Taraxacum officinale*, recomendada como estimulante hepático con débil efecto laxante; el estimulante de la función biliar *Taraxacum* Compuesto, comprimidos que contienen extractos secos de *Cynara*, *Haplopappus baylahuen*, *Quinchamalium chilense* y *Taraxacum* *Cynara*, cápsulas de polvo de hojas de alcachofa, recomendadas para las afecciones hepato-biliares; un Té de hierbas para prevenir la formación de cálculos biliares, con *Cynara*, malva común, *Calendula*, frágula y *millefolio* (milennama). También se encuentran a la venta varias bebidas alcohólicas (aperitivos) que contienen extractos de la planta.



Cynara scolymus L. Besler (1613).

search.abaa.org/dbp2/books1700_12.html



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa48.htm>



Alcachofera.

<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/alcachofa.shtml>

Hábito natural

Recomendaciones: No administrar durante la lactancia, dado que los principios amargos pueden pasar a la leche materna. No es recomendable su empleo en los casos de obstrucción de las vías biliares.

Antecedentes agronómicos: la alcachofa es un cultivo doméstico que podría provenir de especies silvestres propias de la flora mediterránea europea.

Se cultiva en climas cálidos, templados y fríos, en suelos arenosos, profundos y fértiles (pH 6 - 6,5). Se propaga por semillas o brotes; las semillas se siembran en semilleros, en surcos de 3 cm de profundidad y se tapan con tierra preparada; a las 6-8 semanas se trasplantan al terreno definitivo. Se recomienda fertilizar, de preferencia de manera orgánica. Regar en forma regular. Después del primer año se cortan los tallos, y en cada planta se deja crecer el más vigoroso. Las hojas se cosechan antes de la floración, a los 9-10 meses. Es fácilmente atacada por plagas.



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cynara5.jpg>

5. ALCACHOFA (*Cynara scolymus*), tallo-hojas

PROPIEDADES

Usos tradicionales: enfermedades hepáticas y biliares; retención de líquidos por mal funcionamiento hepático; colesterol alto; gota.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: colagogo¹, colerético², depurativo³, diurético⁴, protector hepático⁵, hipolipemiente⁶.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Estimula la secreción de bilis por parte de la vesícula biliar.

2. Estimula la producción de bilis por parte del hígado.

3. Limpia de impurezas la sangre otros humores corporales.

4. Promueve y aumenta la producción de orina.

5. Favorece la función del hígado.

6. Baja el nivel de colesterol de la sangre.

Aloe

Aloe vera L.

Nombres vernáculos: áloe, sábila.

Descripción: planta siempreverde. Tallo de 1 a 2 m de alto, de unos 10 cm de grosor, aplanado. Hojas carnosas de hasta 40 a 60 cm largo y de aprox. 10 a 15 cm de ancho, aplanadas en la base, con aguijón terminal, lisas. Inflorescencia de hasta 1 a 1,2 m de largo, amarillo-anaranjada.

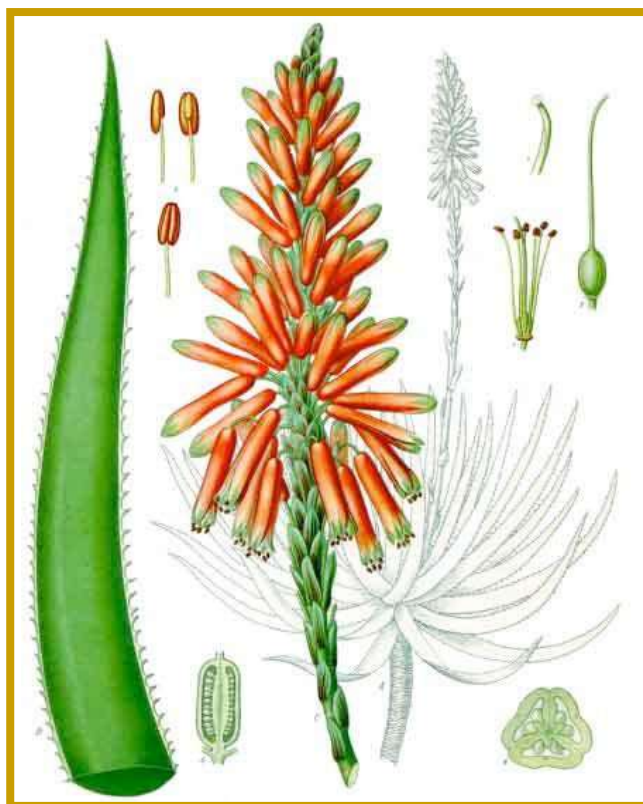
El aloe se cultiva para uso medicinal y como planta decorativa.

Farmacognosia: la droga consiste en el jugo desecado de las hojas, denominado “acíbar”, que se obtiene por incisión de las mismas. Es un sólido parduzco muy amargo. Sin embargo, popularmente y en la industria cosmética, se utiliza principalmente el gel de la planta, que es la porción mucilaginoso del parénquima tisular. Por vía oral tiene uso como cicatrizante en caso de úlceras y otros trastornos digestivos, y en forma externa para tratar quemaduras, heridas y otras afecciones de la piel.

Farmacodinamia: el acíbar obtenido del aloe se utiliza como laxante y está especialmente indicado en aquellos casos en los que, además, se observa fisura anal y hemorroides. No es aconsejable su empleo durante la lactancia, el embarazo y cuando existen dolores abdominales. Se ha demostrado actividad antiherpética virucida.

Presentación comercial: se comercializan diversos productos cosméticos y fitomedicamentos, así como cápsulas de acción laxante, antiulcerosa y cicatrizante. También existe en el comercio una presentación del gel estabilizado de aloe en envases de 1 L, con propiedades benéficas para la mucosa intestinal, que se expende como suplemento alimenticio.

Antecedentes agronómicos: en varios países del mundo se cultivan enormes extensiones de *Aloe vera* con el fin de obtener materia prima para la industria cosmética. Los aloes (se conocen más de 350 especies en la actualidad) se pueden cultivar en una gran variedad de climas y en suelos pobres, pero necesitan protección contra las heladas. Prefieren suelos bien drenados de limo y mucha arena gruesa. Se propagan por esquejes y yemas laterales, o por semillas.



Aloe barbadensis, Koehler (1887).

<http://www.biolib.de/>



Aloe vera.

<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa45.htm>

Hábitos naturales



<http://commons.wikimedia.org/wiki/Image:Aloevera2web.jpg>



Aloe pernyi (original RC Peña).

6. ALOE (*Aloe vera*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) Jugo espeso de las hojas (jugo parduzco y amargo, que escurre espontáneamente del corte de la hoja fresca): en estreñimiento beber 1 cucharada de jugo fresco.

b) Gel de las hojas (líquido viscoso, incoloro y transparente obtenido del corte longitudinal completo de la hoja fresca): en úlceras digestivas se usa la vía oral. Beber el gel de un trozo de hoja de 10 cm más o menos, puro o mezclado con agua o jugo de fruta, 2 ó 3 veces al día (el resto de la hoja o paleta de aloe se guarda parada en el refrigerador, siendo conveniente hacer cada nuevo corte del trozo remanente debajo de un chorro de agua fresca). Como cicatrizante de heridas menores, quemaduras u otro tipo de laceraciones, se aplica directamente en la piel.

Efectos: laxante¹, cicatrizante.

Precauciones: no es aconsejable su empleo oral durante el embarazo, la lactancia y niños menores de 10 años ni cuando existan dolores abdominales, náuseas y vómitos. No se debe administrar a pacientes con enfermedad de Crohn, colitis ulcerativa y síndrome de colon irritable. Como todo laxante, no se debe utilizar en tratamientos por más de 1 a 2 semanas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos laxante y cicatrizante están avalados por estudios clínicos.

¹. Favorece la evacuación del vientre.

Anís:

Anís verde *Pimpinella anisum* L.; /

Anís estrellado *Illicium verum* Hook.f.

Nombres vernáculos: anís, anís verde / anís estrellado, anís chino, badiana china

Descripción: La denominación Anís puede referirse a varias especies:

- la planta *Pimpinella anisum*, de la familia *Apiaceae*, el **anís común**, cuya semilla, muy aromática, se emplea principalmente en gastronomía;
- la planta *Illicium verum*, de la familia *Illiciaceae*, el **anís estrellado de la China**, cuyo fruto se emplea como sucedáneo del anís común por la similitud de su sabor y aroma;
- las plantas *Illicium anisatum*, *Illicium religiosum* o *Illicium japonicum*, el **anís estrellado del Japón**, árboles estrechamente emparentados desde el punto de vista botánico con el *I. verum* pero altamente tóxicos si se ingieren sus frutos, por lo cual éstos son usados únicamente como incienso;
- la planta *Foeniculum vulgare*, hierba también de la familia *Apiaceae* denominada **anís de Florencia o hinojo**;
- el licor de anís, elaborado con semillas de anís común maceradas en algún aguardiente de alcohol etílico.

En esta monografía se entregará algún detalle descriptivo sólo de *Pimpinella anisum* y de *Illicium verum*.

I. Anís verde *Pimpinella anisum*

Descripción: planta herbácea, anual, de 10-50 cm de altura, finamente vellosa, muy aromática. Raíz estrecha y alargada. Tallo erguido, redondeado, estriado y ramificado en la parte superior. Hojas inferiores pecioladas, reniformes, dentadas o ligeramente lobuladas; las centrales son compuestas por segmentos dentados; las superiores también compuestas, con lóbulos estrechos. Flores blancas, agrupadas en umbelas compuestas de 7-15 radios. Los frutos son diaquenios de color gris verdoso o verde amarillento, ovoides y oblongos, con pelos cortos, sedosos y curvados sobre su cara dorsal convexa. Toda la planta despiden un aroma sui generis característico de esta especie.

Farmacognosia: la droga consiste en los frutos de la planta, los que popularmente son considerados como las "semillas" del anís.



Pimpinella anisum L. Koehler (1887).

<http://en.wikipedia.org/wiki/File:Koehler1887-PimpinellaAnisum.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa26.htm>

Farmacodinamia: en la medicina tradicional de nuestro país las semillas de anís se utilizan principalmente para tratar malestares digestivos (indigestión, gases). En Chile, al igual que en otros países, además se le considera una planta con propiedades galactógenas.

Presentación comercial: anís en bolsitas como té de agrado, rotulado como “anís semilla”. Además de ser utilizados con fines terapéuticos, los frutos del anís se usan como aromatizante en la fabricación de conservas y licores, así como en confitería; son también la materia prima para la obtención del aceite esencial de uso en la elaboración de productos de higiene (cremas, pastas dentales) y en farmacia, donde se le emplea como corrector organoléptico.

Aspectos agronómicos: el anís verde es una hierba de la familia *Apiaceae* de origen mediterráneo, de clima seco y sin frío excesivo, que produce una cosecha al año; se propaga mediante semillas que se siembran directamente en suelo seco, ligero y permeable; germina alrededor del 95% a los 12-15 días; cuando brotan es necesario enrarecer las plántulas y mantenerlas limpias de malas hierbas; por ser un cultivo demandante de nutrientes se recomienda abonar orgánicamente complementando con fósforo (P) y nitrógeno (N). Los frutos se cosechan por la mañana cuando al menos el 50% está maduro y se secan a la sombra dentro de una bolsa; al concluir el secado las bolsas se golpean repetidamente para separar los frutos.

II. Anís estrellado *Illicium verum*

Descripción: árbol que recuerda al laurel por su bello porte, y al magnolio por sus decorativas flores, que desprende un agradable aroma muy similar al del anís verde. Nativo de la China, siempreverde, alcanza hasta 18 m. de alto. Hojas alternas, en espiral o estrelladas, frecuentemente agrupadas en los extremos de las ramas, de borde entero. Flores actinomorfas, pequeñas, blancas, amarillas o púrpuras, solitarias, axilares o supra-axilares. Fruto contiene 6-12 folículos dispuestos de forma radial, con hendidura ventral conteniendo en su interior una única semilla de color pardo, brillante.

Farmacognosia: la droga consiste en los frutos de la planta, los que presentan forma de estrella y se cosechan momentos antes de la maduración. Popularmente son considerados como las “semillas” del anís.



Illicium verum.

<http://www.gotovim.ru/pics/species/species14.gif>



Flores de *Pimpinella anisum*.

http://www.cepvi.com/medicina/plantas/anis_verde.shtml



Flores de *Illicium verum*.

http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/a/a4/Illicium_verum2SHSU.jpg

Farmacodinamia: a pesar de pertenecer a diferente familia botánica, su semilla contiene el mismo principio activo que la *P. anisum* y sus mismos efectos.

Presentación comercial: Se utiliza extensamente en la cocina china, y un poco menos en la de otros países vecinos. El anís estrellado también es un ingrediente del tradicional polvo de las cinco especias de la cocina china (canela, cassia, anís estrellado, raíz de jengibre y clavo de olor)¹.

Aspectos agronómicos: árbol de la familia *Illiciaceae*, de origen asiático. Se cultiva mejor en suelos bien drenados, soleados o en semi-sombra. Extensamente cultivado en China, donde alcanza alturas considerables, en zonas frías (por ej., Reino Unido) sólo crece hasta unos 3 metros. Las semillas no requieren tratamiento especial, pero es prudente sembrarlas en primavera en invernadero, trasladando las plántulas a pots individuales cuando alcanzan una altura suficiente para ser manipuladas; aunque deberán al menos pasar su primer invierno todavía dentro de tal lugar. Se colocan al exterior a comienzos del verano siguiente pero sigue siendo prudente protegerlas en las estaciones frías durante los siguientes dos años. El anís estrellado no está emparentado botánicamente con el anís verde, pero debido a su sabor y aroma similar se utiliza frecuentemente como sustituto más barato en repostería y en la elaboración de licores.



Semillas de anís verde.

www.gastronomiavasca.net/.../picture?item_id=964



Frutos y semillas de anís estrellado.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:IMG_1076aw.jpg

Hábitos naturales



Pimpinella anisum.

<http://en.wikipedia.org/wiki/File:Anise2000px.JPG>



Illicium verum.

<http://www.foodmuseum.com/images/staranise2%20illicium-verum300.jpg>

¹http://es.wikipedia.org/wiki/Polvo_de_las_cinco_especias

Ilustraciones de especies tóxicas de *Illicium*



Illicium anisatum, Koehler (1887).

<http://caliban.mpiz-koeln.mpg.de/~stueber/koehler/ANIS.jpg>



Illicium religiosum / *Illicium japonicum*,
Von Siebold & Zuccarini (1870).

<http://es.wikipedia.org/wiki/Illiciaceae>

7. ANÍS (*Pimpinella anisum*; *Illicium verum*), frutos (popularmente conocidos como semillas).

PROPIEDADES

Usos tradicionales: trastornos digestivos (cólicos y acumulación de gases); resfríos, tos seca, faringitis, bronquitis, fiebre; leche materna escasa; hipo.

La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 2 a 3 veces al día.

Efectos: antiespasmódico¹, carminativo², colagogo³, galactógeno⁴.

Precauciones: a dosis altas puede resultar tóxico, por lo que debe utilizarse con moderación.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Calma los retortijones intestinales.

2. Previene y favorece la expulsión de gases en estómago e intestinos.

3. Aumenta y estimula la expulsión de bilis desde la vesícula biliar.

4. Aumenta la secreción de leche materna.

Árnica

Arnica montana L.

Nombre vernáculo: árnica.

Descripción: hierba aromática siempreverde de hasta 60 cm de altura. Tallo erguido, veloso, con pocas ramas y en cuya base se ubica una roseta de hojas lanceoladas extendidas sobre el suelo. Flores de color amarillo, a veces anaranjado. El fruto es un aquenio.

Farmacognosia: la droga vegetal consiste en las cabezuelas florales de la planta fresca o seca, aunque a veces se utiliza el rizoma. Es una planta europea y los laboratorios farmacéuticos deben importarla, lo que origina frecuentes adulteraciones con otras especies de la misma familia (por ejemplo, se describe la adulteración con *Heterotheca inuloides*, planta que en la medicina tradicional mexicana se conoce como “árnica” y que presenta algunos compuestos comunes con *A. Montana*).

Farmacodinamia: se usa tradicionalmente en homeopatía como anti-inflamatorio. Este efecto, además de la actividad antiagregante plaquetaria, ha sido probado experimentalmente para algunos de los componentes de árnica. Sin embargo, numerosas publicaciones siembran dudas acerca de la objetividad de tales propiedades.

Presentación comercial: existen preparados formulados con árnica (con mentol, aceites de eucalipto y de romero), parches para uso cutáneo, preparados homeopáticos y cosméticos.

Interés agronómico: el árnica crece bien en una mezcla de limo, musgo y arena. Se puede propagar por semillas o por división de raíces; en este último caso se recomienda dividir la raíz de la planta en primavera, sembrar a inicios de primavera, en marco frío, y trasplantar en el mes de Mayo. Las flores se colectan enteras y se someten a secado; sin embargo, a veces los receptáculos se remueven ya que son susceptibles de ser atacadas por insectos. Las raíces se colectan en otoño después de la caída de las hojas.

Conservación: es una planta en riesgo de extinción y está protegida en forma estricta en países europeos.



Arnica montana L. Koehler (1887).

<http://www.homeopathicsymposium.com/images/arnica.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa31.htm>

Hábitos naturales



<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/arnica.shtml>



http://es.wikipedia.org/wiki/Arnica_montana

8. ÁRNICA (*Arnica montana*), flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: sólo se usa en forma externa en moretones (hematomas) producidos por golpes, en hinchazón local (edema) asociado a fractura y en inflamación de mucosas (bucal, genital, anal).

La infusión se prepara con 1 cucharada de flores para 1 litro de agua hirviendo. Se usa en forma de lavado.

Efectos: analgésico¹, anti-inflamatorio.

Precauciones: planta tóxica por vía oral (no debe tragarse), sólo para uso externo y en concentraciones diluidas. No usar en heridas abiertas. Puede producir reacciones alérgicas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

¹. Disminuye el dolor.

Arrayán / Chequén

Luma chequen (Molina) A.Gray

Nombres vernáculos: arrayán, chequén, regngel-hiñchiñ.

Descripción: árbol siempreverde que puede llegar hasta 25 metros de altura, de corteza lisa anaranjada con manchas blancas. Hojas elípticas, aovadas o lanceoladas, de 0,5 a 4,0 cm de largo por 0,5 a 2,0 cm de ancho, verde grisáceas un poco más oscuras por el haz que por el envés. Flores hermafroditas reunidas en grupos de 3-5.

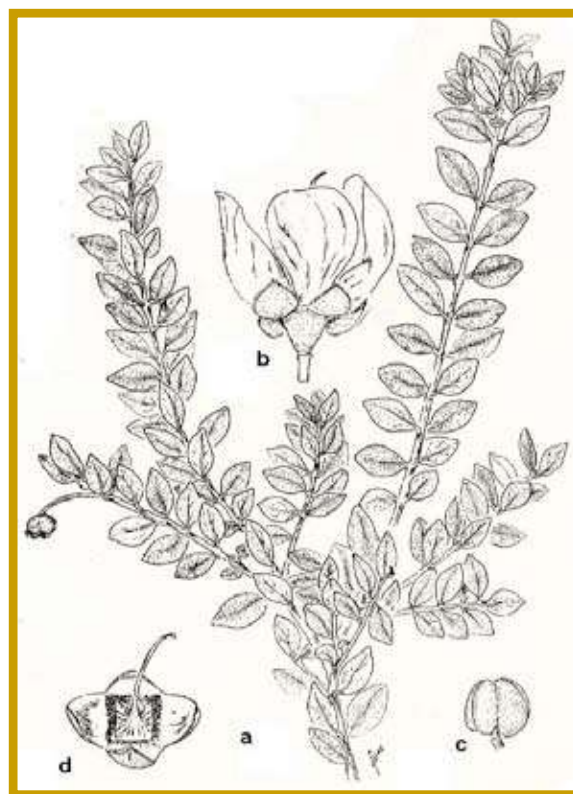
Fruto en baya roja o negro-violácea, de 6 a 8 mm de diámetro. Semillas lenticulares, oscuras, de 4 mm de diámetro.

Farmacodinamia: en medicina popular se utiliza la rama con hojas, en infusión, para el tratamiento del reumatismo, gota, tos y diarrea. Probablemente tiene propiedades antiinflamatorias.

Presentación comercial: tiene uso doméstico.

Antecedentes agronómicos: el arrayán o chequén es una planta nativa de Chile que vegeta en las zonas húmedas del centro del país, pero sobre todo más al sur, en los bosques lluviosos de las Regiones IX y X. Respecto a su cultivo no hay datos disponibles. Es una especie melífera bastante resistente a los depredadores. No tiene problemas de conservación; sin embargo en la IV Región hay varios sitios en que esta planta corre serios riesgos. Presente en la reserva Fray Jorge, IV Región.

Varias calles dentro de la Región Metropolitana han sido denominadas El Arrayán, así como un barrio completo dentro de la Comuna de Lo Barnechea.



Luma chequen.

a. Rama con frutos, b. Flor, c. Antera, d. Cáliz y pistilo¹.



<http://www.chilebosque.cl/tree/lcheq.html>

¹ Adaptado de un original de Fusa Sudzuki, en Muñoz (1966).

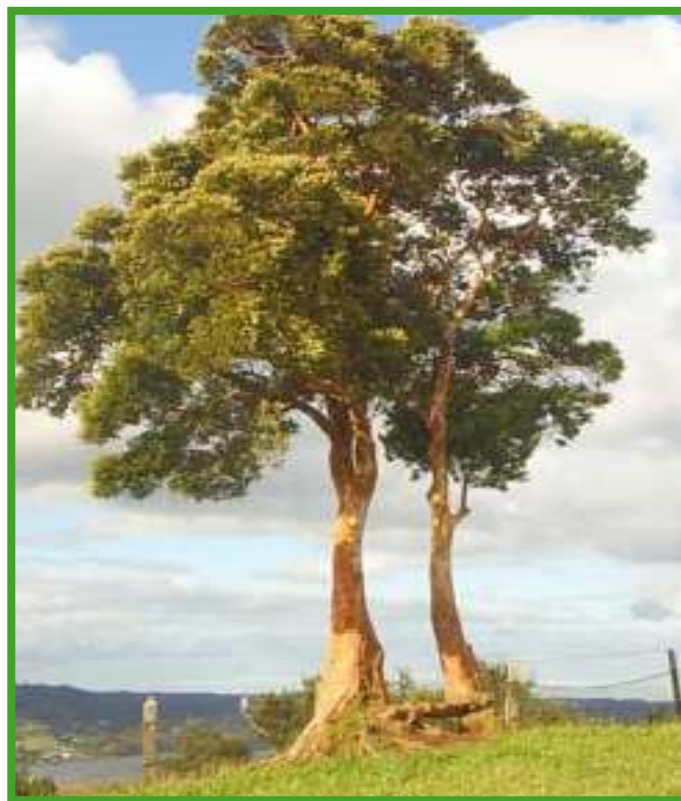


Rama con flores.
<http://www.yerbasana.cl/?a=963>



Rama con frutos.
http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Myrtales/Myrtaceae/Luma/chequen/Chequen.htm

Hábito natural



Ejemplar de *Luma apiculata*.
<http://www.viarural.cl/agricultura/forestacion/especies/autoctonas/arrayan/default.htm>

9. ARRAYÁN / CHEQUÉN (*Luma chequen*), ramas con hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: diarreas, trastornos digestivos; reumatismo, gota.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 taza de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: anti-inflamatorio, depurativo¹

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

¹. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

Artemisa / Matricaria

Tanacetum parthenium (L.) Sch.Bip.

Nombres vernáculos: altamisa, artemisa, matricaria, tanaceto, hierba santa maría (México).

Descripción: hierba siempreverde de borde de caminos, con numerosas cabezuelas pequeñas con flores radiadas blancas (femeninas) y centrales amarillas (hermafroditas), sobre un receptáculo aplanado, a diferencia del de la manzanilla que es cónico. Tallos erguidos, finamente acanalados, de 60 cm de alto; hojas pecioladas, alternas, cabizbajas, con pelos cortos, o casi lisas, de 11 cm de long. y 5 cm de ancho, con márgenes aserrados. No se confunde con otras plantas tipo manzanilla que también tienen hojas divididas y flores más o menos grandes; el tallo de altamisa es erecto, mientras que el de la manzanilla es procumbente. El fruto es un aquenio de 1,2 – 1,5 mm de largo, de color café cuando está maduro. La planta tiene un olor acre muy intenso, y es rechazada por las abejas.

Farmacodinamia: de la altamisa se utilizan las partes aéreas. El uso tradicional más antiguo documentado para esta planta es el de prevenir y curar dolores de cabeza, el que continúa teniendo hasta el presente; se le emplea además para tratar trastornos ginecológicos, artritis, reumatismo, neuralgias, fiebre y en cuadros de jaqueca, por cuanto reduce la frecuencia e intensidad de las mismas, al mismo tiempo que mejora los síntomas asociados (náuseas, mareos, vértigos o vómitos). Los preparados de esta planta tienen propiedades anti-inflamatorias. Puede producir dermatitis de contacto.

Recomendaciones: contraindicado en el embarazo, lactancia; no administrar a los niños ni a personas que utilizan drogas anticoagulantes

Presentación comercial: uso rústico.

Interés agronómico: la altamisa es originaria de la región de los Balcanes. Llegó a América a través de Europa; en nuestro país crece como maleza desde la IV a la X Región, al borde de los caminos, campos, terrenos abandonados. Se cultiva como especie ornamental.

Se propaga por semillas, esquejes y división de raíces; en el primer caso se siembra en almácigos, entre febrero y marzo, y se trasplanta en junio. Es una planta muy resistente, y una vez sembrada florece durante varios años sin cuidados especiales; necesita un suelo bien



Tanacetum parthenium Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-036.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pt01.htm>

drenado, firme, fangoso y enriquecido con abono; hay que desmalezar a mano. Se recolectan las sumidades floridas cuando la planta está en plena floración, y se secan en capas finas a la sombra; durante este proceso se les da vueltas varias veces con mucha precaución; también se pueden secar en secadoras a una temperatura superior a los 35°C. Se guarda en un lugar seco en recipientes bien cerrados. Una variedad doble se cultiva en jardines con propósito ornamental.



Hábito natural



(original RC Peña).

<http://www.herbalfire.com/tanacetum-parthenium-fever-pi-226.html>

10. ARTEMISA / MATRICARIA (*Tanacetum parthenium*), partes aéreas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: lombrices intestinales, pidulles; menstruación escasa y dolorosa; dolor de cabeza, migraña y neuralgias; fiebre. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 2 a 3 veces al día.

b) uso externo: dolor reumático y artrítico.

La misma infusión se usa en compresas y lavados.

Efecto: anti-migrañoso¹, febrífugo², anti-inflamatorio.

Precaución: no administrar durante el embarazo, usar con control médico durante la lactancia. No tomar en conjunto con anticoagulantes, aspirina y ginkgo biloba. Puede producir dermatitis de contacto. Para que se manifiesten sus efectos puede ser necesario usarla diariamente por 2 a 3 meses. Las hojas frescas en contacto directo pueden causar úlceras bucales, dolor abdominal o pérdida del gusto.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto anti-migrañoso está avalado por estudios clínicos. Su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

1. Calma la migraña o jaqueca.

2. Baja la fiebre.

Bailahuen

Haplopappus baylahuen Remy

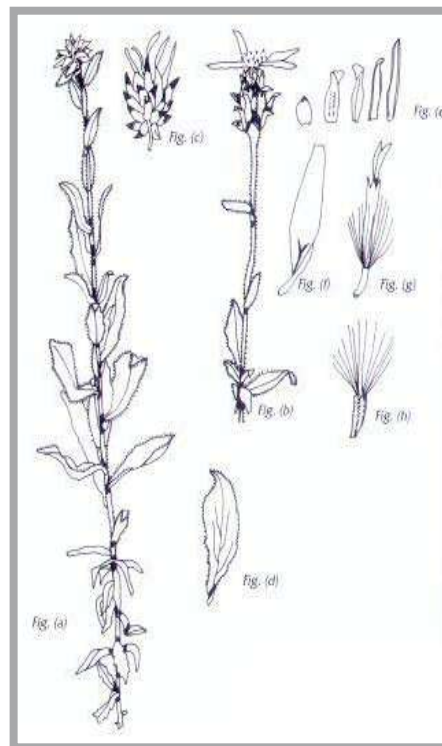
Nombres vernáculos: baylahuén, failawen.

Descripción: arbusto de 25 - 40 cm de altura, de estructura leñosa en la parte inferior, sin pelos, resinoso. Hojas abundantes, lisas, de márgenes dentado-espinosos, poco flexibles, de 1 - 3,5 cm de longitud por 1 - 2 cm de ancho. Inflorescencia amarilla. Florece desde septiembre a diciembre. La resina desprende un olor característico.

Nota: con el nombre de “baylahuén” se designan en nuestro país varias especies del género *Haplopappus* (*H. multifolius*, *H. remyanus*, *H. foliosus*, y otras) a las que se les atribuyen propiedades medicinales idénticas y por lo tanto se emplean indistintamente para los mismos fines. En la Región Metropolitana, y Regiones adyacentes, es probable que se estén empleando mayormente los dos primeros bailahuenes, ya que son los que más abundan en esta área; en otras partes del país es factible que se estén usando otros; en todo caso, el auténtico *Haplopappus baylahuen* sólo se le encuentra en las altas cordilleras de la provincia de Coquimbo; esto no significa que las otras especies a las que hacemos mención aquí no compartan las mismas propiedades terapéuticas.

Farmacognosia: la parte usada del baylahuén en medicina popular son las hojas y los tallos. La resina del baylahuén desprende un olor característico, muy persistente, incluso en las preparaciones tradicionales (infuso, cocimiento), lo que permite a los usuarios identificar a la planta.

Farmacodinamia: planta de gran tradición en la medicina popular del país, utilizada desde tiempos remotos en el tratamiento de afecciones de diverso origen: hepáticas por cuanto se le atribuyen propiedades coleréticas y colagogas; estimulante de las funciones digestivas (dispepsias); en malestares renales y de las vías urinarias; para tratar resfríos, gripes y neumonía; para lavar y desinfectar heridas y úlceras. Además de los usos tradicionales, baylahuén también se emplea en homeopatía. Otro uso poco común para esta planta es en la impotencia masculina, relacionado con cierta fama de planta afrodisíaca que tiene.



Haplopappus baylahuen ¹.

- a. Tallo con hojas e inflorescencia, b. Eje floral, c. Capítulo, d. Hoja de la parte media del tallo, e. Brácteas, f. Flor ligulada, g. Flor tubulosa, h. Aquenio



Haplopappus Baylahuen ².

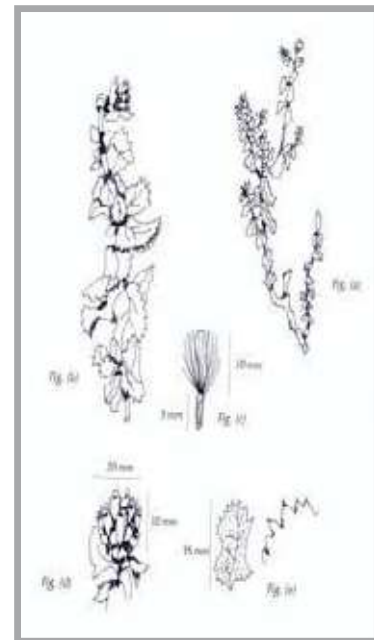
<http://yerbasana.cl/?a=1> 1

¹.Vogel y cols., 2005. / ². (Vogel, s/d).



Haplopappus remyanus ¹.

a. Planta entera, b. Posición de las hojas en la ramilla, c. Brácteas, d. Aquenio con vilano, e. Capítulo, bráctea exterior, bráctea intermedia y bráctea interior.



Haplopappus multifolius ¹.

a. Aspecto de la ramilla, b. Posición de las hojas en la ramilla, c. Fruto, d. Inflorescencia, e. Hoja.



Haplopappus remyanus ².



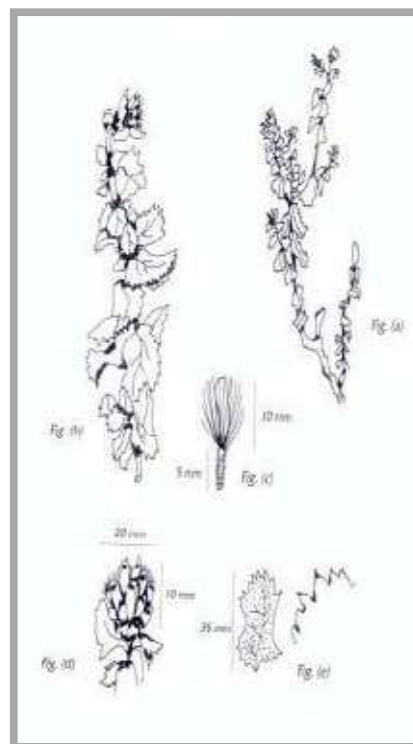
Haplopappus multifolius

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0703.htm>

¹.Vogel y cols., 2005. / ². (Vogel, s/d).

Interés agronómico: el género *Haplopappus* es un género sudamericano representado por unas 120 especies, de las cuales el mayor número corresponde a Chile (unas 85, todavía no bien clasificadas). *H. multifolius* es autóctono: en la Región Metropolitana se le puede encontrar en las colinas bajas de Santiago, termas de Colina, cajón del río Maipo, quebrada de Macul, quebrada de Ramón, etc. Hasta el presente el material para la venta se recolecta sólo de ejemplares silvestres; sin embargo el crecimiento de las áreas urbanas hace cada año más difícil esta tarea, ya que el hábitat de la planta se ha desplazado hacia las faldas cordilleranas, con la correspondiente disminución de su densidad. Actualmente se está intentando el cultivo experimental de *Haplopappus* mediante propagación por semillas.

Conservación: *H. baylahuen* crece en el norte del país; *H. multifolius* y *H. remyanus* son plantas de Chile central, y *H. taeda* vive en el área de Talca hacia el sur. Probablemente las plantas de las zonas extremas sean las más amenazadas.



Haplopappus taeda ¹.

a. Hojas basales, b. Escapo floral, c. Hojas con detalles de ápice y base, d. Flor, vilano y corola.



Haplopappus taeda.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH1150.htm>

Hábitos naturales



VI Región, Junta del Toros - Balala, Chile

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH1937.htm>



VII Region, Colbún, Chile

http://www.chileflora.com/Florachilena/ImagesHigh/BIMG_7805.jpg

11. BAILAHUÉN (varias especies del género *Haplopappus*), tallo-hojas.

PROPIEDADES:

Usos tradicionales:

a) uso interno: padecimientos hepáticos, cólicos abdominales, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsias); enfermedades de las vías urinarias (cálculos renales); gripes y resfríos. Como afrodisíaco en impotencia masculina. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua hirviendo: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: para lavar heridas y úlceras de la piel.

Usar la misma infusión.

Efectos: antiséptico¹, digestivo.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso como hepato-protector y antiséptico tiene alguna evidencia científica.

¹. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

Bardana / Lampazo

Arctium lappa L.

Nombres vernáculos: bardana, lampazo (Argentina).

Descripción: planta bienal que alcanza 2 m de altura, con hojas grandes aovadas-cordadas, de hasta 50 cm de diámetro, que forman una roseta basal; florece desde finales del verano hasta mediados de otoño. Flores pequeñas, de color rojizo o púrpura, conformando capítulos esféricos de 3 –5 cm de diámetro en el extremo de los tallos, globosos y cubiertos con brácteas ganchudas. Las raíces alargadas y rectas crecen hasta 1m en el subsuelo. Los frutos son espinosos y suelen adherirse al pelaje de los animales o a la ropa, de ahí su apelativo de planta zoócora. Hay varias especies de *Arctium*, todas ellas de difícil identificación. Crece a la orilla de caminos y ríos, en sitios eriazos, muros y terraplenes, mejor en suelos arcillosos y ricos en nitrógeno.

Farmacodinamia: *Arctium* posee una acción antimicrobiana que se ha atribuido a los poliacetilenos de la planta. Esto explicaría su reputación para tratamientos en erupciones cutáneas y acné. Un extracto de aceite de raíz de bardana se ha empleado para estimular el crecimiento del pelo en alopecia. Recientemente se estudian las propiedades inhibitorias de varios compuestos presentes en la bardana contra el cáncer de próstata.

Usos: en medicina popular se utilizan la raíz, las hojas y las semillas de la planta. Se estima que las raíces son depurativas, laxantes, diuréticas suaves, diaforéticas, antirreumáticas, antibióticas y estimulante del apetito; se emplean en forma de compresas en el tratamiento de abscesos, psoriasis y la fase descamativa del eczema. Las hojas tienen un efecto laxante suave, diurético y depurativo, mientras que las semillas previenen la fiebre, reducen los niveles sanguíneos de azúcar y son antiinflamatorias, antibacterianas, relajantes, demulcentes y tónicas; toda la planta se usa contra quistes y tumores. En fitoterapia es muy utilizado como drenador renal, hepático, pancreático y cutáneo.

Presentación comercial: uso rústico.



Arctium lappa L. Bauer bro., (1777).
<http://wildgobo.net/>



Flor de bardana.
http://commons.wikimedia.org/wiki/Arctium_lappa

Aspectos agronómicos: las raíces y rizomas se desentierran en otoño del primer año, o en la primavera siguiente cuando aparecen las flores. Las hojas se cosechan antes o durante la floración temprana, y las semillas cuando maduran en verano tardío. En ciertos países, como Japón, las raíces son muy apreciadas como verdura alimenticia siendo cultivada con frecuencia. Previo al momento de la floración, los tallos pueden hervirse y ser consumidos; de igual modo la raíz, luego de ser picada y hervida.



Raíces de Bardana.

http://commons.wikimedia.org/wiki/Arctium_lappa

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/Arctium_lappa

12. BARDANA / LAMPAZO (*Arctium lappa*), toda la planta.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: trastornos reumáticos, digestión difícil, retención de líquido.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 2 a 3 veces al día.

La decocción (cocimiento) se prepara con 1 cucharada de raíz y tallo picado o triturado en 1 litro de agua fría que se deja reposar algunas horas y luego se hierve no más de 5 minutos y al final se cuela: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: enfermedades de la piel (heridas, úlceras y psoriasis), hemorroides.

La misma infusión para uso externo en forma de compresas o lavados.

Efectos: bactericida¹, depurativo², diurético³, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

2. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

3. Promueve y aumenta la producción de orina.

Boldo

Peumus boldus Molina

Nombres vernáculos: boldo, boldo de Chile (Brasil).

Descripción: árbol o arbusto dioico, de hasta 20 m. de altura, tronco corto con copa redondeada y frondosa, muy aromático. Hojas siempreverdes de 3-7 cm de largo por 1-5 cm de ancho, subsésiles, opuestas, coriáceas, enteras, aovadas u oblongas. Inflorescencias en racimos cortos. Flores de 5-10 mm de diámetro. Fruto en drupa desnuda en el fondo del perigonio caduco, 5-7 mm de largo, carnoso, comestible y muy dulce cuando está maduro.

Farmacodinamia: En medicina popular se usan las hojas en trastornos digestivos y hepáticos principalmente y, en menor medida, en afecciones renales; se considera que disuelve los cálculos biliares y renales; también se emplean como estimulante y sedante nervioso. En forma de cataplasma y baños se utilizan para mitigar dolores neurálgicos y reumáticos.

Presentación comercial: tinturas hidroalcohólicas de boldo de diversos laboratorios recomendados como coleréticos y colagogos, a veces asociado a plantas como alcachofa, bailahuén, hinojo y diente de león, recomendado como estimulante hepático con débil efecto laxante (posee propiedades carminativas y digestivas).

Interés agronómico: el boldo es un árbol endémico de Chile; se le encuentra entre las provincias de Limarí (IV Región) y Osorno (X Región). Crece en diversas condiciones, bien adaptado a lugares de poca humedad y suelos pedregosos. Florece de junio a agosto y sus frutos maduran entre diciembre y enero. La forma de reproducción por esquejes de madera nueva es la más eficiente, ya que el porcentaje de germinación de las semillas es bastante bajo debido, principalmente, al efecto inhibitor del aceite esencial contenido en el pericarpio del fruto.

Desde antes de la Conquista española el boldo era una planta ampliamente usada por varios grupos indígenas del país. En la actualidad su uso se encuentra difundido prácticamente en toda la población del territorio nacional, así como en muchos otros lugares foráneos. Es la especie nacional más difundida a nivel mundial.



Peumus boldus Molina, Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-104.jpg>



Detalle de hojas y flores.

<http://www.arbolesornamentales.com/Peumusboldus.htm>



Rama con yemas florales (original Penarc).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Peumus_boldus_raceme_11.jpg



Hojas y frutos.

http://www.ics.trieste.it/MAPs/MedicinalPlants_Plant.aspx?id=637&family=0&country=Chile

Hábito natural



<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0045.htm>

13. BOLDO (*Peumus boldus*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: molestias gastrointestinales y digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsias), laxante suave; protector hepático y sedante nervioso.

La infusión se prepara con 1 cucharada para 1 litro de agua hirviendo: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: dolores reumáticos y neurálgicos.

La misma infusión puede ser usada en baños y cataplasmas.

Efectos: laxante¹ suave, anti-inflamatorio, protector hepático, digestivo.

Precauciones: no usar en caso de obstrucción de la vía biliar (ictericia). No se recomienda su administración oral durante el embarazo ni en niños menores de 10 años. No usar por periodos prolongados de tiempo ni infusiones demasiado concentradas. En pacientes con cálculos renales usar sólo bajo vigilancia médica.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos digestivo, hepato-protector y anti-inflamatorio, están avalados por estudios clínicos.

¹. Favorece la evacuación del vientre.

Bolsita del pastor / Mastuerzo

Capsella bursa-pastoris (L.) Medik.

Nombres vernáculos: bolsa del pastor, bolsita, cucharita; jaramago o pan y quesillo (España).

Descripción: hierba anual, de 25 - 50 cm de alto, erecta, cubierta de pelos estrellados y algunos pelos simples. Hojas radicales en roseta de 4-10 cm de long.; hojas caulinares menores, lanceoladas, enteras o dentadas, sésiles. Inflorescencia en racimos terminales, con flores pequeñas, blancas, a veces con estrías violáceas. A la forma de sus frutos debe su peculiar nombre, que semejan el zurrón que llevan los pastores de ciertas regiones. Silícula triangular-acorazonada, glabra, de 5-3 mm de largo. Semillas 4-6 en cada lóculo, rojizas, oblongas.

Farmacognosia: la droga está constituida por las partes aéreas de la planta recolectadas al inicio de la floración.

Farmacodinamia: los extractos de la droga poseen acción hemostática, con uso en tratamientos sintomáticos de menorragias y metrorragias, previamente diagnosticadas; para uso tópico en casos de hemorragia nasal, lesiones cutáneas superficiales, sangrantes. Forma parte de la materia médica homeopática. En nuestro país la infusión de bolsita se usa para regularizar el ciclo menstrual, detener toda suerte de hemorragias: estomacales, uterinas, urinarias (en este último caso mezclada con limpiaplata), intestinales, incluyendo disentería; para tratar la diarrea; también para controlar los vómitos en el embarazo. En forma externa, los masajes y frotaciones con la tintura de esta planta (de preferencia fresca) se emplean en los casos de atrofia muscular o articular, y el cocimiento se usa para lavar heridas y úlceras. En algunos lugares las hojas tiernas y cocidas se consumen como alimento. Se recomienda no utilizar durante el embarazo.

Presentación comercial: sólo uso rústico.



Capsella bursa-pastoris L. Medik Sturm (1796).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Capsella_bursa-pastoris_Sturm23.jpg



<http://www.liberherbarum.com/Pn0044nf.htm>

Hábito natural

Antecedentes agronómicos: especie cosmopolita de origen europeo, de hábitat muy extenso, crece en forma silvestre en las zonas templadas del planeta, en suelos pedregosos o arenosos (por lo general ricos en nitrógeno), terrenos baldíos, campos, huertos; es una planta muy polimorfa que los campesinos consideran una “mala hierba”.

El material para uso medicinal se obtiene por recolección de ejemplares silvestres. Al principio de floración se recolectan los tallos, cortándolos completos con su roseta de hojas terrestres; después de la limpieza se ponen a secar en capas finas dándoles vueltas con frecuencia; no se recogen las plantas que presentan una superficie blanquecina (atacadas por el hongo parásito de color blanco *Cystopus candidus*). La planta seca se guarda en bolsas cerradas, en un lugar seco. Se recomienda no almacenarla por más de un año.



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Capse_lla_bursa-pastoris_2.JPG

14. BOLSITA DEL PASTOR / MASTUERZO (*Capsella bursa-pastoris*), tallo-hojas-flores-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: a) uso interno: desórdenes menstruales, hemorragias (digestivas, uterinas, renales, intestinales), diarrea. La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal fresco para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día. La decocción (cocimiento) se prepara hirviendo 1 cucharada de corteza en 1 litro de agua por 10 minutos: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: lavado de heridas y úlceras; hemorragia nasal; atrofia muscular.

La misma infusión o decocción también sirven para lavar heridas y hacer masajes y frotaciones. Para masaje en atrofia muscular, dejar macerar planta fresca en alcohol o aguardiente por 10-15 días, poner al sol un rato cada día, luego filtrar y usar en frotaciones locales 2 ó 3 veces en el día.

Efectos: hemostático¹, astringente², antidiarreico³, emenagogo⁴.

Precauciones: no hacer tratamientos largos y no usar durante el embarazo.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

². Disminuye el sangrado o hemorragia.

². Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

³. Calma la diarrea.

⁴. Estimula o favorece el flujo menstrual.

Borraja

Borago officinalis L.

Nombre vernáculo: borraja.

Descripción: planta anual cubierta por pelos tiesos y puntiagudos, de tallos redondos, de unos 30 - 60 cm de alto. Hojas grandes, rugosas, verde oscuras, de 4,5 - 10 o más cm de longitud, y de unos 1,5 - 5 cm de ancho. Flores de forma estrellada, de color azul brillante. El fruto consiste en cuatro nuececillas pardo negruscas.

Usos: en la cultura popular, las flores y hojas de borraja son consideradas diuréticas, sudoríficas, depurativas y anti-inflamatorias, por lo que se la emplea en fiebres por enfermedades eruptivas (varicela, sarampión), cistitis, colitis, afecciones respiratorias (tos, bronquitis, dolor de garganta, resfríos), dolores menstruales. También se la utiliza como especie galactógena. En forma externa se emplea en forma de compresas en casos de eczemas y afecciones cutáneas. Se recomienda no consumir durante el embarazo. En fitoterapia la borraja de usa como desinflamante en todo tipo de artrosis y como remineralizante.

Presentación comercial: en el medio local se comercializa como té de artemisa compuesto, que incluye hualtata y borraja.

Antecedentes agronómicos: planta originaria de la zona mediterránea europea y del Asia Menor, siendo su distribución actual muy amplia en todo el mundo. Crece en tierras bajas y suelos arenosos bien soleados, aunque también en climas fríos. Asimismo, se cultiva en jardines y huertos como planta ornamental. Se reproduce por semillas que deben cubrirse con bastante tierra, ya que requiere mucha oscuridad para germinar. Para colectar las sumidades floridas de la borraja se cortan sólo las partes superiores del tallo, lo que da lugar a que aparezcan nuevas ramitas; el material se pone a secar en capas finas, primero al sol para que se marchite, y luego a la sombra o en secadora a una temperatura no superior a los 40°C.

Recientemente la borraja ha adquirido un renovado interés agrícola debido al incremento del mercado potencial del ácido gama linolénico (GLA). Así, por ejemplo, en Canadá occidental se ha producido un aumento significativo en la producción de borraja como



Borago officinalis L. Thomé (1885).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Illustration_Borago_officinalis0.jpg



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pb11.htm>

cultivo mayor, situación que ha conducido, en nuestro país, al estudio de las prácticas más adecuadas para el manejo agrícola de esta especie. En algunos países la borraja se utiliza también como hortaliza: sus hojas se cocinan y se comen en tortillas y sus cogollos picados se consumen en ensaladas.



Detalle de la flor.

www.hoseito.com/.../aalfabetico%20A-F.htm

Hábito natural



http://www.todoplantas.net/plantas_medicinales/ver_planta.jsp?id=1127941896468

15. BORRAJA (*Borago officinalis*), hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: a) uso interno: fiebres, cistitis, enfermedades respiratorias (tos, resfríos, bronquitis, dolor de garganta) y dolores menstruales.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas y/o flores para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: afecciones cutáneas (eccemas y dermatitis).

Usar la misma infusión en lavados o cataplasma.

Efectos: anti-inflamatorio, depurativo¹, diaforético², diurético.

Precauciones: no usar por vía oral durante el embarazo. No administrar por periodos prolongados de tiempo ni infusiones muy concentradas. Contraindicada en neoplasias y enfermedades hepáticas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

2. Sudorífico, estimula la transpiración.

3. Promueve y aumenta la producción de orina.

Buchú

Agathosma betulina (Bergius) Pill

Nombres vernáculos: buchú, buco.

Descripción: arbusto oloroso de 1 –1,5 m de altura. Hojas pequeñas, coriáceas, cortamente pecioladas, ovadas de color verde amarillento brillante, de 1 –2 cm de largo por 0,5 – 1 cm de ancho, bordes dentados donde se ubican numerosas glándulas con aceite esencial. Las flores, blanquecinas, pétalos-5, anteras violetas; florece durante la primavera.

Farmacodinamia: la droga de Farmacopea es la hoja de buchú. El aceite esencial muestra actividad espasmolítica y antimicrobiana, aunque este último efecto es casi marginal. En medicina popular las hojas de esta planta se utilizan como diurético y antiséptico de las vías urinarias.

Presentación comercial: existe un té indicado como estimulante hepatobiliar y laxante suave, y una formulación homeopática.

Interés agronómico: este arbusto, originario de África del Sur, crece sobre suelos secos y laderas de montañas donde suele ser cultivado. Es una especie botánica de climas cálidos y templados. Se emplea como planta ornamental. Se propaga por germinación de semillas. Las hojas se recolectan durante la época de floración. Con el nombre Buchú se conocen además varias otras especies, como *Agathosma crenulata*, *Barosma serratifolia*.



Agathosma betulina, Köhler (1887).

<http://en.wikipedia.org/wiki/File:Koeh-020.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pb25.htm>



Dibujos de diferentes variedades de hojas de buchú:
a, b, *Barosma crenulata*; c, d, *Barosma betulina*;
e, f, *Empleurum serrulatum*; g, h, *Barosma serratifolia*.¹
chestofbooks.com/.../Buchu-Buchu.html

¹ Culbreth (s/d).



Detalle de buchú florido.

www.ics.trieste.it/MAPs/MedicinalPlants_Plant...



Hojas de buchú.

http://www.naturesbounty.com/vf/healthnotes/HN_live/Herb/Buchu.htm

Hábito natural



Agasthoma crenulata

<http://www.plantzafrica.com/plantab/agathoscren.htm>

16. BUCHÚ (*Agathosma betulina*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: inflamación e infección de las vías urinarias, cistitis suaves; dolores reumáticos.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas trituradas por 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: antiséptico¹, diurético², depurativo³, anti-inflamatorio.

Precauciones: no exceder las dosis recomendadas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Destruye gérmenes de la piel y mucosas.

2. Promueve y aumenta la producción de orina.

3. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

Cabello de ángel

Cuscuta chilensis Ker-Gawl.

Nombres vernáculos: cabello de ángel, cúscuta, cabello del diablo, ñüme (Mapudungún).

Descripción: hierba anual de hasta 40 cm de altura, lisa. Tallos amarillentos, a veces rojizos. Flores reunidas en cabezuelas. Fruto seco, redondo, con 4 semillas de 1 - 1,5 mm de longitud.

Farmacognosia: en medicina tradicional se utiliza toda la planta. La población denomina con el nombre de "cabello de ángel" (además de los otros nombres vernáculos) a dos especies del género *Cuscuta*: *C. chilensis* y *C. micrantha*, ambas morfológicamente muy parecidas y consideradas con las mismas propiedades medicinales.

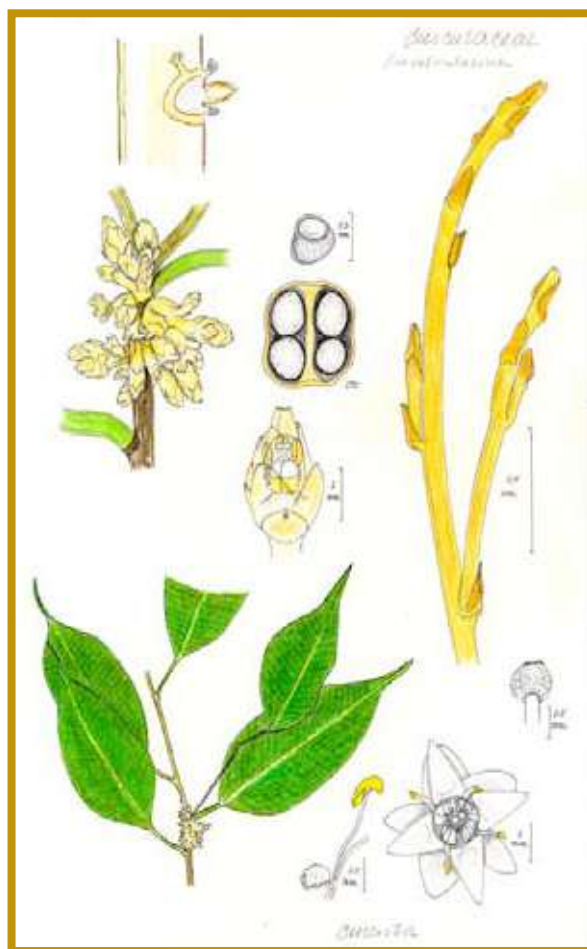
Farmacodinamia: en medicina popular el cabello de ángel se emplea como diurético y para tratar abscesos e inflamaciones.

Presentación comercial: no tiene.

Aspectos agronómicos: planta chilena, parásita, sin clorofila y sin hojas, que se distingue del vegetal que ha infectado (mesonero) por el color amarillento de sus tallos y el blanco de sus pequeñas flores aromáticas. Abunda de preferencia en las regiones del centro y sur del país. En términos agronómicos es una maleza bastante perjudicial, por lo que más que protegerla se le trata de eliminar por todos los medios, considerando lo difícil que resulta acabar con ella ya que vuelve a brotar en forma pertinaz.

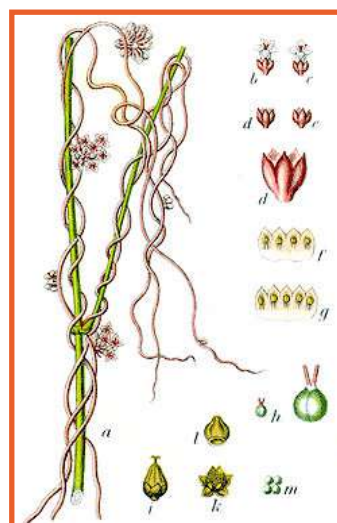
El cabello de ángel crece sobre árboles y arbustos como boldos y peumos, pero también ataca sembrados, sobre todo de alfalfa, trébol, lino, cáñamo y otros. En realidad, puede crecer sobre casi cualquier planta.

En el mundo se han descrito sobre 150 especies de *Cuscuta* distribuidas en todos los continentes, excepto en la Antártida.



Cuscuta chilensis, Laros¹.

<http://botgard.bio.uu.nl/seedlist/Images/Cuscuta.jpg>



Cuscuta europaea, Sturm (1796).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cuscuta_europaea_Sturm2.jpg

¹El Dr. C. D. Laros fue médico y botánico holandés. Luego de jubilarse trabajó como artista botánico honorario del Jardín Botánico de la Universidad de Utrecht, Holanda, hasta su fallecimiento en 2002 (sus reproducciones cuentan con el beneplácito del Dr. Eric Gouda, Curador de ese Jardín Botánico).

Hábito natural



Primer plano de una flor de cabello de ángel con estambres amarillos brillantes. Precordillera del valle central, Chile (foto de Joel McNeal).

<http://www.parasiticplants.siu.edu/Cuscutaceae/index.html>



Pirque, Región Metropolitana, Chile (original de Penarc).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cuscuta_chile_6.jpg

17. CABELLO DE ANGEL (*Cuscuta chilensis*), planta completa.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: a) uso interno: diurético.

La infusión se prepara con una cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: para tratar abscesos (acumulación de pus en los tejidos) e inflamaciones.

Usar la misma infusión en lavados o cataplasma.

Efectos: diurético¹, anti-inflamatorio.

Precauciones: no administrar a embarazadas ni en infusiones orales muy concentradas pues posee cierta toxicidad.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

¹. Promueve y aumenta la producción de orina.

Cachanlagua / Cachan-Lawen

Centaurium cachanlahuen B.L. Rob.

Nombres vernáculos: cachanlagua, cachan-lawen

Descripción: hierba anual de 5 - 40 cm de altura, erecta y lisa. Tallo cuadrangular. Hojas de 1 – 3 cm. de largo, las superiores de menor tamaño. Flores de color rosado intenso. Fruto de hasta 1,02 – 1,5 cm de longitud. Semillas numerosas, ovales, rugosas, de 0,2 - 0,3 mm de longitud.

Farmacognosia: la cachanlagua es una de las plantas autóctonas más afamadas del país, y de sus propiedades y usos dan cuenta los diversos documentos escritos sobre el saber médico del pueblo mapuche. Toda la planta tiene propiedades terapéuticas, su sabor es amargo intenso. Se la emplea en infusión como febrífugo, sudorífico, hipotensor e hipoglicemiante; como depurador de la sangre en afecciones reumáticas, desórdenes circulatorios, problemas hepáticos y digestivos.

Presentación comercial: uso rústico solamente.

Antecedentes agronómicos: esta hierba es una planta autóctona de Chile y está considerada entre las especies en peligro de extinción. Se distribuye desde Atacama a Valdivia, y desde el litoral hasta las altas cordilleras andinas. No hay antecedentes acerca de su reproducción y cultivo.

La cachanlagua es una planta medicinal estimada desde muy antiguo por los pueblos aborígenes de Chile. El padre Diego de Rosales la menciona en el 1º volumen de su *Historia General del Reyno de Chile* (manuscrito de la 2ª mitad del Siglo XVII, editado inicialmente por Benjamín Vicuña Mackenna en Valparaíso, Imprenta del Mercurio, 1878).



Ilustración de *Centaurium*, Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-058.jpg>



http://www.ics.trieste.it/MAPs/MedicinalPlants_Plant.aspx?id=592



Flores de Centaurium erythraea.

[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Centaurium_erythraea_\(flowers\).jpg](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Centaurium_erythraea_(flowers).jpg)



Flores de Centaurium cachanlahuen.

<http://www.yerbasana.cl/?a=1648>

Hábito natural



Centaurium erythraea.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Centaurium_erythraea_Spiekeroog2.jpg

18. CACHANLAGUA / CACHAN-LAWEN (*Centaurium cachanlahuen*), planta completa, especialmente tallo-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: en fiebre, hipertensión arterial y diabetes mellitus; depurador de la sangre en afecciones reumáticas, desórdenes circulatorios y hepáticos. Estimula el apetito y favorece la digestión.

La infusión se prepara con 1 cucharadita de la planta para 1 taza de agua recién hervida: beber 1 taza al día

Efectos: depurativo¹, febrífugo², hipoglicemiante³, aperitivo⁴, antihipertensivo⁵.

Precauciones: no administrar la infusión muy concentrada a quienes están tomando medicamentos hipoglicemiantes y antihipertensivos, ya que puede potenciar sus efectos.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos febrífugo y anti-hipertensivo tiene alguna evidencia científica.

1. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

2. Baja la fiebre.

3. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

4. Estimula el apetito

5. Disminuye la presión arterial.

Canelo / Voigue

Drimys winteri J.R. et G. Forster

Nombres vernáculos: canelo, voigue, boighe.

Descripción: árbol de tronco cilíndrico con corteza gruesa y suave, de color gris-ceniza, de ramas cortas, que alcanza hasta 20 m de altura. Hojas permanentes, aromáticas y lisas, haz de color verde pálido y envés grisáceo blanquizco, alcanzando 6 - 15 cm de largo por 2 - 6 cm de ancho. Las flores son hermafroditas, dispuestas en inflorescencias o solas. El fruto es de color violeta oscuro de 1 cm de diámetro cuando está maduro, cada uno tiene de 6 a 8 semillas de color negro de unos 3 - 5 mm de largo.

Usos populares: entre los mapuche el canelo es un árbol sagrado de gran significado social y cultural, además de ser una de las especies botánicas más importantes de su medicina tradicional. Se utiliza la hoja en infusión y la corteza en cocimiento para tratar diversas afecciones. Se toma el infuso para combatir tos y catarros, incluso crónicos; en parasitosis (lombrices), desórdenes estomacales, disentería y dolores reumáticos. En forma externa (lavados, baños o cataplasmas) se emplea para curar diversas afecciones de la piel (heridas, úlceras, verrugas, sarna, alergias) y tratar dolores reumáticos y musculares producto de torceduras.

Presentación comercial: algunos compuestos presentes en el canelo se emplean en perfumería. La corteza del canelo ha sido largamente apreciada por sus propiedades tónicas y antiescorbúticas.

Conservación: especie en peligro de extinción en su límite norte: por ejemplo en el Parque Nacional Fray Jorge, Región de Coquimbo, existe baja representación de polen de canelo en los últimos 1400 años, pese a una expansión del bosque por aumento de humedad en este lugar. En Chile se encuentra con más frecuencia desde Valparaíso hasta Magallanes, en alturas entre 1200-1700 m.s.n.m., pero sobre todo en los bosques húmedos del sur. La dominancia de canelo es indicador de intervención humana.

Aspectos agronómicos: planta de crecimiento rápido (puede alcanzar una altura de 3 m en 3 años) que soporta mejor el frío que el calor excesivo. Se multiplica por semillas y estacas. Para que la semilla pueda germinar debe



Lámina de Marianne North: bosque de la cordillera de Nahuelbuta. En la mitad inferior del costado izquierdo del dibujo se aprecia un *Drimys winteri* y en la mitad derecha de la base una nalca o *Gunnera tinctoria*¹.

www.kew.org.uk/mng/gallery/021.shtml.



Drimys winteri. S. Parkinson (1768-1771).

www.nhm.ac.uk/jdsml/nature-online/endeavour-b...

¹Echenique y Legassa (1999).

colectarse antes de la maduración del fruto, cuando recién comienza a ennegrecer, y ser almacenada o estratificada a baja temperatura (4° C) previo tratamiento de escarificación. Para la propagación por esquejes, se eligen estacas de no más de dos años, de preferencia provenientes de ramas de la base del árbol (acodos aéreos o brotes también pueden servir para estos fines): en cualquier caso, deben ser colocados en una mezcla de turba y arena después de ser tratados con algún agente enraizante. El enraizamiento es lento, entre 5 y 10 meses, y ocurre preferentemente en verano. El canelo es una especie bastante idónea para propósitos ornamentales, dada la arquitectura del árbol y el largo periodo de permanencia de sus flores; posee, además, una gran resistencia natural al ataque de insectos y microorganismos patógenos.

Nota histórica: William Winter, integrante de la expedición de Francis Drake que dio la vuelta alrededor del mundo (1577-1580), descubrió que los nativos del ahora conocido como Estrecho de Magallanes bebían una infusión de la corteza de un árbol llamado canelo, que luego utilizada por los marinos protegió su salud. Resultó posteriormente ser un vegetal rico en vitamina C, es decir, un potente antiescorbútico, bautizado en su honor botánicamente como *Drimys Winteri*.

Hábito natural



<http://www.chlorischile.cl>

19. CANELO / VOIGUE (*Drimys winteri*), hojas-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: tos y catarro; lombrices intestinales, desórdenes estomacales, disentería (trastorno infeccioso con diarrea sanguinolenta); dolores reumáticos; antiescorbútico (previene los daños de la mucosa por falta de vitamina C).

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas y corteza desmenuzadas, para 1 litro de agua hirviendo: beber 1 taza 2 veces al día.

b) uso externo: afecciones de la piel (heridas, úlceras, verrugas, sarna, alergias); dolores reumáticos y musculares, producto de torceduras.

Usar la misma infusión en lavados, baños o cataplasmas. Para estos usos también puede prepararse una decocción de la corteza, hirviendo 1 cucharada por 5 minutos.

Efectos: antiespasmódico¹, antibacteriano², vermífugo³, analgésico⁴, cicatrizante.

Precauciones: en dosis excesivas puede producir diarreas, náuseas o vómitos.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus usos como analgésico, antiescorbútico y limpiador de heridas tiene alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

3. Elimina las lombrices intestinales

4. Disminuye el dolor.

Cedrón

Aloysia citrodora Paláu

Nombres vernáculos: cedrón, hierba Luisa, verbena olorosa.

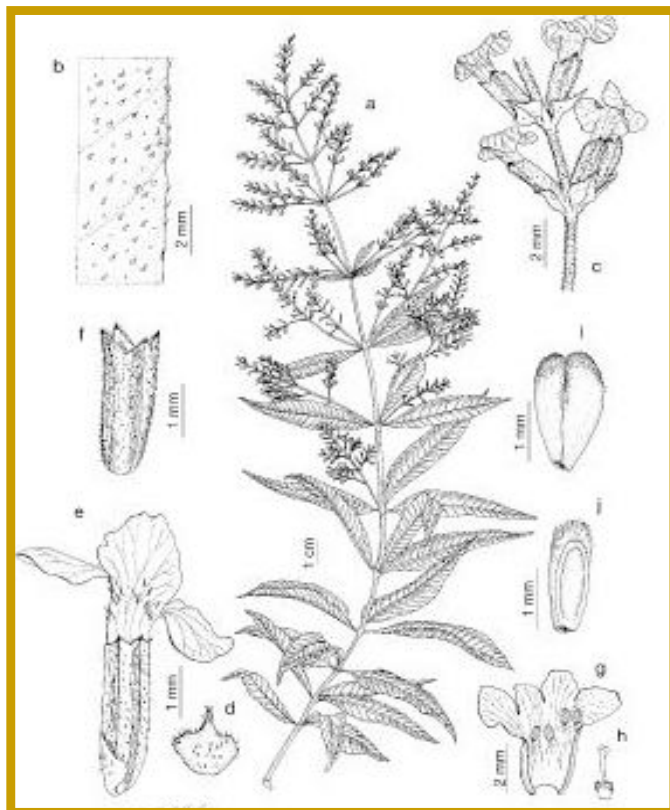
Descripción: arbusto 3 - 3,5 m de altura, tallo leñoso. Hojas angostas y alargadas, ásperas, delgadas, de 5 - 10 cm de largo, de olor agrídulce muy característico, que se caen en otoño. Flores pequeñas, blancas o violeta pálido, dispuestas por lo general en espigas terminales.

Por mucho tiempo ha existido cierta confusión sobre la nomenclatura de esta especie. Así, en la edición de 1999 de *The Plant Finder* se la cita como *A. triphylla* (L'Herit.) Britton. Sin embargo en el libro *World Economic Plants* se la designa con el nombre *A. citrodora* Paláu, un descriptor diferente al generalmente citado, nombre considerado correcto y prioritario.

Farmacodinamia: el cedrón es una de las plantas medicinales más populares en el país. La decocción o infusión de sus hojas y tallos se usa preferentemente para el tratamiento de afecciones gastrointestinales (cólico, diarrea, dispepsia, flatulencia, indigestión, náuseas, vómito, etc); también se emplea como calmante el sistema nervioso (ansiedad, insomnio) y en los resfriados febriles.

Química: las hojas de cedrón son muy aromáticas. En la industria alimentaria y en farmacia, así como en perfumería y cosmética, la esencia se emplea con frecuencia como corrector de sabor y olor. Se utiliza en la preparación de bebidas y dulces, así como en repostería para dar sabor a limón a galletas y postres.

Interés agronómico: planta originaria de Sudamérica, crece silvestre en suelos ligeros y bien drenados, en clima templado a templado cálido; resiste bastante bien las heladas. Se propaga generalmente a través de esquejes recolectados a fines de invierno antes del brote de las yemas. Se cortan estacas de entre 15 a 25 cm de largo con 4 a 5 yemas, y se embeben en una solución acuosa de ácido indolbutírico durante 1 minuto y luego se entierran en cama caliente. También puede propagarse por acodos, enterrando ramas bajas de la planta madre a 15-20 cm de profundidad que se transplanta en primavera, con clima cálido y libre de heladas. La distancia recomendada entre plantas debe ser de 30 a 38 cm.



Aloysia citrodora Paláu (1788).

- a. Rama florífera, b. detalle del indumento de la hoja, c. detalle de la inflorescencia, d. bráctea, e. flor, f. cáliz, g. corola abierta y androceo, h. gineceo, i. mericarpos, j. mericarpo por la cara interior.

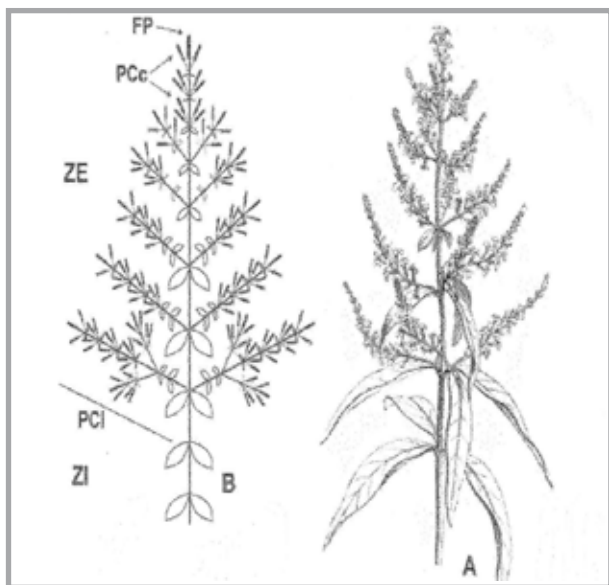


Izq.: detalle aumentado de la inflorescencia del cedrón

Der.: parte apical del cedrón.

http://www.uni-graz.at/~katzer/engl/Lipp_cit.html

La época de cosecha afecta el rendimiento de la planta, siendo el rendimiento de hojas frescas más alto en marzo, si bien la mayor concentración de aceite esencial se logra en octubre, antes de la floración. Se aconseja regar el cedrón antes de recolectar sus hojas, que deben ser secadas a la sombra a una temperatura menor de 40°C.



Esquema y dibujo de espigas de *Aloysia citrodora*. (denominadas como "pleiobotrio" Mulgura et al., 2002)¹.

Hábito natural



commons.wikimedia.org/wiki/File:Aloysia_citro...

20. CEDRÓN (*Aloysia citrodora*), tallo-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: en trastornos digestivos (diarrea, cólicos, indigestión, náusea, vómitos y flatulencia); en trastornos del sistema nervioso (insomnio y ansiedad); en estados gripales (resfriados con fiebre).

La infusión se prepara con 1 cucharada de la planta para 1 litro de agua recién hervida, dejar reposar: beber 1 taza 3 a 4 veces al día.

Efectos: antiespasmódico¹, antibacteriano², carminativo³, sedante⁴ suave.

Precauciones: no administrar por un periodo prolongado de tiempo ni infusiones muy concentradas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos antiespasmódico, carminativo y sedante suave tienen alguna evidencia científica.

¹. Calma los retortijones estomacales.

². Mata las bacterias o impide su desarrollo.

³. Previene y favorece la expulsión de gases.

⁴. Modera la actividad del sistema nervioso.

¹Mulgura y cols. (2002).

Cepa caballo / Amores secos

Acaena splendens Hook. et Arn.

Nombres vernáculos: cepa caballo, abrojo, amores secos, cadillo, clonqui, trun, cadillo de la sierra (Argentina)

Descripción: hierba siempreverde, de 20 50 cm de alto, rizomatosa, sedosa. Hojas numerosas, en roseta, largamente pecioladas, imparipinadas, con 3 5 pares de folíolos oblongos, crenado dentados en su parte apical, de 1 3 cm de largo. Tallos floríferos erectos, fistulosos, cubiertos por las vainas foliares imbricadas. Inflorescencia en glomérulos interrumpidos; flores hermafroditas. Fruto en aquenio, encerrado en el cáliz, de alrededor de 1 cm de largo. El pseudofruto es una cupela”.

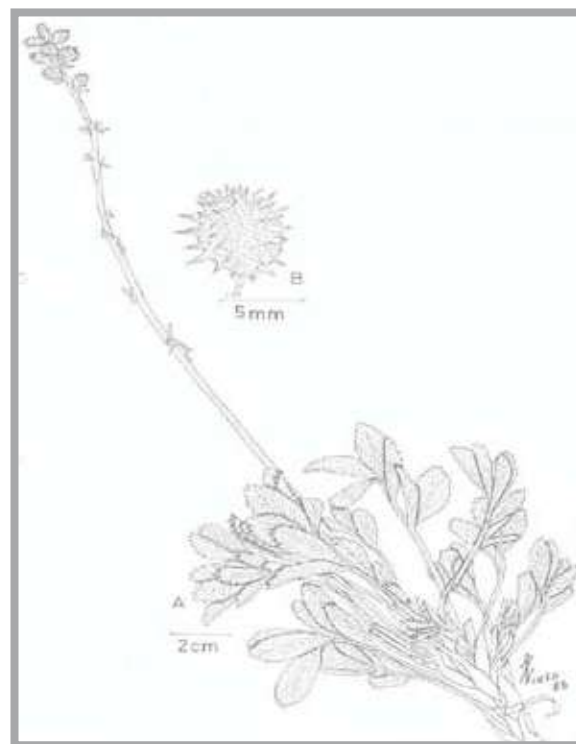
Nota: uno de los nombres mapuches de esta planta, “clonqui”, es un término colectivo con que se designan varias plantas de frutos zoócoros, esto es, frutos que se adhieren a la piel de los animales o a cualquier objeto con quien entran en contacto, como los de cepa caballo, por ejemplo; popularmente también se denominan “trunes”.

Farmacognosia: en medicina popular se utilizan las hojas en el tratamiento de malestares renales y hepáticos.

Presentación comercial: sólo uso rústico.

Antecedentes agronómicos: la cepa caballo es una planta de la precordillera andina chilena; se la puede encontrar desde la región de Coquimbo hasta la del Bío-Bío. En Argentina vegeta en el área andina de Mendoza y Neuquén. Crece formando manchones plateados a causa del indumento que la recubre completamente. Florece de octubre a noviembre. No tiene problemas de conservación. No existen antecedentes sobre su manejo agronómico.

El cadillo también ha sido encontrado en las reservas nacionales de la Región de Aysén (Jeinimeni, Cerro Castillo y Lago Las Torres).



Acaena splendens.

a. Parte aérea con fruto, b. Cupela (original P.Nieto).



Acaena viridior (Dr. C.D. Laros) ¹.

<http://botgard.bio.uu.nl/seedlist/Images/Acaena%20viridior%2073BL00002.jpg>

¹ Ver nota al pie en Cabello de ángel.



Acaena magellanica.

http://species.wikimedia.org/wiki/Acaena_magellanica



Acaena novae-zelandiae.

<http://nl.wikipedia.org/wiki/Stekelnootje>

Hábito natural



http://www.plantsystematics.org/imgs/kcn2/r/Rosaceae_Acaena_cylindristachya_31286.html

21. CEPA CABALLO / AMORES SECOS (*Acaena splendens*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: padecimientos hepáticos; limpieza renal y de las vías urinarias.

La infusión se prepara con 2 cucharadas de hojas secas y trituradas para 1 litro de agua recién hervida, dejar reposar durante 10 minutos: beber 1 taza 3 veces al día.

Efecto: diurético¹, depurativo², anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

2. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

Chépica

Paspalum vaginatum Swartz

Nombres vernáculos: chépica, chépica blanca, chépica dulce, chedpica, rancul, ranquil.

Descripción: también llamado “paspalum de costa” (*seashore paspalum*) es un pasto permanente de unos 10 - 20 cm de alto que se esparce mediante rizomas y estolones o estacas. El conjunto produce un pasto algo más tosco que el denominado ‘bermuda’, pero por su mejor resistencia a los cambios climáticos es también cultivado para prados y canchas deportivas.

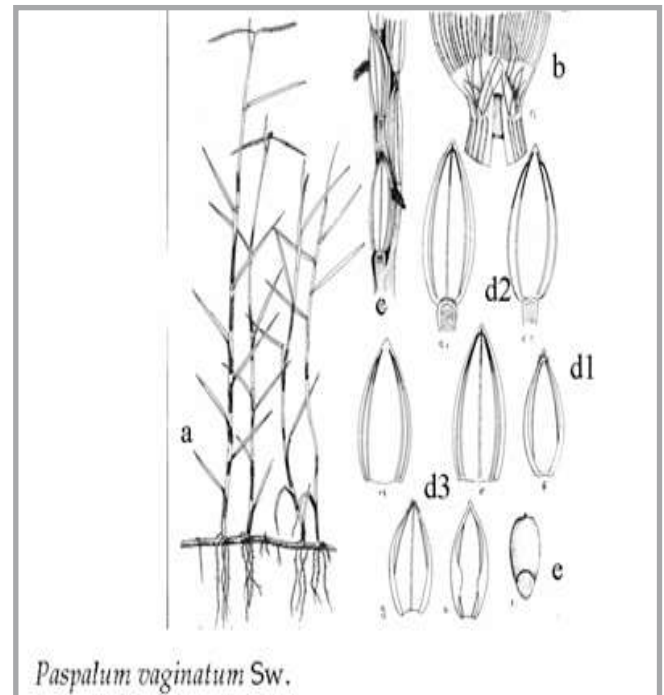
Inflorescencia con 2 ramos, generalmente horizontales, de 1,5-3 cm de longitud.

Es una espiga que alcanza hasta 50 – 60 cm de altura, erecto o inclinado desde su base. Hojas alargadas adelgazándose hacia la punta. Inflorescencia con 2 ramos, generalmente horizontales, de 2,5 - 5 cm de longitud. Semillas blancas, planas, redondeadas y suaves.

Farmacognosia: tradicionalmente se emplea la decocción de las partes subterráneas (rizoma y raíces) como diurético y para el tratamiento de enfermedades venéreas; por sus propiedades depurativas es considerada una buena especie para limpiar los riñones.

Presentación comercial: sólo uso rústico.

Aspectos agronómicos: planta nativa de América, su distribución geográfica abarca desde el sur de los EE.UU. hasta Argentina y Chile; en este último país se la encuentra en el norte y centro, principalmente en áreas del litoral. Es una planta abundante, que prefiere ambientes salobres pero con cierta humedad. En las zonas urbanas crece de preferencia en calles y plazas. Es de rápido crecimiento y florece de septiembre a enero. Se reproduce por rizomas y estacas. En varios países se la cultiva para céspedes, tanto residenciales como comerciales, por ser muy tolerante al tráfico y al desgaste. Por ser una planta que soporta terrenos arenosos y con alta salinidad se la está utilizando como forma de controlar la erosión y para restaurar sitios húmedos, especialmente en áreas vecinas al mar.

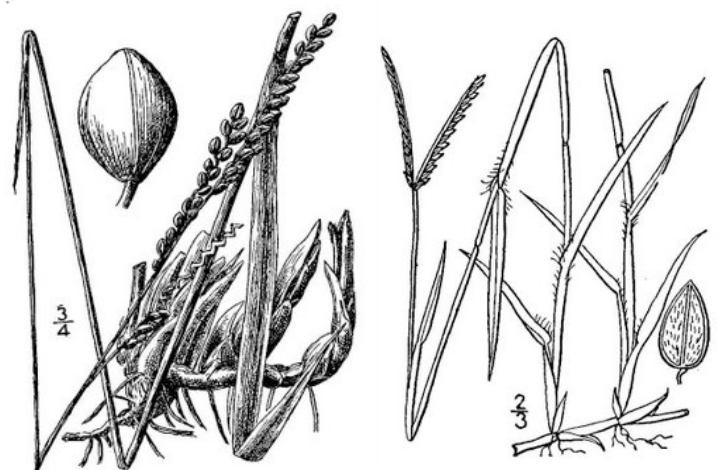


Paspalum vaginatum Sw.

Paspalum vaginatum Sw.

(a) Hábito, (b) detalle de hoja basal mostrando la ligula, (c) detalle de la espícula, (d) varias hojuelas conteniendo la semilla, (e) semilla.

www.fao.org/docrep/010/ag132e/ag132e15.htm



Ilustraciones de *Paspalum vaginatum*.

Izq.: *Paspalum distichum*

http://luirig.altervista.org/photos/p/paspalum_distichum.htm

Der.: *Paspalum floridanum*

http://luirig.altervista.org/photos/p/paspalum_floridanum.htm

Aspectos parciales de la chépica



<http://www.hear.org/starr/plants/images/image/?q=050418-0246>

Hábito natural



<http://www.hear.org/starr/plants/images/image/?q=050223-4291>



<http://www.hear.org/starr/plants/images/image/?q=050418-0245>

22. CHÉPICA (*Paspalum vaginatum*), rizoma-raíces.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: limpieza del riñón y de las vías urinarias.

El cocimiento se prepara con 1 cucharada de rizoma y raíces trituradas para 1 taza de agua, que se hierve por unos minutos: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: depurativo¹, diurético².

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

2. Promueve y aumenta la producción de orina.

Chilco / Fucsia

Fuchsia magellanica Lam.

Nombres vernáculos: chilca, chilco, chilcón, fucsia.

Descripción: arbusto siempreverde de 1 - 4 m de altura, liso, de ramas delgadas y frágiles. Hojas en grupos de 2 - 3, simples, oval-lanceoladas, agudas, de 2 - 6 cm de longitud. Flores grandes, de 4 - 8 cm de longitud, solitarias y colgantes con 5 pétalos violetas o púrpuras. Fruto es una baya comestible con semillas numerosas.

Farmacognosia: en medicina popular se utilizan las ramitas con hojas y flores, como decocción o infuso, en afecciones relacionadas con el ciclo menstrual (reglas irregulares, escasas, dolorosas); también para controlar la fiebre (a veces mezcladas con tilo) y como diurético. Por lo general, cuando se usa como emenagogo, la decocción se prepara en vino; como febrífugo se acostumbra elaborar un jarabe con las flores de chilco. En algunos lugares emplean la corteza de esta planta para los mismos fines.

Aspectos agronómicos: el chilco es una planta nativa que se distribuye desde la Región de Coquimbo a la de Magallanes, especialmente abundante en el sur del país. Se le encuentra en lugares húmedos (quebradas, vertientes, riberas de cursos de agua). Una de sus variedades, el chilco rosado (*Fuchsia magellanica* var. *eburnea* Pisano), se encuentra en riesgo, pero actualmente se está recuperando en viveros. Arbusto de desarrollo rápido, sobre todo si se propaga por estacas o esquejes; por semillas el proceso es más lento y empieza a florecer al tercer año. La mejor forma de propagar el chilco es mediante estacas apicales o subapicales: en verano, en cama fría, en arena, con hormonas enraizantes; en invierno por estacas plantadas directamente al suelo. Requiere suelos húmedos, neutros o ácidos, ricos en materia orgánica pero con buen drenaje y humedad atmosférica. Prefiere luminosidad media y crece mejor en semisombra o donde reciba sol por la mañana. Necesita riego mediano a abundante. El chilco se cultiva como arbusto ornamental por sus vistosas flores, y por su capacidad de rebrotar con fuerza después de la poda, produciendo así una gran cantidad de ramas nuevas que florecen a la llegada del verano.



Fuchsia coccinea Curtis. *The Botanical Magazine*, 1789

US Department of Agriculture.

<http://www.nal.usda.gov/curtis/97jpg.shtml>



Dibujo de *Fuchsia magellanica* (Sierra Rafols)¹.

¹En Muñoz (1966).



Rama florida (original S. Teillier).

<http://www.chlorischile.cl/cursoonline/guia12/fig13y14.htm>



Flores y frutos.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Fuchsia_magellanica.jpg

Hábito natural



Fuchsia lycioides, palo de yegua, flores y gotas de lluvia.

<http://www.ecolyoma.cl/galeria/displayimage.php?album=33&pos=26>

23. CHILCO / FUCSIA (*Fuchsia magellanica*), hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: menstruaciones escasas o ausentes, dolores menstruales; disminuye la fiebre y aumenta el flujo de orina.

Se usa en decocción o cocimiento, la que se prepara con 1 cucharada de planta para 1 litro de agua, hervir 5 minutos y dejar reposar: beber 1 taza 2-3 veces al día.

Efectos: diurético¹, emenagogo², febrífugo³.

Precauciones: no administrar durante el embarazo.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto diurético tiene alguna evidencia científica.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

2. Estimula o favorece el flujo menstrual.

3. Baja la fiebre.

Chinita / Caléndula

Calendula officinalis L.

Nombres vernáculos: chinita, caléndula, mercadela (México), maravilla (España).

Descripción: hierba anual o bianual de 30 - 50 cm de altura, con vello fino y suave. Hojas en forma de espátulas, de 5 - 10 cm de longitud, de bordes lisos o ligeramente dentados. Capítulos terminales simples, amarillo-anaranjadas, de 5 - 10 cm de diámetro. Fruto pequeño, seco y algo espinoso.

Farmacodinamia: planta utilizada ampliamente por sus propiedades antiinflamatorias, antiespasmódicas, emenagogas, colagogas, sedativas, sudoríficas, cicatrizante vulnerarias, y bactericidas. En medicina popular se utilizan las flores frescas o secas, en infusión por vía oral, en el tratamiento de diversas afecciones digestivas (dolor de estómago, úlceras gástricas, gastritis, colitis, malestares hepáticos) y para regular la menstruación. Externamente la decocción, tintura o pomada se emplean en el tratamiento de escaras, úlceras varicosas, erupciones cutáneas, dermatitis de pañal, infecciones vaginales por hongos, eczemas, etc.

Presentación comercial: en el comercio se encuentran varios productos de caléndula (tintura antimicótica, pomada para tratar heridas y erosiones infectadas, óvulos indicados como antiséptico vaginal, talco calendulado para uso en lactantes).

Interés agronómico: la caléndula es originaria de Egipto y del sur de Europa y se cultiva ampliamente con fines ornamentales y medicinales. Crece en climas templados y, aunque resiste bien heladas y sequías, requiere lugares soleados para su óptimo desarrollo. La multiplicación se hace por semillas, manual o mecánicamente, directamente sobre el terreno de cultivo. En zonas de invierno poco riguroso la mejor época para sembrar es otoño (incluso primavera), ya que permite iniciar tempranamente la cosecha y obtener más flores, las cuales se colocan en capas delgadas y se secan rápidamente en secadero, o lentamente a la sombra en cobertizos bien ventilados. Si el mercado requiere sólo pétalos secos, éstas son removidos después del secado.



Calendula officinalis L. Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-024.jpg>



Calendula officinalis L.

<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa03.htm>

Hábito natural

La caléndula es una planta que se utiliza en la región mediterránea desde la época de los antiguos griegos, aunque con anterioridad ya era conocida por los hindúes y los árabes por sus cualidades terapéuticas como una hierba medicinal, así como un tinte para telas, productos de alimentación y cosméticos. También se utiliza en cosmética para cremas hidratantes.



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Calendula_officinalis3.jpg

24. CHINITA / CALÉNDULA (*Calendula officinalis*), flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: problemas digestivos (dolores de estómago, úlceras, gastritis, colitis, padecimientos hepáticos); regula la función menstrual.

La infusión se prepara con 1 cucharada de flores frescas o secas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: en afecciones de la piel (úlceras, heridas infectadas, dermatitis de pañal, eczemas); hemorroides; infecciones vaginales por hongos.

Usar la misma infusión en lavados y compresas; también se puede usar la tintura y la pomada.

Efectos: antiespasmódico¹, antibacteriano², emenagogo³, digestivo, cicatrizante, anti-inflamatorio.

Precauciones: no se aconseja su empleo oral durante el embarazo, lactancia o niños menores de 10 años sin supervisión médica.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio

Otros antecedentes: sus efectos antibacteriano, cicatrizante y anti-inflamatorio de uso externo tiene alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

3. Estimula o favorece el flujo menstrual.

Cochayuyo / Ulte

Durvillea antarctica (Chamisso) Hariot

Nombres vernáculos: cochayuyo, ulte, cochahuasca, coyofe (Mapundungún)

Descripción: alga de hasta 15 m de largo, de color pardo verdoso o pardo amarillento, de superficie lisa y consistencia carnosa, que crece adherida por un ancho disco a las rocas sumergidas en el mar. Las frondas se originan de un estipe redondo, corto; son laminares, gruesas y coriáceas, de 3 a 12 cm de ancho, se dividen en segmentos delgados, que forman látigos de distinta longitud.

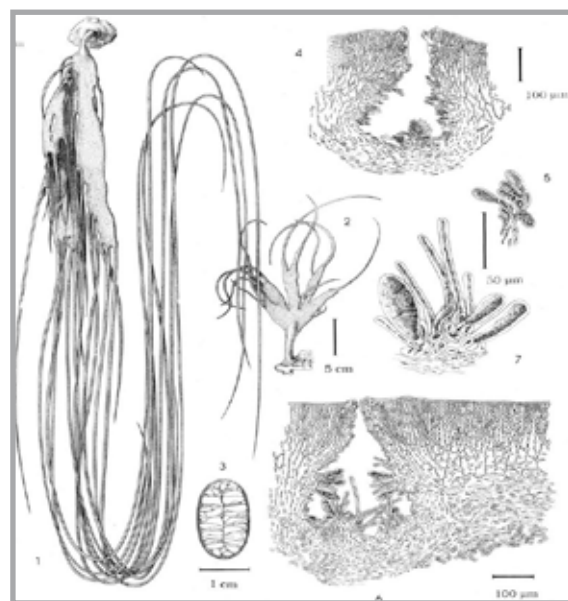
Se le conoce mayormente como “cochayuyo”, un término quechua que significa “nabo de mar”; de la misma lengua es otro de los nombres que recibe “cochahuasca” (soga de mar); en mapudungún esta alga es “collofe” (tintura parda), y su parte más apreciada es el “huilte”, o “ulte” como lo conoce el grueso de la población chilena, el segmento de la planta que media entre el disco con que ella se adhiere a la roca y la ramificación del vegetal; ya viejo se llama “mengo” y entonces se pone duro y toma una coloración café oscura.

Farmacognosia: en las zonas donde su empleo como alimento es relevante, también lo son los usos medicinales consignados: afecciones reumáticas, respiratorias (tos y resfrío) y de la piel; úlceras estomacales, hipertensión, estreñimiento, inapetencia, obesidad, y mineralizador del organismo. El uso más importante del cochayuyo sigue siendo el comestible, pues su alto contenido de ácido algínico lo hace una muy buena fuente de fibra dietética. Sobre este aspecto varios trabajos señalan la buena digestibilidad de sus componentes y la utilidad del tipo de compuestos que lo integran, entre ellos las fibras, solubles e insolubles, que pueden constituirse en un buen aporte de fibra dietética para regímenes bajos en grasas y con un buen patrón de nutrientes, necesarios en el manejo de patologías cardiovasculares (arterioesclerosis, hipertensión), hepáticas (hígado graso), envejecimiento prematuro, metabólicas (diabetes, obesidad), etc. En las últimas décadas se han buscado otros usos para esta alga, como fertilizante. Recientemente se han puesto a la venta diversos preparados homeopáticos que incluyen cochayuyo en su composición, los que destacan el buen aporte de yodo que éste proporciona.



Durvillea Antarctica (cochayuyo).

<http://www.araucaria2000.cl/losambientes/cochayuyo.jpg>



Durvillea antarctica.

1. Talo de cochayuyo, 2. Ejemplar juvenil, 3. Corte por la fronda, 4. Corte por el conceptáculo masculino, 5. Anteridio, 6. Corte por el conceptáculo femenino, 7. Oogonios, uno de ellos con cuatro óvulos (original Hoffmann y Santelices) ¹.

¹Hofmann y Santelices (1997).

Presentación comercial: paquetes para uso comestible, comprimidos recomendados para el control de la obesidad y la hipertensión.

Acuicultura: el cochayuyo se distribuye desde la zona central del país hasta Tierra del Fuego. Sólo en condición de laboratorio se ha intentado su cultivo; de otro modo se cosecha el talo completo con el disco incluido. El continuo aumento de los niveles de extracción para satisfacer la exportación ha originado su desaparición en algunos sitios australes. Es una buena fuente de ácido algínico.

El cochayuyo destaca entre las algas por ser una de las que tiene la cantidad de yodo mejor equilibrada (evitar su ingestión en pacientes con hipertiroidismo, por su gran aporte en yodo). Es un alimento con alto contenido en fibra, formada por mucilagos y por ácido algínico, compuesto éste capaz de unirse a metales pesados contaminantes y a otros tóxicos que se hallan en nuestro interior, formando alginatos que facilitan su eliminación. Es también un reservorio de calcio, hierro, magnesio y manganeso; con valores superiores a alimentos como la leche, las lentejas o el hígado de pollo. Su aporte de proteínas es significativo, superior a los cereales tradicionales como maíz, trigo y arroz integral. Otros de sus nutrientes son fósforo, zinc y sodio (debe consumirse con moderación por personas hipertensas), potasio, ácido fólico y vitamina E.

Hábito natural



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:DSC05220.JPG>

25. COCHAYUYO / ULTE (*Durvillea Antarctica*), toda la planta.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: obesidad, colesterol alto, hipotiroidismo, hígado graso, hipertensión, diabetes mellitus.

El macerado se prepara dejando una cucharada de la planta seca y triturada en agua toda la noche: beber 1 taza en ayunas.

b) uso externo: elimina tumores escrofulosos (tumores blandos no cancerosos).

Se utiliza como cataplasma, sancochando una cucharada de planta seca y triturada en una taza de agua caliente, que después se machaca en un mortero.

La planta guisada (en ensalada u otro plato caliente) ayuda a combatir la obesidad por su alto aporte de fibra soluble e insoluble.

Efectos: depurativo¹, hipolipemiante², tónico tiroideo³.

Precauciones: en caso de hipertiroidismo limitar su ingesta.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

¹. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

². Baja el nivel de colesterol en la sangre.

³. Estimula la función de la glándula tiroides.

Contrayerba / Matagusanos / Dalal

Flaveria bidentis (L.) O. Kuntze

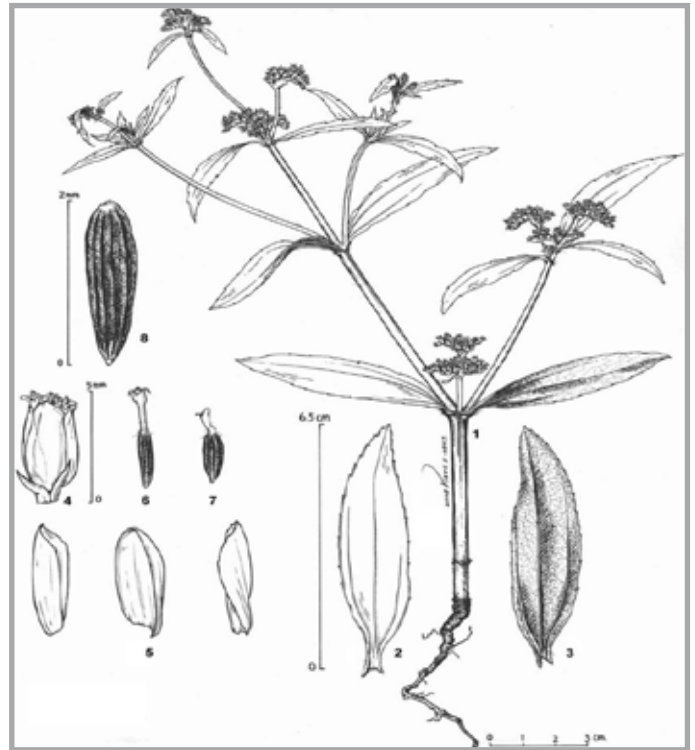
Nombres vernáculos: contrahierba, matagusanos, hierba hedionda; daudá, dasdaqui, dalal (Mapudungún).

Descripción: hierba anual, de 30-90 cm de altura, lisa. Hojas opuestas, lanceoladas o elípticas, márgenes aserradas, de 5 - 8 cm de long. por 1 - 3 cm de ancho. Capítulos sésiles, agrupados en cimas compactas. Flores amarillas, dimorfas, las centrales tubulosas, hermafroditas, de unos 4 - 5 mm de longitud. Aquenios negros, lisos, de 2-3 de longitud. Florece entre los meses de octubre a mayo.

Farmacodinamia: en medicina popular utiliza la infusión de las ramas como vermífugo y para tratar la indigestión, como sudorífero en estados febriles y como emenagogo; pero quizás su empleo más antiguo sea el que reporta Mösbach (1992): “la infusión limpia de gusanos y microbios las heridas putrefactas”, además de servir de “antídoto contra picaduras de los bichos venenosos”, según el mismo autor¹; actualmente se sigue utilizando en el tratamiento de heridas y úlceras, además de los usos antes señalados. Por su actividad anticoagulante los resultados de este estudio advierten sobre la necesidad de evitar el consumo de esta planta si se está bajo medicación con coagulantes. Los capítulos florales de contrahierba se utilizan para teñir de amarillo.

Presentación comercial: sólo uso rústico.

Interés agronómico: originaria de América tropical, actualmente una especie de amplia distribución en el continente americano; se encuentra desde los Estados Unidos de América hasta el sur de Chile; en nuestro país crece desde la provincia de Tarapacá hasta Concepción, principalmente en suelos fértiles. No es muy apreciada por los agricultores, quienes la consideran una maleza; es una planta frecuente y muy invasiva. En la Región Metropolitana se la encuentra de preferencia en los cerros de Chena, Batuco y cajón de Mallarauco, entre otros. En las últimas décadas, *Flaveria bidentis* ha recibido un notable desarrollo como planta fotosintetizadora tipo C4, en medios de cultivo de tejidos *in vitro*.



Flaveria bidentis (L.) Kuntze Yen-Hsueh Tseng *et al.* (2008).
1: Hábito. 2: Hoja, haz. 3: Hoja, envés. 4: Capitulo. 5: Filarias.
6: Florete del disco. 7: Florete radiado. 8: Cipsela.

<http://www.tsps.org.tw/word/paper/2009227015715%E9%BB%83%E9%A0%82%E8%8F%8A.pdf>



Flaveria campestris.

J.R. Johnst. – alkali yellowtops FLCA.

http://plants.usda.gov/java/largeImage?imageID=flca_001_avd.tif

¹Mösbach (1992).



Flaveria trinervia.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Starr_010520-0020_Flaveria_trinervia.jpg

Hábito natural



<http://www.viarural.com.ar/viarural.com.ar/agricultura/aa-malezas/flaveria-bidentis-01.htm>

26. CONTRAYERBA / MATA GUSANOS / DALAL (*Flaveria bidentis*), ramas-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: parásitos intestinales; fiebre; menstruaciones escasas y dolorosas; estitiquez.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas y úlceras; contra veneno de animales e insectos.

La misma preparación sirve para lavar heridas.

Efectos: vermífugo¹, emenagogo², sudorífico³, laxante⁴

Precauciones: no administrar en caso de estar tomando anticoagulantes pues se podría potenciar el efecto anticoagulante del medicamento.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto vermífugo tiene alguna evidencia científica.

1. Elimina las lombrices intestinales

2. Estimula o favorece el flujo menstrual

3. Aumenta la transpiración.

4. Favorece la evacuación del vientre.

Culén

Otholobium glandulosum (L.) Grimes

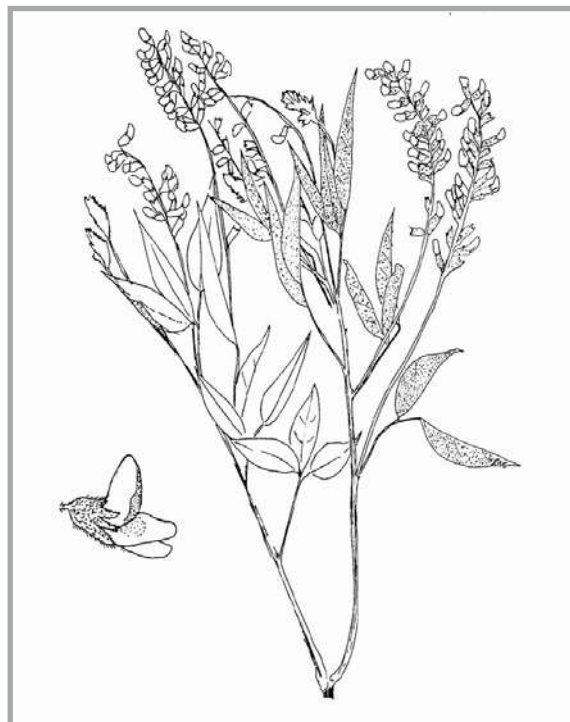
Nombres vernáculos: culén, trapilawen (Mapudungún).

Descripción: arbusto o árbol pequeño, de 2 a 5 m de altura, siempreverde. Ramas delgadas, vellosas, de corteza verdosa. Hojas caducas, aromáticas, compuestas de tres pequeñas hojas lanceoladas, de pecíolo largo. Flores: de color lila suave, reunidas en inflorescencia racimosa. El fruto es una legumbre con una sola semilla.

Farmacodinamia: reconocida y aprovechada ya en tiempos precoloniales como hierba medicinal por excelencia, el culén ha conservado esta fama hasta nuestros días. Diversos investigadores nacionales han manifestado interés en el estudio de sus propiedades respecto a leucemia linfocítica, sus efectos antibacterianos y actividad antipirética y antiinflamatoria. En medicina popular se utiliza toda la planta, pero en especial las hojas, para el tratamiento de afecciones gastrointestinales (dolor de estómago, empacho, indigestión, diarrea, disentería, estreñimiento, parásitos intestinales, inapetencia), calmar dolores de cabeza, tratar la diabetes, lavar heridas. También se usa en la preparación del “ponche de culén,” una bebida espirituosa tradicional que se elabora para celebrar Navidad y Año Nuevo: palitos frescos y descortezados de culén se hierven en agua, se cuelean, y con el líquido y azúcar se hace un almibar, al que se añade aguardiente una vez que está frío.

Presentación comercial: uso rústico principalmente. En farmacias se encuentran a la venta un té de cedrón compuesto, mezcla de hojas de naranjo, melisa, menta, cedrón, culén, mosquito y zarzamora, que se recomienda como sustituto del té o café; además una tintura indicada para casos de indigestión y enfriamiento.

Interés agronómico: el culén es una especie endémica y de amplia distribución en Chile. Abunda desde Coquimbo a Valdivia. Crece como maleza de preferencia en lugares húmedos y bastante soleados. Actualmente se cultiva por su valor ornamental, el que está dado por sus flores de color celeste y sus hojas trifoliadas verde oscuras. Se reproduce por semillas, las que antes de sembrar es necesario escarificar para lograr una buena germinación.



Hábito del culén, detalle de la flor.
(original RC Peña).



<http://www.chlorischile.cl/Leguminosas/imagenes/jm18b.GIF>

El culén se usa también como té, pero especialmente como ingrediente de dos bebidas típicas chilenas (ponche de culén y aloja de culén).



Rama con flores y hojas
(original de RC Peña).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Otholobium5.jpg>

Hábito natural



http://s218579220.mialojamiento.es/images/plantas/c/culen/psoralea_glandulosa.jpg

27. CULÉN (*otholobium glandulosum*), tallo-hojas-flores-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: dolor de estómago, empacho, indigestión, diarrea, inapetencia; diabetes mellitus.

La infusión se prepara con 1 cucharada de la planta para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas.

La misma infusión se usa para lavados locales (también puede usarse localmente jugo de hojas y hojas machacadas).

Efectos: antipirético¹, antibacteriano², vulnerario³, astringente⁴.

Precauciones: puede causar foto-sensibilidad en dosis altas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antibacteriano y antipirético tienen alguna evidencia científica.

1. Disminuye la fiebre corporal

2. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

3. Ayuda a cicatrizar heridas

4. Contrae y endurece los tejidos orgánicos

Diente de león / Amargón

Taraxacum officinale agg. Weber

Nombres vernáculos: diente de león, amargón.

Descripción: hierba siempreverde. Raíz subterránea vertical, cónica, larga y muy ramificada, de sabor agridulce. Hojas de sabor amargo, que salen de la raíz en roseta, de márgenes profundamente dentados, de tamaño muy variable, de unos 5 - 30 cm de largo por 1 - 5 cm de ancho. Flores solitarias con tallo igual o algo más largos que las hojas, amarillas, hermafroditas. Fruto cilíndrico y seco.

Farmacognosia: la droga está constituida por la raíz de la planta.

Farmacodinamia: para trastornos del flujo biliar, estimulación de la diuresis, pérdida de apetito y dispepsia. En nuestro país se utiliza popularmente para tratar todo tipo de padecimientos hepáticos y de las vías biliares, usándose todas las partes de la planta, fresca o seca, en infusión.

Presentación comercial: en farmacias se encuentran a la venta varios preparados que contienen *T. officinalis*, una mezcla de extractos hidroalcohólicos de alcachofa, boldo, hinojo y diente de león, indicada como estimulante hepático con débil efecto laxante.



Taraxacum officinale, Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-135.jpg>



Etapas de maduración del diente de león, desde el capítulo hasta la liberación de los frutos con vilanos.

a) http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Taraxacum_2005_spring_001.jpg

b) <http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Maskrosboll.jpg>

c) http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Paardebloem_zaadpluis.jpg



Cilenšek (1892).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Nsr-slika-431.png>

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Taraxacum_plant.jpg

Aspectos agronómicos: el diente de león es una de las plantas silvestres más conocidas. Originaria de Europa y Asia, se encuentra difundida actualmente en todo el mundo. Crece en suelos ricos en nitrógeno, praderas, terrenos baldíos, hasta los 2000 metros de altura. La investigación sobre esta planta se ha centrado más en su erradicación que en su cultivo. Sin embargo, en algunos países, sobre todo europeos, se cultiva por el valor medicinal de las raíces, de las que se elaboran preparaciones farmacéuticas y alimenticias (café de *Taraxacum*, por ejemplo); también se siembra con fines culinarios: las hojas levemente amargas son muy apreciadas para comer crudas en ensaladas.

Se multiplica por división de matas, o por semillas; este segundo método de propagación se emplea para obtener plantas con una mayor cantidad de hojas de buena calidad como alimento. Es una planta muy resistente a las plagas y enfermedades

28. DIENTE DE LEÓN / AMARGÓN (*Taraxacum officinale*), raíz-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: en trastornos de las vías biliares y padecimientos hepáticos, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsia), pérdida del apetito; diurético; reumatismo.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día. Para las raíces hacer una decocción, hirviendo 1 cucharada por 10 minutos.

Efectos: diurético¹, estimulante del apetito, digestivo.

Precauciones: no administrar en caso de obstrucción de la vía biliar (ictericia).

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

Enebro

Juniperus communis L.

Nombres vernáculos: enebro, junípero.

Descripción: arbusto o árbol perenne, de 4 - 10 m, muy ramificado, con tendencia a echarse, a veces erecto. Corteza marrón, fibrosa, exfoliándose en tiras delgadas; ramillas de 5-10 mm de diám., lisas, las mayores en tiras o placas. Ramas abiertas o ascendentes; ramillas erectas, cilíndricas. Hojas verdes pero a veces aparecen plateadas cuando están claras, cortas y punzantes. Sus frutos, las enebrinas, son unas bolitas de 6 a 13 mm, de color verde el primer año y negro azulado en el segundo, resinosos y lignificados, carnosos, dulces al sabor y con cierto aroma que recuerda la canela; en su interior se encuentran 2-3 semillas de 4 - 5 mm de longitud, que maduran al segundo año.

Farmacognosia: la droga oficial es el fruto del enebro.

Farmacodinamia: planta utilizada desde la antigüedad por griegos y árabes, el enebro ha sido empleado durante muchos siglos principalmente como especie aromatizante de bebidas y alimentos. Desde el punto de vista medicinal, los componentes del aceite esencial le confieren propiedades diuréticas eliminadoras del ácido úrico, digestivas, carminativas, antisépticas de las vías urinarias y respiratorias, expectorantes. Se utiliza la infusión de las "bayas" de enebro en afecciones tales como cistitis, uretritis, cálculos renales y de la vejiga, gota, edemas, bronquitis, faringitis, rinitis, sinusitis; en forma local, en inflamaciones producidas por reumatismo y artritis, neuralgias postherpéticas, dolores musculares, micosis. En los países centroeuropeos las bayas se utilizan para condimentar coles fermentadas, carnes (ahumadas, en conservas), verduras, salsas, sopas, etc; también para aromatizar ginebras (gin) y elaborar miel.

Precauciones: no utilizar en el embarazo ni en la insuficiencia renal; el enebro puede potenciar el efecto de fármacos hipoglucemiantes y diuréticos.



Juniperus communis L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-082.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pe02.htm>

Presentación comercial: se venden las bayas en bolsitas para uso doméstico; en farmacias se encuentran una emulsión que contiene alquitrán de junípero, pino y hulla, aceite de aráquida y alcohol olefíco, señalado como antiseborreico; un extracto alcohólico de las bayas recomendado como diurético, y de utilidad en hinchazón de piernas y retención de líquidos; también una presentación en tabletas.

Aspectos agronómicos: el enebro es una especie vegetal de origen mediterráneo y su habitat comprende el norte de África, toda Europa y la parte noroccidental del Himalaya. En Chile las bayas de enebro se importan como insumo de farmacias. La planta a raíz desnuda se puede comprar en algunos viveros donde la ofrecen como especie de ornato.

Hábito natural



Juníperos delante de un cultivo de pinos.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Jalowiec_grp2.jpg

29. ENEBRO (*Juniperus communis*), frutos (bayas).

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: cistitis, uretritis, cálculos renales y de la vejiga; gota e hinchazón (edema); bronquitis, faringitis, dispepsia, mal aliento.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: reumatismo, artritis, neuralgias post-herpéticas, dolores musculares, micosis.

La decocción (cocimiento) se prepara hirviendo 1 cucharada del vegetal en 1 litro de agua durante 10 minutos: usar mediante lavados y compresas.

Efectos: antineurálgico¹, antiséptico² de vías urinarias y respiratorias, aperitivo³, carminativo⁴, diurético⁵, expectorante⁶

Precauciones: no administrar durante el embarazo ni a pacientes con insuficiencia renal; puede aumentar el efecto de fármacos hipoglucemiantes y diuréticos; puede disminuir el efecto de anticoagulantes orales.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Disminuye el dolor producido por la inflamación de un nervio (neuralgia)

2. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

3. Estimula el apetito.

4. Previene y favorece la expulsión de gases en estómago e intestinos.

5. Promueve y aumenta la producción de orina.

6. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

Espuela de galán / Capuchina

Tropaeolum majus L.

Nombres vernáculos: capuchina, espuela de galán, mastuerzo.

Descripción: hierba voluble o postrada, de 0,50-1 m de altura, liza. Raíz fibrosa. Hojas con estípulas, pequeñas, caducas; lóbulos poco profundos, redondeados. Flores con pedúnculos mayores que las hojas. Cáliz campanulado, amarillento, de 1,2 - 1,7 cm de largo, espolón de 2-3 cm de long., recto o curvado, angostamente cónico. Corola de pétalos desiguales, amarillo-anaranjados, los 2 superiores obovados o espatulados con manchas rojas, los 3 inferiores largamente unguiculados. El fruto es una cápsula trilobulada cuyas semillas tienen un aspecto rugoso.

Farmacognosia: planta de jardín muy conocida. Procede del Perú y fue introducida en España en el siglo XVI. La población autóctona la empleaba para curar heridas. Su actividad antibiótica fue observada tempranamente. En medicina popular se utiliza el cocimiento caliente de flores y ramas, en forma de compresas y baños, para tratar afecciones de la piel y lavar heridas; esta misma preparación se administra oralmente para combatir afecciones bronquiales y de las vías urinarias; para estos mismos fines también se suele usar el jugo fresco de la planta.

Presentación comercial: uso doméstico principalmente. En el comercio se encuentra a la venta una mezcla de tinturas de caléndula, mastuerzo y *Achillea millefolium*, indicada para la fragilidad capilar y el sangramiento nasal.

Antecedentes agronómicos: la capuchina se propaga por semillas; la mejor época para sembrarla es a finales de primavera; se debe regar en pequeñas cantidades. En general, es una planta muy agradecida ya que se adapta a cualquier tipo de suelo, crece bien en macetas y no requiere excesivos cuidados. Las hojas, flores y los tallos son comestibles; en su lugar de origen se consumen en ensaladas.



Tropaeolum majus L., Holtzbecker (1649-1659).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Gc1_tropaeolum_majus.jpg



Tropaeolum speciosum.

<http://www.chlorischile.cl/sierra/tropaeolum.htm>

Conservación: Es una planta nativa del Perú. Se cultiva con fines ornamentales, aunque también se la encuentra en forma silvestre; crece en las provincias de Aconcagua, Valparaíso, Santiago, Concepción y archipiélago Juan Fernández.



Vista lateral mostrando el espolón.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Side_view_of_tropaeolum_majus.jpg

Hábito natural



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:%ED%95%9C%EB%A0%A8.JPG>

30. ESPUELA DE GALÁN / CAPUCHINA (*Tropaeolum majus*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: estados gripales, inflamación de garganta; infección urinaria.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas y lesiones de la piel, caída del cabello, moretones.

La misma preparación se emplea para lavados. La hoja fresca machacada se usa como cataplasma en hematomas y moretones.

Efectos: antibacteriano¹, emoliente², anti-inflamatorio.

Precauciones: no administrar en casos de gastritis, úlcera estomacal, embarazo, lactancia, insuficiencia renal o cardíaca, hipotiroidismo. Las semillas son tóxicas, evitar su administración oral.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antibacteriano tiene alguna evidencia científica.

¹. Impide el desarrollo de bacterias.

². Ablanda o suaviza la piel.

Eucalipto / Eucaliptus

Eucalyptus globulus Labill

Nombres vernáculos: eucalipto, eucaliptus, eucalipto goma azul, pikano (Rapa Nui).

Descripción: árbol siempreverde de gran porte (hasta 60 m), con un tronco retorcido, liso o con flecos. Las hojas persistentes cubiertas por glándulas oleíferas: las juveniles, verdes claras, opuestas, sésiles, dispuestas sobre ramitas cuadrangulares; las adultas, alternas, pecioladas, oscuras, lanceoladas, de 10 a 20 cm de largo. Flores blancas, solitarias. Fruto cónico, truncado de 2 a 3 cm de diámetro, lignificado, rugoso, verde claro con el borde superior saliente, redondeado y con las valvas poco notables.

Farmacognosia: la droga de Farmacopea está constituida por la hoja adulta y seca de *E. globulus* Labill.

Usos: la infusión de las hojas adultas de esta planta se emplea en afecciones respiratorias de diversa índole: bronquitis, asma, faringitis, amigdalitis, gripes y resfriados; también para el control de la diabetes, cistitis y vaginitis (en forma oral o duchas locales), y dermatitis de cualquier origen. En los casos de males respiratorios es común utilizar esta planta en forma de “vahos” (vaporizaciones).

Farmacodinamia: tiene propiedades hipoglucemiantes, además de capacidad inhibitoria de gérmenes patógenos, lo cual justifica su uso como antiséptico de las vías respiratorias y urinarias.

Contraindicaciones: no se recomienda administrar durante el embarazo y lactancia, ni a niños menores de dos años.

Presentación comercial: a granel y en algunas mezclas antidiabéticas, jarabes para el resfrío y la tos, y como descongestionante tópico.

Interés agronómico: el eucalipto es un árbol oriundo de Tasmania y Australia; introducido posteriormente en la región mediterránea y países subtropicales, cuenta en la actualidad con más de 500 especies. Es poco exigente en suelos. Se propaga por semillas en almácigos con tierra, arena y ceniza, humedecidos en forma constante; tardan en germinar entre 1 y 2



Eucalyptus globulus Labill, Köhler (1887).

<http://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Koeh-147.jpg>



Frutos.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Starr_050818-4120_Eucalyptus_globulus.jpg

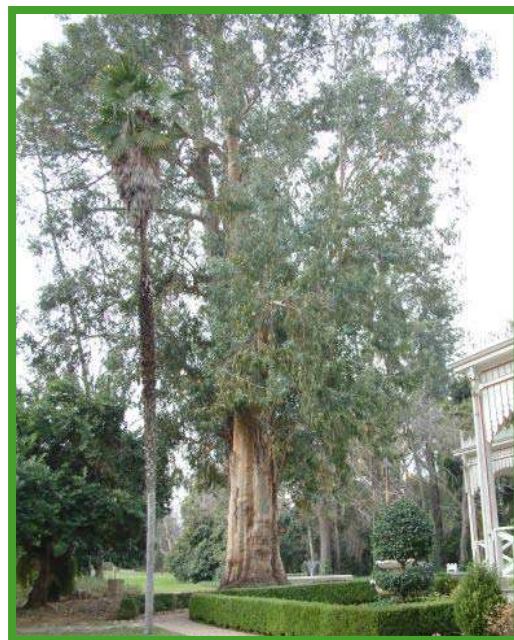
semanas; cuando tienen 2-4 pares de hojas se pasan a bolsas, se dejan unos días (2-3) a la sombra y luego al sol por 2 – 6 meses; pasado este tiempo se hace la siembra definitiva a pleno sol, a una distancia de 2-3 metros. Es una planta bastante resistente a las plagas. Las hojas adultas se colectan en cualquier época y se secan a la sombra; se guardan a temperatura ambiente en envases cerrados, sacos o costales protegidos de la luz y humedad.



Flores.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Eucalyptus_flowers02.jpg /

Hábito natural



<http://www.rogerstreesandshrubs.com/gallery/DisplayBlock.asp?bid=10137&gid=&source=gallerydefault>

31. EUCALIPTO / EUCALIPTUS (*Eucalyptus globulus*), hojas adultas largas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones de vías respiratorias altas tales como catarro, resfrío, faringitis o inflamación de amígdalas, bronquitis, gripe y asma; diabetes mellitus no insulino requirente (tipo II).

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida; beber 1 taza 3 veces en el día. En enfermedades respiratorias se puede endulzar con miel.

Para vahos (inhalaciones) preparar una decocción o cocimiento: 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua, calentar hasta la ebullición y luego inhalar varias veces mientras el vapor se desprende.

b) uso externo: rinitis, cistitis, vaginitis.

La misma infusión para uso externo en lavados.

Efectos: antiséptico¹, expectorante², febrífugo³, hipoglicemiante⁴.

Precauciones: no administrar durante embarazo y lactancia, ni a niños menores de dos años. Puede disminuir los efectos de fenobarbital, sedantes, antiepilépticos y analgésicos. No debe ser usado en dosis alta por personas con presión sanguínea baja. Los efectos secundarios más comunes son náusea, vómitos, diarrea, bronco espasmo, cefalea.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antiséptico tiene alguna evidencia científica.

1. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

2. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

3. Baja la fiebre.

4. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

Fenogreco

Trigonella foenum-graecum L.

Nombres vernáculos: fenogreco, alholva, trigonella.

Descripción: hierba anual de 10 – 50 cm de alto, de tallo erguido, redondeado, de olor característico fuerte y persistente. Hojas abundantes, erguidas, verde brillante. Flores blanco-amarillentas, hermafroditas. Fruto en vaina, de 8 - 10 cm de largo, erguido, terminado en punta aguda. Semillas 10 - 20, con un canalículo diagonal, con fuerte olor.

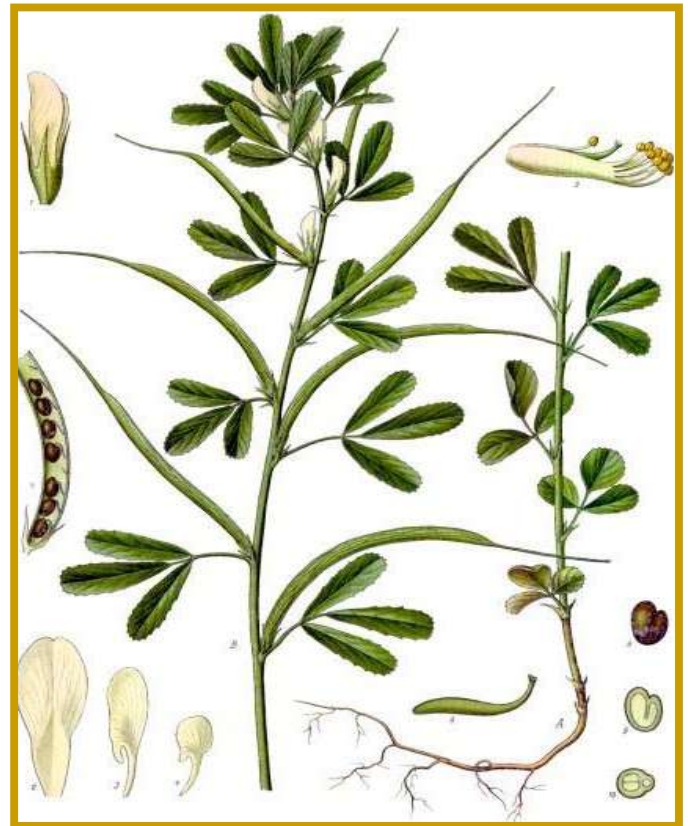
Farmacognosia: la parte utilizada son las semillas; popularmente también se emplean las hojas frescas.

Uso medicinal: las semillas molidas se emplean en infusión como reconstituyente durante la convalecencia, calmante de la tos y estimulante de la producción de leche materna. La infusión se prepara en la proporción de 0.5-5 gramos de polvo por ¼ litro de agua, para tomar dos o tres veces al día. Su desagradable olor y sabor, algo amargo, puede ser enmascarado si se añaden algunas hojitas de menta o de naranja. En aplicaciones externas las semillas molidas sirven para la preparación de cataplasmas calientes que se aplican sobre hinchazones, úlceras, moretones, dolores lumbares, etc. La infusión tiene propiedades hipoglucemiantes e hipolipemiantes.

Uso culinario: por sus cualidades aromáticas se emplea como especia en la cocina de algunos países, tanto las hojas como las semillas, éstas a veces ligeramente tostadas. En algunos países orientales (Irán, Tailandia y otros) sus hojas verdes se comen en ensaladas.

Presentación comercial: uso rústico solamente.

Antecedentes agronómicos: el fenogreco es originario de Europa y Asia meridional, y tiene una amplia distribución en otros países. Se le puede encontrar en forma silvestre aunque también es cultivado como planta forrajera, sobre todo en el centro y sur de Europa; y como especie en Oriente medio, India, Rusia, países balcánicos, China y Marruecos. Es una planta de rápido crecimiento. Se reproduce por semillas que se siembran directamente al suelo en surcos. La germinación ocurre a los 4-10 días, crece a pleno sol, florece a los 30-37 días, las vainas maduran en 60-90 días. Puede ser atacada por pudrición de raíz, diversos mohos y otras plagas. Cuando la vaina



Trigonella foenum-graecum L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-273.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pa19.htm>

está seca se procede a arrancar toda la planta y se deja secar al sol; después se aporrea para desprender las semillas, se ciernen y se continúa el secado al sol. Se almacenan en lugar seco.



Follaje.

<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/fenogreco.shtml>

Hábito natural



www.vupt.cz/fenugreek-trigonella-foenumgraecum

32. FENOGRECO (*Trigonella foenum-graecum*), semillas molidas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: para calmar la tos; estimular la producción de leche materna; reconstituyente durante la convalecencia; antidiabético no insulino-dependiente.

La infusión se prepara con 1 cucharada de la semilla en 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día. Se puede usar directamente, colocando una punta de cuchillo de mesa de semilla molida en la lengua, tragándola con un vaso de agua.

b) uso externo: inflamaciones, moretones, dolores lumbares.

Se usa en emplastos: 1 cucharada de semilla hervida durante 5 minutos, se aplica en caliente. Otro uso local es usar 2 cucharadas rasas de semillas mezcladas con 1 clara de huevo: aplicar directamente en la zona y reemplazar cuando se desprende.

Efectos: emoliente¹, galactógeno², tónico³, hipoglicemiante⁴, expectorante⁵, anti-inflamatorio.

Precauciones: no administrar por vía oral durante el embarazo.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Ablanda o suaviza la piel.

2. Aumenta la secreción de leche materna.

3. Estimulante y reconstituyente.

4. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

5. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas

Frángula

Rhamnus frangula L.

Nombres comunes: frángula, avellanillo, arraclán (España).

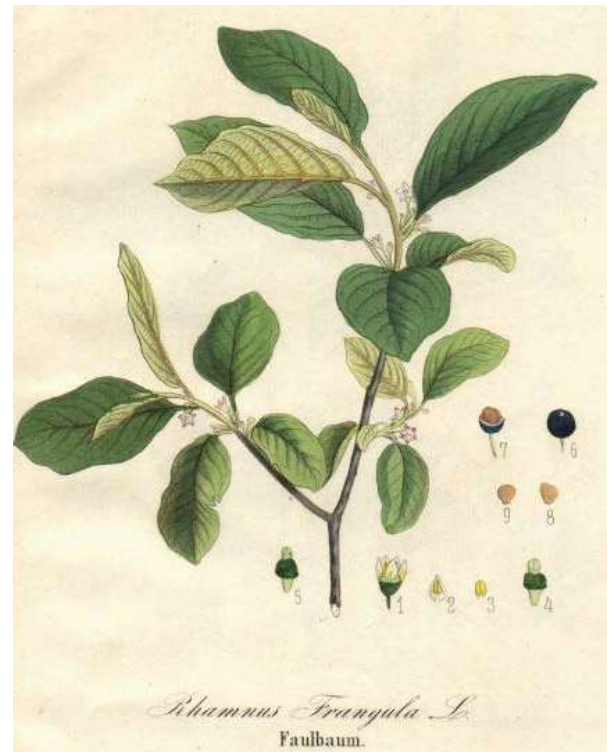
Descripción: arbusto de ramas finas, de 4 a 5 m de altura, de corteza color rojizo oscuro y más tarde gris negruzco, salpicado de pequeñas manchas blanquecinas. Hojas alternas, enteras y elípticas, se caen en otoño. Color de las flores varía de blanco a rosado. Frutos carnosos, de carozo duro, inicialmente verdes, pasando de rojo a negro brillante cuando maduran.

Farmacodinamia: en medicina popular se utiliza como laxante, sobre todo en casos de estreñimiento crónico; los vendedores de plantas medicinales comentan que las mujeres son quienes hacen uso de este recurso con más frecuencia.

Se trata de un laxante eficaz pero más suave que el Sen y el Aloe.

Presentación comercial: además de la venta en yerberías y mercados, en farmacias se puede encontrar un té compuesto recomendado como laxante, que contiene sen, corontillo y frángula; también comprimidos de extractos secos de frángula, alfalfa, avena y papaya, recomendados como laxante en casos de obesidad asociados a digestión difícil.

Antecedentes agronómicos: planta nativa de Asia y Norte de África, que abunda en casi toda Europa, más tarde introducida en la zona oriental de Estados Unidos. En su lugar de origen crece bien en suelos arenosos, algo limosos, o con un alto contenido de arcilla. Prefiere lugares húmedos, cerca de arroyos y charcas, semi-umbríos (matorrales malos), donde llega a formar bosquecillos enteros. En Chile se importa como insumo farmacéutico.



Rhamnus frangula L., Dietrich (1831).

<http://herba.msu.ru/pictures/Dietrich/pages/607.htm>



Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-120.jpg>

Hábito natural



Ramas con frutos.

http://es.wikipedia.org/wiki/Rhamnus_frangula



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Frangula_alnus_NRM.jpg

33. FRÁNGULA (*Rhamnus frangula*), corteza.

PROPIEDADES

Uso tradicional: en estreñimiento.

La decocción se prepara con 5-10 gramos de corteza (1 cucharada de corteza triturada) para 1 litro de agua; hervir durante 15 minutos, dejar reposar dos horas. Tomar por la noche, antes de dormir, 1 a 2 tazas del preparado.

Efectos: laxante¹ suave

Precauciones: no administrar durante el embarazo, a los niños menores de 10 años ni cuando existen dolores abdominales, obstrucción intestinal, náuseas y vómitos. No administrar en pacientes con enfermedad de Crohn, colitis ulcerativa y síndrome de colon irritable. No ingerir los frutos pues son tóxicos. Como todo laxante no utilizar en tratamientos por más de 1 a 2 semanas. No administrar junto a medicamentos de acción cardiovascular.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto laxante está avalado por estudios clínicos.

¹. Favorece la evacuación del vientre.

Fumaria

Fumaria officinalis L.

Nombre vernáculo: fumaria

Descripción: planta herbácea anual de 15 - 70 cm de altura; tallo erecto, ramificado; hojas de aprox. 1cm de largo, verdes grisáceas, muy divididas en segmentos lineares; flores tubulares de color púrpura o granate, agrupadas en racimos de hasta 7 cm de largo, que hacen su aparición desde mediados de verano hasta fines de otoño. El fruto es un aquenio de especto globular.

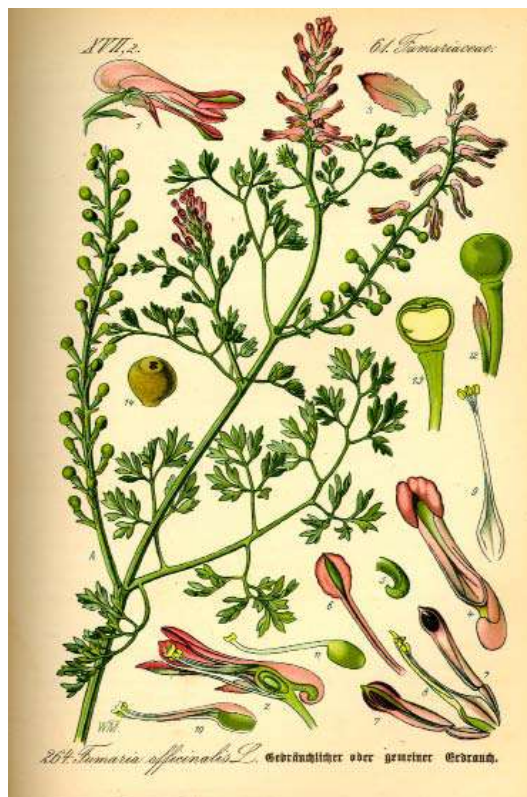
Farmacognosia: se emplean las partes aéreas floridas y secas de la planta. Popularmente es usada como depurativo, para combatir las impurezas de la sangre y afecciones de la piel (urticaria, eczemas, granos, herpes), y como aperitivo, por sus propiedades espasmolíticas y descongestionante de las vías biliares.

El mismo Galeno (el médico griego más importante de la Antigüedad después de Hipócrates) la recomendaba para tratar las obstrucciones del hígado y las afecciones hepáticas en general.

Recomendaciones: la presencia de alcaloides hacen desaconsejable su empleo durante la niñez, embarazo y lactancia. No se debe administrar a pacientes con glaucoma y trastornos importantes de la presión arterial.

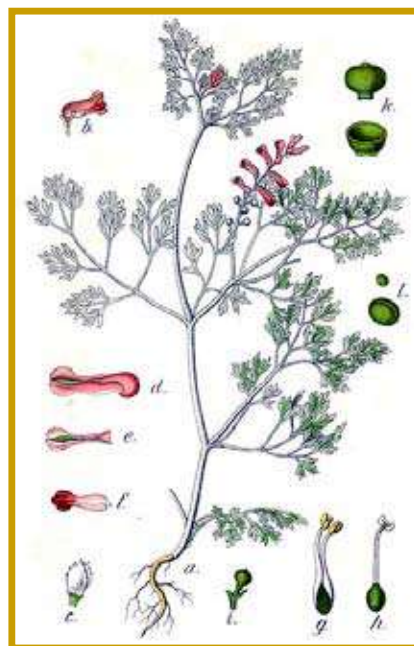
Presentación comercial: sólo uso rústico.

Aspectos agronómicos: la fumaria es una planta de origen europeo naturalizada en nuestro país. Crece silvestre sobre terrenos abandonados, jardines, viñedos, sobre suelos arcillosos y bien nitrificados. Se colecta cuando está en plena floración; se corta toda la planta a ras del suelo y se seca en capas finas, sin manipulaciones superfluas, o en paquetes en algún lugar aireado. La temperatura óptima de secado es de 35° C. Una vez seca la planta se debe conservar en recipientes herméticos.



Fumaria officinalis L. Thomé (1885).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Illustration_Fumaria_officinalis0.jpg



Sturm (1796) Lámina 46.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Fumaria_officinalis_Sturm46.jpg

Detalles de la flor.



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Fumaria_officinalis01.jpg



http://luirig.altervista.org/photos/f/fumaria_officinalis.htm

Hábito natural



(original RC Peña).

34. FUMARIA (*Fumaria officinalis*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: en trastornos hepatobiliares; enfermedades de la piel (en este caso también se bebe la infusión).

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas y/o flores para 1 litro agua hirviendo: beber 1 taza 2 a 3 veces al día.

b) uso externo: en afecciones de la piel (urticaria, eccemas, granos y herpes).

Se lava la zona afectada con la misma infusión.

Efectos: antiespasmódico¹, depurativo², cicatrizante.

Precauciones: no administrar durante el embarazo, lactancia ni a niños menores de 10 años. No administrar a pacientes con glaucoma, hipertensión arterial y arritmias cardíacas. No ingerir la infusión demasiado concentrada.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antiespasmódico tiene alguna evidencia científica.

¹. Calma los retortijones estomacales.

². Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

Granado / Granada

Punica granatum L.

Nombre vernáculo: granado.

Descripción: árbol pequeño o arbusto leñoso densamente ramificado desde la base, que puede alcanzar hasta 6 - 7 m de altura si se deja crecer libremente. Ramas: presentan largas espinas pero no las ramillas. Hojas: oblongo-lanceoladas, de bordes enteros y coriáceos, de color verde oscuro brillante en su estado adulto. Flores: muy vistosas, hermafroditas, de color rojo encendido y brillante. Fruto: cuerpo grande subgloboso, de 5–10 cm de diámetro, pulpa blanca o rosada, pericarpio coriáceo, amargo y muy astringente. Semillas: de gran tamaño, están dentro de una envoltura transparente (“arilo”).

Farmacognosia: la materia médica son el pericarpio seco del fruto, la corteza y la raíz. La corteza se presenta en pedazos pequeños, con fisuras planas en su superficie. La corteza de la raíz es rugosa, con cicatrices en la parte donde ha caído el corcho.

Farmacodinamia: las sustancias contenidas en la cáscara del fruto tienen la capacidad de presentar actividad astringente; la decocción se utiliza en el tratamiento de diarreas, estomatitis, faringitis, vaginitis, y en afecciones virales como el herpes zoster. Por su contenido en alcaloides con actividad antihelmíntica, la corteza en decocción se emplea para eliminar la tenia (“lombriz solitaria”). El contenido en fenoles le da al jugo de granada propiedades antioxidantes. La granada es oficial en algunos países, por lo que se le encuentra en varias Farmacopeas. La población chilena también utiliza la corteza de granada como estomacal (dispepsias, digestiones difíciles). Se recomienda no exceder las dosis terapéuticas ni el tiempo de tratamiento ya que su exceso puede provocar manifestaciones tóxicas: vértigo, disminución de la visión, debilidad y calambres en las piernas, temblores convulsivos.

Presentación comercial: de *Punica granatum* se comercializan preparados fitofarmacéuticos y homeopáticos; cápsulas de corteza de granada en polvo y carbón vegetal –en partes iguales- indicadas para tratar diarreas de cualquier etiología. Del jugo de la fruta se prepara un jarabe refrescante conocido como granadina.



Punica granatum L., Turpin (1835).

[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Grenadier_\(Turpin\).JPG](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Grenadier_(Turpin).JPG)



Frutos de granado partidos.

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pomegranate.jpg>

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pommegranate_tree01.JPG

Aspectos agronómicos: esta planta está considerada uno de los frutales de cultivo más antiguos del mundo, y las propiedades vermífugas de su corteza ya eran reconocidas por Dioscórides, hace más de 2000 años. Del género *Punica* es común encontrar una variedad ornamental (*Punica protopunica*), cultivada entre las Regiones I y IV y la Región Metropolitana, caracterizada por tener la flor de pétalos simples y el fruto de menor tamaño que el de la variedad comercial, *Punica granatum*, que se distingue por tener flores con pétalos dobles y un fruto de grandes dimensiones (entre 7 y 15 cm). Para su cultivo, esta planta requiere climas templados, secos, pero con buenas condiciones de humedad, y suelos arcillosos y calcáreos. Se multiplica por semillas, que tardan aprox. 30 días en germinar, o por esquejes de ramas jóvenes de 1 cm de diámetro, las que se deshojan y se entierran casi en su totalidad en bolsas de almácigo, donde enraízan rápidamente y en 6-9 meses ya están listas para ser trasplantadas. Para una buena producción es necesario podar a 1 m de altura y cosechar a los 3-4 años (la máxima cosecha se logra a los 10 años). Aunque es un arbusto resistente a las plagas, suele ser atacada por algunos insectos y hongos.

35. GRANADO / GRANADA (*Punica granatum*), cáscara-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: diarreas, dispepsias; faringitis; estomatitis; para eliminar la tenia (lombriz solitaria).

La decocción (cocimiento) se prepara con 1 cucharada de la corteza o cáscara para 1 litro de agua, hervir 5 minutos: beber 3-4 tazas en el día. Para expulsar la tenia tomar en ayunas, durante 3 días, una taza de decocción preparada con 2 cucharadas de planta.

b) uso externo: en vaginitis (lavados), amigdalitis (gargarismos), herpes zoster (compresas).

Usar la misma decocción (cocimiento).

Efectos: vermífugo¹, astringente², antiviral³, digestivo⁴.

Precauciones: no administrar durante el embarazo, lactancia y a menores de 5 años; no exceder las dosis terapéuticas ni el tiempo de tratamiento, ya que puede producir vértigo, disminución de la visión, debilidad, calambres en las piernas y temblores convulsivos. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Elimina las lombrices intestinales.

2. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

3. Combate la infección causada por virus.

4. Favorece la digestión.

Guayacán / Palo santo chileno

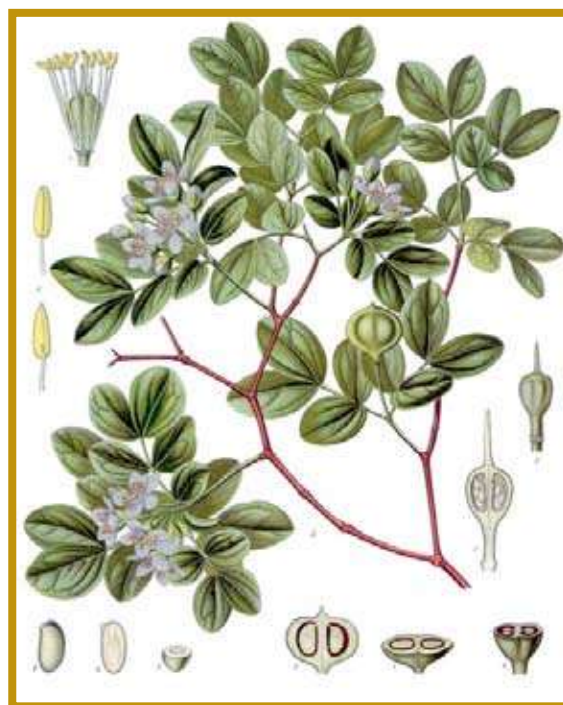
Porlieria chilensis Johnst.

Nombres vernáculos: guayacán, palo santo, huayacán.

Descripción: árbol pequeño o arbusto siempreverde, de hasta 3 m de altura. Ramas tortuosas, corteza gris cenicienta, tallos nuevos pubescentes. Hojas opuestas, compuestas, de 0,6 1,2 cm de largo. Flores hermafroditas, solitarias, axilares, pequeñas. Fruto en cápsula, parda o morado obscura, dividida en 4 lóbulos muy profundos, cada uno con varias semillas.

Farmacognosia: el nombre de esta planta deriva del apelativo de un árbol de las Antillas, (*Guayacum officinale* L.), denominado “guayacán” o “guayaco”, de larga tradición como especie medicinal; éste aparece consignado en nuestras dos primeras Farmacopeas Chilenas (1886 y 1905) con el nombre de “guayaco”, junto a *Porlieria hygrometrica*, designada como “guayacán”. Varios autores describen las propiedades medicinales de esta última (sudoríficas, estimulantes y balsámicas) similares a las del guayaco, e indican que sería la resina la responsable de tales efectos¹; en la provincia de Coquimbo se usaba la tintura preparada con la resina como sustituto de la de guayaco². Actualmente se emplea el cocimiento de los tallos leñosos de *Porlieria chilensis* para bajar la fiebre, y como depurativo para tratar afecciones reumáticas, renales; dolores lumbares, golpes, contusiones.

Aspectos agronómicos: el guayacán es una especie endémica de Chile según ciertos autores³, aunque según otros esta planta también crecía en Perú⁴. En nuestro país se la encuentra desde la provincia de Limarí, en la IV Región, hasta la de Colchagua en la VII Región, en laderas asoleadas de cerros, quebradas y valles del interior. Es una planta de crecimiento lento; florece entre septiembre y octubre. No existen antecedentes agronómicos sobre la reproducción de guayacán. *Porlieria chilensis* es una de las especies de nuestra flora actualmente afectada por problemas de conservación; los especialistas la han clasificado en la categoría de vulnerable, que incluye plantas cuyas poblaciones están disminuyendo por diferentes causas: sobreexplotación, destrucción del hábitat u otras alteraciones del medio ambiente.



Guayacum officinale L., Koehler (1887).

<http://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Koeh-069.jpg>



Detalle del follaje de *Porlieria chilensis*.

<http://www.chilebosque.cl/tree/porli.html>

¹.Muriillo A (1865) / Zin J y Weiss C (1980) - ².Ibáñez J (1947 -1948) - ³.Rodríguez et al. (1983) / Benoit (1989) - ⁴.Ruiz y Pavón (1794).



Detalle de una rama con frutos.

<http://www.chilebosque.cl/tree/porli.html>



Flor de *Guaiacum sanctum*.

http://es.wikipedia.org/wiki/Guaiacum_sanctum

Hábito natural



<http://www.ecolyma.cl/galeria/displayimage.hp?album=32&pos=35>

36. GUAYACÁN / PALO SANTO CHILENO (*Porlieria chilensis*), ramas-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales

a) uso interno: resfrío, afecciones renales y reumáticas; fiebre.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida; beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: dolores por golpes y contusiones.

La misma preparación para uso externo. Usar en forma de baños o cataplasmas.

Efectos: balsámico¹, depurativo², sudorífico³, antibacteriano⁴, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antibacteriano tiene alguna evidencia científica.

1. Modera la secreción bronquial.

2. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

3. Estimula la sudoración.

4. Impide el desarrollo de bacterias

Hierba de San Juan / Hipérico

Hypericum perforatum L.

Nombres vernáculos: hierba de San Juan, pericón, hipérico, hierba amarilla.

Descripción: hierba o arbusto siempreverde, liso, de raíces leñosas y ramificadas que dan origen a muchos tallos cilíndricos de color pardo pálido que pueden alcanzar hasta 1 m de alto. Hojas de las ramas superiores alargadas, de a pares, en las cuales se ubican glándulas de aceite esencial como puntos transparentes que lucen como perforaciones cuando se miran a contraluz (de ahí la denominación *perforatum*); las hojas de variedades no perforadas tienen manchas color óxido (como esta planta florece en el hemisferio norte a fines de junio, surgió la creencia popular que tales manchas eran las marcas de la sangre de San Juan Bautista). La savia de la planta es rojiza. Las flores son de color amarillo dorado, con cinco pétalos punteados de negro en los márgenes; los pétalos se ponen rojos al frotarlos debido al desprendimiento de un pigmento llamado hipericina. El fruto, una cápsula de tres celdas, contiene semillas pequeñas de color pardo oscuro. La planta posee un ligero olor a trementina. Florece a fines del verano.



Hypericum perforatum L., Thomé (1885).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Hypericum_perforatum_i01.jpg

Farmacognosia: está incluida en diversas Farmacopeas (francesa, alemana e inglesa).

Farmacodinamia: tres son los efectos mejor estudiados del hipérico, de acuerdo con la acción de sus principios activos (principalmente hipericina y pseudohipericina): actividad antidepresiva y antiviral, más capacidad fotosensibilizante. La hierba de San Juan también presenta propiedades antibacterianas.

Se recomienda para tratar estados depresivos, ansiedad, nerviosismo, dermatitis, lesiones cutáneas, quemaduras. En medicina popular la infusión se emplea para fortalecer los nervios en casos de agotamiento y depresión, como paliativo en el síndrome premenstrual y la menopausia, y anti-inflamatorio en afecciones estomacales (gastritis); externamente, se usa para lavar heridas y úlceras.

Contraindicaciones: no administrar a mujeres embarazadas y en período de lactancia, así como tampoco a menores de 12 años de edad. Varios de los compuestos activos de esta planta pueden producir



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/ph12.htm>

reacciones de hipersensibilidad o alergia, en cuyo caso debe discontinuarse el tratamiento y consultar al médico. Cuando se estén administrando estos preparados se debe evitar la exposición a la luz solar intensa, sin protección y por un período largo de tiempo, especialmente si la persona es de piel muy clara y sensible; también es recomendable que los pacientes disminuyan o eviten el consumo de alimentos ricos en tiramina (vino tinto, quesos fermentados, conservas en vinagre ej.: *pickles*), alcohol y medicamentos para la gripe y resfríos.

Presentación comercial: en el comercio se vende como hierba de agrado en filtros para infusión. Existen varias especialidades farmacéuticas (fitofármacos) a base de extracto titulado de hierba de San Juan.

Interés agronómico: el hipérico es una planta oriunda de Europa, Asia y África del Norte, e introducida en el país, donde crece desde la VI a la X Región, sobre todo en la precordillera andina; en las provincias del sur se la considera una maleza.

Hábito natural



VII Region, Pelarco, Libueno, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0301.htm>

37. HIERBA DE SAN JUAN / HIPÉRICO (*Hypericum perforatum*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: depresión, ansiedad, nerviosismo; malestares premenstruales y menopausia.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: afecciones de la piel (dermatitis, heridas pequeñas, úlceras e infecciones virales).

Usar la misma preparación para lavados en afecciones de la piel.

Efectos: antidepresivo¹ moderado, cicatrizante, antiviral tópico.

Precauciones: evite la exposición prolongada al sol mientras dura el tratamiento oral. Puede producir reacciones de hipersensibilidad o alergia, en cuyo caso debe discontinuarse el tratamiento y consultar al médico. Es recomendable que los pacientes disminuyan o eviten el consumo de alimentos ricos en tiramina (vino tinto, quesos fermentados, conservas en vinagre), y medicamentos para el resfríos. No se recomienda su uso conjuntamente con fluoxetina y antidepresivos tricíclicos, a menos que esté con control médico. Administrar con control médico a embarazadas, durante el periodo de lactancia y a menores de 12 años.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio

Otros antecedentes: su efecto anti-depresivo está avalado por estudios clínicos.

¹ Mejora el ánimo.

Hierba del paño

Verbascum thapsus L.

Nombres vernáculos: hierba del paño, hierba del parto, verbasco (Portugal).

Descripción: hierba bienal de 1,2 m de alto, vellosa, de coloración amarillento-verdosa. Tallo erecto, lanoso. Hojas en roseta, oblongo-lanceoladas o elípticas, con márgenes enteros o dentados, de hasta 30 cm de largo por 10 cm de ancho. En el segundo año aparece el tallo floral, con inflorescencia en fascículos densos y amarillos que forman una espiga. Semillas en forma de cono truncado, rugosas, de 1 mm de longitud.

Conservación: originaria de Europa y Asia, ha sido naturalizada en casi todas las regiones templadas. Observada en hábitat andino. Florece desde noviembre a febrero. En Chile se la encuentra entre las provincias de Coquimbo y Valdivia. En la Región Metropolitana crece de preferencia en Quinta Normal, quebrada del arrayán, quebrada Macul y cajón del Maipo, entre otras áreas; en la comuna de Negrete la planta tendría problemas de conservación. Difiere de las especies *V. thapsiforme* Schrad., que presenta corola cóncava y anteras cortamente decurrentes, y de *V. thapsiforme* cuya corola es plana y sus anteras largamente decurrentes.

Farmacognosia: la droga se encuentra en las flores de la planta. Además de *V. thapsus*, se acepta flores de la especie *V. densiflorum* Bertol. (= *V. thapsiforme*), que también crece en Chile y se conoce vulgarmente como "gordolobo".

Farmacodinamia: usos en cuadros bronquiales. También posee efectos antiinflamatorios y acción antibacteriana. Es una planta medicinal cuyas flores, y en menor medida las hojas, se emplean popularmente en el tratamiento de cuadros inflamatorios, asma, bronquitis, toses espasmódicas, problemas pulmonares; se usa además en afecciones digestivas (esofagitis, gastritis, diarreas).

Presentaciones comerciales: bolsitas a granel.



Verbascum thapsus L., Bauer (1779)¹.
www.zum.de/stueber/lindman



Verbascum phlomoides.

<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pv04.htm>

¹.Lindman (1901-1905)

Interés agronómico: crece silvestre en suelos pedregosos y bien drenados; no tolera bien las bajas temperaturas. No es considerada una maleza perjudicial, sin embargo puede desplazar hierbas endémicas y pastos.



Detalle de la flor.

http://luirig.altervista.org/photos/v/verbascum_thapsus.htm

Hábito natural



http://es.wikipedia.org/wiki/Imagen:Starr_040723_0030_verbascum_thapsus.jpg

38. HIERBA DEL PAÑO (*Verbascum thapsus*), hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: afecciones de las vías respiratorias (asma, tos, bronquitis); malestares digestivos (diarreas, gastritis y esofagitis).

La infusión se prepara con 1 cucharada del material vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: antibacteriano¹, demulcente², expectorante³, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

¹. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

². Protege las mucosas con una película protectora.

³. Provoca la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

Hierba dulce / Palo dulce

Calceolaria thyrsiflora Grah.

Nombres vernáculos: hierba dulce, palo dulce, palpi, palpüd.

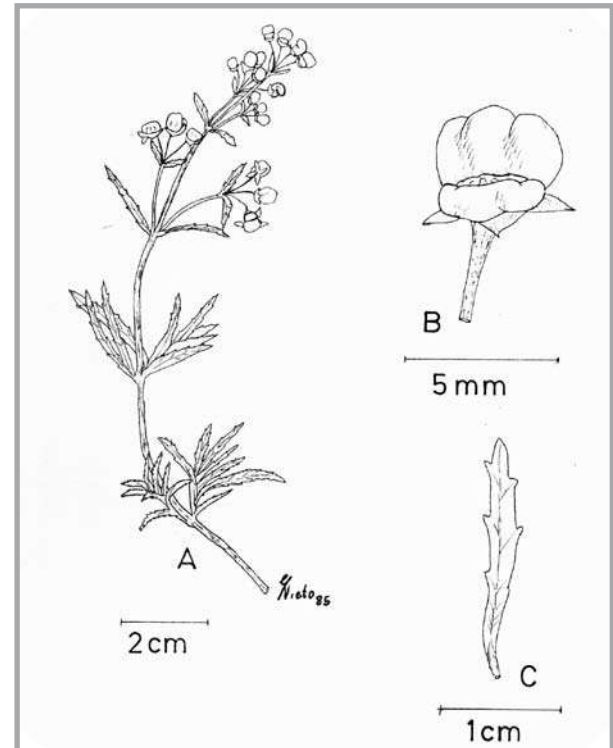
Descripción: arbusto de 30 - 80 cm de altura, glabro, a veces con algunos pelos. Ramas erectas, generalmente rojizas, cubiertas de hojas lineales o lineal-lanceoladas, verticiladas, agudas, dentadas, de 1,5 - 3 cm de longitud. Flores constituyendo una inflorescencia larga y cilíndrica; pedúnculos de 2-10 mm de longitud. Cápsula glabra de 0,5-5,5 mm de long. por aprox. 3 mm de diámetro. Florece desde septiembre a diciembre.

Química: el intenso sabor dulce es la característica dominante de las hojas de *Calceolaria thyrsiflora*; de ahí su nombre popular de "hierba dulce".

Farmacodinamia: la infusión de las hojas de hierba dulce son usadas en medicina popular como cicatrizante, en dolores de garganta por inflamación de las amígdalas, lesiones diversas de la mucosa bucal (estomatitis, aftas, inflamación de las encías); por sus propiedades astringentes y diuréticas también se le emplea en el tratamiento de la incontinencia urinaria y de otras afecciones renales y de la vejiga. Algunas personas que no desean utilizar sacarosa o edulcorantes sintéticos para dar sabor a sus bebidas acostumbran hacer uso de la infusión de esta planta para tales fines.

Presentación comercial: uso rústico solamente; de venta en hierberías y mercados.

Aspectos Agronómicos: *Calceolaria thyrsiflora* es una de las numerosas especies de este género que crecen en Chile. Se le encuentra abundantemente desde la IV a la VII Región, a pleno sol y en suelos secos. En la Región Metropolitana es común verla en la quebrada de La Plata (Rinconada de lo Cerda-Maipú), el Salto de Conchalí, Las Condes, El Arrayán, las quebradas de Peñalolén y de Ramón, el cajón del Maipo, la cuesta Pelvin-Peñaflor, etc.



Calceolaria thyrsiflora Grah.,
a. Rama florida, b. Flor, c. Hoja ¹.



VII Region, Camino a Laguna Maule, Chile
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0036.htm>

¹ Navas (2001).

No es exigente en cuanto a la calidad del suelo, siempre que tenga buen drenaje. Necesita buena luminosidad y no tolera sequías prolongadas. Se propaga por semilla en almácigo estratificado en otoño y normal en primavera. Una vez terminada la floración, debe aplicársele poda de limpieza de las flores secas, para evitar la fructificación que acorta la vida útil de la planta. Aparece en algunas mieles de la zona central ya que sus flores son muy atractivas para las abejas.



VII Region, Camino a Laguna Maule, Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0036.htm>

Hábito natural



http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Lamiales/Scrophulariaceae/Calceolaria/thyrsiflora/Calceolaria%20thyrsiflora.htm

39. HIERBA DULCE / PALO DULCE (*Calceolaria thyrsiflora*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones renales y de las vías urinarias; incontinencia urinaria.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas secas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

El sabor dulce de las hojas permite reemplazar con esta infusión el uso de sacarosa o edulcorantes sintéticos para darle sabor a las bebidas.

b) uso externo: aftas e inflamación de las encías.

Usar la misma infusión mediante gargarismos.

Efectos: anti-inflamatorio, astringente¹, cicatrizante², diurético³.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

2. Favorece la curación de úlceras y heridas.

3. Promueve y aumenta la producción de orina.

Hinojo

Foeniculum vulgare Mill.

Nombre vernáculo: hinojo.

Descripción: hierba siempreverde de hasta 2 m de altura, lisa, erecta, muy olorosa como el anís¹. Hojas de hasta 30 cm de largo. Flores amarillo-intenso, de 2 mm de longitud, cuya inflorescencia crece adoptando una forma que recuerda un paraguas. Fruto seco, oblongo, acanalado, de 3,5 - 5 mm de longitud, en un principio azulado y posteriormente pardo-grisáceo.

Farmacognosia: según las farmacopeas, la droga son los frutos del hinojo. En medicina tradicional se utiliza toda la planta, en especial las partes aéreas. Es necesario destacar que lo que popularmente se denomina "semilla" de hinojo es en realidad el fruto de la planta (las semillas verdaderas (dos) están en el interior de la cápsula)

Farmacodinamia: el hinojo se utiliza como digestivo y carminativo por sus efectos espasmolíticos y analgésicos. Es parte de numerosas Farmacopeas. En nuestro país las tisanas a base de hinojo se recomiendan contra la diarrea, malestares estomacales y hepáticos, cólicos, afecciones de las vías urinarias y para favorecer la secreción láctea.

Presentación comercial: existe una mezcla de tinturas de alcachofa, boldo, hojas de hinojo y raíz de diente de león, recomendada como estimulante hepático con débil efecto laxante), y un jarabe con hinojo indicado como expectorante para controlar la tos y mitigar las molestias provocadas por afecciones de las vías respiratorias altas.

Toda la planta tiene aplicación culinaria: las hojas se añaden a las ensaladas, pescados, salsas, guisos; la raíz y el tallo se consumen crudos en ensaladas; las semillas se utilizan como condimento, en la fabricación de licores, en repostería, etc.

Interés agronómico: planta originaria del este de la cuenca mediterránea, se cultiva en grandes plantaciones en regiones templadas o con clima subtropical. En Chile crece como maleza a la orilla de los caminos, sobre todo en la zona central; se adapta



Foeniculum vulgare Mill., Koehler (1887).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Illustration_Foeniculum_vulgare1.jpg



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/ph11.htm>

¹. Ver el comienzo de la descripción del anís.

fácilmente a sitios soleados y áridos. Se propaga fácilmente por semillas; no precisa mucho abono, aunque rendirá mejor en suelos más rico en nutrientes, bien drenados, algo arcillosos y deshierbados. Se siembra directamente sobre el terreno, que luego se cubre apenas con suelo liviano, o en almácigos. Un cultivar puede durar varios años. Los frutos se recolectan antes de madurar y se secan al sol por 4-5 días. Se obtienen entre 300 y 1.000 kilos por hectárea. Durante los últimos años han tomado cada vez más relevancia los métodos de cultivo orgánico de plantas alimenticias y medicinales. Se recomienda no guardar los frutos del hinojo en recipientes de material plástico.



Bulbos de hinojo.

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Fenouil.jpg>

Hábito natural



(Forest & Kim Starr).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Starr_070908-9239_Foeniculum_vulgare.jpg

40. HINOJO (*Foeniculum vulgare*), planta entera (partes aéreas, raíz, semillas, frutos).

PROPIEDADES

Usos tradicionales: trastornos digestivos (diarrea, cólicos, flatulencia, padecimientos hepáticos); afecciones de las vías urinarias; favorece la producción de leche materna.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: analgésico¹, antiespasmódico², carminativo³, galactógeno⁴.

Precauciones: no tomar la infusión demasiado concentrada, especialmente embarazadas. No administrar junto al antibiótico Ciprofloxacino. Puede provocar reacciones alérgicas en algunas personas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmelo que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antiespasmódico y galactógeno tienen alguna evidencia científica.

1. Disminuye el dolor.

2. Calma los retortijones estomacales.

3. Previene y favorece la expulsión de gases.

4. Aumenta la producción de leche materna.

Hualtata / Lampazo

Senecio fistulosus Poepp. ex Less.

Nombres vernáculos: hualtata, paco, lampazo, lengua de vaca.

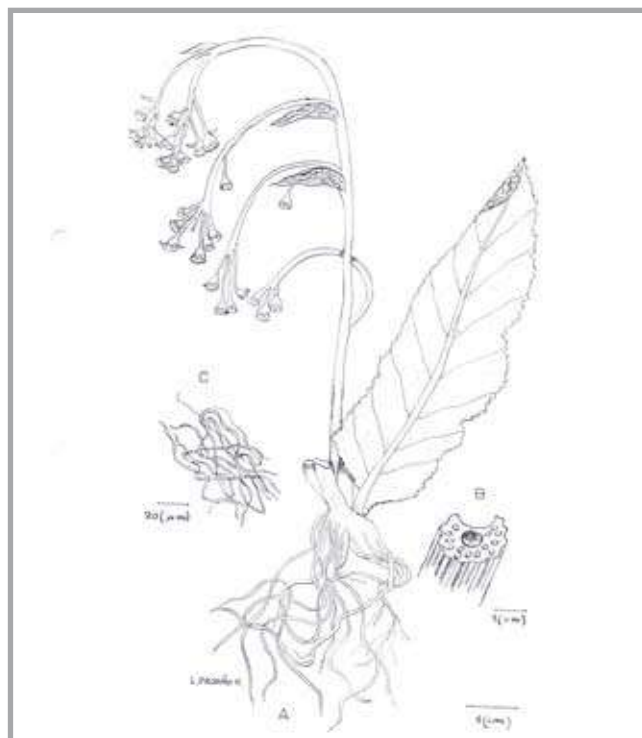
Descripción: hierba siempreverde, de 0,35 - 2,5 m de altura, blanco-lanuginosa cuando joven, luego lisa. Tallos erectos, gruesos y huecos, de hasta 4 cm de diámetro. Hojas basales en roseta, de pecíolo largo; hojas superiores sésiles. Flores compuestas, amarillas. Frutos cilíndricos, lisos, de 3 mm de largo.

Farmacodinamia: las hojas de hualtata son usadas en medicina popular como diurético en enfermedades cardíacas, hinchazón, malestares estomacales.

Presentación comercial: se encuentran a la venta varios productos de hualtata (comprimidos recomendados como tónico cardíaco y diurético; té que mezcla raíz de genciana, cascarilla, centáurea, hualtata, nogal, zarzaparrilla, eucalipto y zarzamora, indicado para el control de la diabetes; y otro té que combina hojas de olivo, hualtata, fucus, muérdago, cachanagua, sanguinaria, chilco y pichi, que se recomienda para la hipertensión arterial.

Antecedentes agronómicos: especie vegetal bastante frecuente, sin problemas de conservación, que crece en lugares húmedos del centro y sur de Chile, desde la provincia de Aconcagua hasta Magallanes; prolifera a lo largo de la Carretera Panamericana, junto a los canales. Es una planta muy polimorfa, de allí el gran número de sinonimias. Florece desde octubre a marzo.

El género *Senecio* tiene en Chile sobre 200 diferentes especies, entre la que destaca el *S. fistulosus*. Otras especies del género (*S. buglossus*, *S. eriophyton* y otros) son también usadas por la población con el mismo nombre y atribuyéndole las mismas propiedades medicinales.



Senecio fistulosus Poepp. ex Less.
a. Hábito de la planta, b. Tallo mostrando la fístula, c. Tricomas lanuginosos (original Luis Proaño) ¹.



Región Metropolitana, Parque Nacional El Morado, Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0240.htm>

¹ Navas (2001).

Hábito natural



Coya, Provincia del Cachapoal, Región de O'Higgins.

<http://www.chilebosque.cl/herb/sefist.html>



(original de Pieter Pelser).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Senecio_fistulosus_DSCN9764.jpg

41. HUALTATA / LAMPAZO (*Senecio fistulosus*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: eliminación de líquido retenido (edema) en enfermedades cardíacas; malestares estomacales.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 2-3 veces al día.

Efectos: cardiotónico¹, diurético² suave.

Precauciones: no administrar por periodos prolongados ni infusiones demasiado concentradas, pues podría ser hepatotóxico.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos diurético y cardiotónico tienen alguna evidencia científica.

1. Vigoriza la función cardíaca.

2. Promueve y aumenta la producción de orina.

Lampayo

Lampaya medicinalis F. Phil.

Nombres vernáculos: lampaya, lampayo.

Descripción: arbusto bajo, de hasta 50 cm. Tallo cicatricoso, de corteza rojiza. Hojas lisas, gruesas, enteras, opuestas, cortamente pecioladas, orbiculares a aovadas, pequeñas, de 7-8 x 4-5 mm. Flores tubuladas, violáceas, de hasta 10 mm de largo. El fruto es una nuez rodeada por el cáliz carnos.

Farmacognosia: en medicina popular se utilizan las hojas; no existen antecedentes sobre la anatomía de esta parte del vegetal.

Uso tradicional: la infusión de hojas de lampaya se emplea para mitigar dolores de huesos; también en afecciones de la próstata, padecimientos renales y de las vías urinarias; los habitantes del norte la consideran una planta refrescante; en otras partes del país la utilizan, además, en trastornos hepáticos y biliares.

Presentación comercial: sólo uso rústico.

Aspectos agronómicos: la lampaya (palabra originaria de la lengua aymara y quechua) es un arbusto de la cordillera de Tarapacá, donde se constituye en una especie dominante del área puneña, es decir, un vegetal común en la puna de Argentina, Bolivia y Chile. No se tienen antecedentes acerca de su cultivo o domesticación.



Lampaya medicinalis

II Region, Salar Ascotan, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH1234.htm>

Hábitos naturales



Llama en un bofedal cercano a Isluga,
I región con *Lampaya medicinalis* al fondo.

http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/S_Colchane.htm



II Region, Salar Carcote, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH1234A.htm>

42. LAMPAYO (*Lampaya medicinalis*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: afecciones renales, de las vías urinarias y de la próstata; afecciones hepáticas; dispepsias.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: depurativo¹, refrescante², estomacal³

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

¹. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

². Modera el calor del cuerpo.

³. Favorece la digestión.

Lavanda

Lavandula angustifolia Mill.

Nombres vernáculos: lavanda, lavándula

Descripción: arbusto de aroma característico, de 50 - 80 cm de altura. Tallos leñosos, muy ramificados, de los que nacen ramas herbáceas profusamente cubiertas de hojas opuestas, angostas y alargadas, de 2 - 5 cm de longitud. Flores pequeñas, de color azul-grisáceo o violáceo, reunidas en espigas cuyos pedúnculos pueden alcanzar entre 10 - 20 cm, que florecen desde mediados de verano hasta principios de otoño. Su fruto es un aquenio.

Farmacodinamia: en medicina popular se emplean los tallos con hojas y flores, por vía oral, para combatir trastornos nerviosos (insomnio, palpitaciones) y estomacales, y también como emenagogo; en compresas y baños para mitigar dolores reumáticos; por su acción balsámica se utiliza en inhalaciones y vahos en casos de laringitis, bronquitis, catarros y resfrios.

Presentación comercial: el aceite esencial se emplea en aromaterapia para fines hipnóticos. La esencia de lavándula es un insumo importante de la industria cosmética y de perfumería, donde se la emplea para la elaboración de jabones, colonias, perfumes, etc. No tiene sustitutos sintéticos.

Aspectos agronómicos: esta planta se adapta bien a suelos rústicos y pobres en humus; deben ser suelos alcalinos, ligeros, con buen drenaje, de preferencia de secano, que reciban gran luminosidad y estén bien asoleados. Se puede propagar por semillas o por estacas; este último método es más conveniente porque permite tener un mejor control sobre la calidad de las plantas que se obtendrán. Se recomienda abonar en otoño. La recolección de las ramas floridas de lavanda para herboristería y fines medicinales se hace al inicio de la floración; el material colectado se seca en un lugar bien aireado y a una temperatura no superior a 35°C. La lavanda es una excelente planta melífera.



Lavandula angustifolia Mill., Koehler (1887).
<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-087.jpg>



commons.wikimedia.org/wiki/File:Lavandula_Ang...

La flor seca de la lavanda puede usarse metida en bolsitas pequeñas, en el closet, como excelente antipolillas. Dos puñados de flor seca en un litro de líquido (mitad agua destilada y mitad alcohol de farmacia) es un desinfectante ecológico. Un puñado de flor seca macerado por 15 días en $\frac{1}{4}$ de litro de aceite de oliva, alivia las picaduras de insecto.



Detalles de la flor.

www.entomology.cornell.edu/Extension/Woodys/C...

Hábito natural



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Lavandula-angustifolia-two-clones.JPG>

43. LAVANDA (*Lavandula angustifolia*), tallo con hojas y flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: trastornos nerviosos (ansiedad, dificultad para dormir y palpitaciones); malestares estomacales; trastornos menstruales; catarros, resfrios y bronquitis.

La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día. Para vahos (inhalaciones) preparar una decocción o cocimiento con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua, calentar hasta ebullición y luego inhalar varias veces mientras el vapor se desprende.

b) uso externo: dolores reumáticos.

Para baños se prepara con 2 a 5 cucharadas de flores para 20 litros de agua caliente.

Efectos: antiespasmódico¹, carminativo², sedante³, balsámico⁴, anti-inflamatorio.

Precauciones: tener cuidado cuando se usa junto a medicamentos antidepresivos y sedantes. Almacenar protegido de la luz y la humedad.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite la preparación con utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Previene y favorece la expulsión de gases.

3. Modera la actividad del sistema nervioso.

4. Modera la secreción bronquial.

Linaza / Lino

Linum usitatissimum L.

Nombres vernáculos: linaza, lino, liño (Mapudungún).

Descripción: hierba anual de tallo erecto y liso que puede alcanzar hasta de 70 cm de alto, ramificándose en el ápice. Hojas alternas, pequeñas, delgadas y alargadas. Flores terminales de color azul pálido. Fruto es una pequeña cápsula globular que contiene diez semillas, cada una en una cavidad. Semilla, de 4 - 6 mm de longitud, ovoide, puntiaguda en un extremo y redondeada en el otro, de exterior liso y brillante.

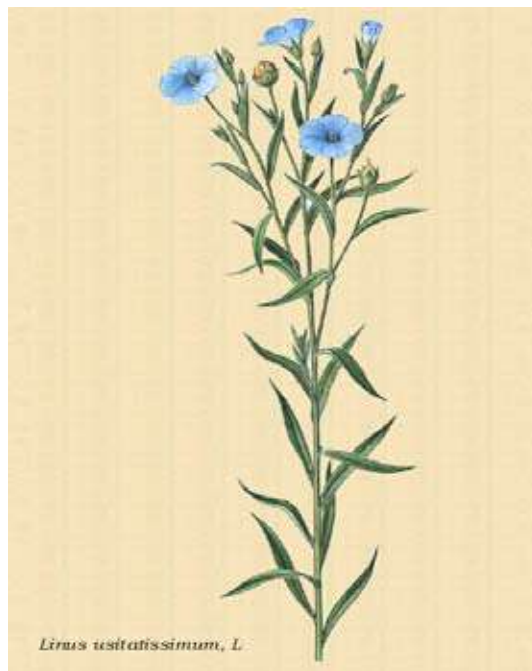
Farmacodinamia: tradicionalmente en nuestro país la semilla en infusión se utiliza cuando hay constipación, estreñimiento, dolor e inflamación del estómago, gastritis, afecciones de la vejiga y riñones; en forma externa se emplea para tratar problemas dermatológicos: abscesos, eccemas, forúnculos. No está contraindicado en el embarazo y lactancia.

Presentación comercial: en las farmacias y negocios del ramo, además de la linaza entera, se encuentran a la venta otros productos: aceite de semillas, laxante y numerosos suplementos alimenticios ricos en ácido omega-3.

Interés agronómico: la linaza se propaga por semilla. El tipo de semilla se elige según la finalidad del cultivo (obtención de fibra o producción de aceite), ya que ambos tipos de lino difieren en sus preferencias climáticas: mientras los primeros prefieren climas húmedos y suaves, los segundos en cambio necesitan climas templados y cálidos. En los dos casos los requerimientos de agua son altos: 400-450 L/m² durante todo el ciclo de cultivo. El grano de linaza es muy sensible a la sequía, sobre todo durante las seis semanas que van desde los diez días anteriores a la aparición de los primeros botones florales hasta los quince días después del final de la floración. Una falta de agua durante este período afecta fuertemente al rendimiento, pudiendo provocar pérdida hasta del 30% de la cosecha esperada.



Linum usitatissimum L., Koehler (1887).
<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-088.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pl07sm.htm>

Conservación: de las actuales plantas cultivadas, el lino es sin lugar a dudas una de las más antiguas; su empleo en el Medio Oriente (Babilonia, Egipto y Mesopotamia) supera los 7.000 años. En la actualidad se cultiva en muchas partes del mundo por sus semillas, de las que se prepara la harina de linaza y se extrae el aceite, o para la obtención de la fibra textil a partir de sus tallos.



Semillas de linaza.

<http://www.herbalfire.com/linum-usitatissimum-flax-seed-pi-194.html>

Hábito natural



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Linum-ground-cover.JPG>

44. LINAZA / LINO (*Linum usitatissimum*), semillas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: estreñimiento, dolor de estómago, gastritis, colon irritable; afecciones de la vejiga y riñones.

Para el efecto laxante, ingerir 1 cucharada diaria de semillas, sin masticar, con 1 a 2 tazas de agua; alternatively se puede dejar la misma cantidad en remojo unas 8 horas y beber el líquido en ayunas. Para el resto de las afecciones preparar una infusión hirviendo durante 2 minutos, 2 cucharadas de semillas para 1 litro de agua; dejar reposar 30 minutos y colar: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: abscesos (forúnculos), eccemas e inflamaciones locales.

Usar la misma infusión en lavados o cataplasmas.

Efectos: antiespasmódico¹, laxante², cicatrizante.

Precauciones: no administrar durante el embarazo. Usar con abundante agua y precaución en pacientes diabéticos, pues puede disminuir el efecto de los medicamentos hipoglucemiantes. Como todo laxante, no se debe utilizar en tratamientos por más de 1 a 2 semanas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto laxante tiene alguna evidencia científica.

¹. Calma los retortijones estomacales.

². Favorece la evacuación del vientre.

Llantén / Llantén mayor

Plantago major L.

Nombres vernáculos: llantén, lantén, llantén mayor (España)

Descripción: hierba siempreverde de tallo grueso y corto, de 10 - 50 cm de altura total. Hojas dispuestas en rosetas, de pedúnculo largo, aovadas, de 5 - 20 cm de largo por 4 - 15 cm de ancho, con 3 - 5 - 7 nervios gruesos, generalmente lisas. Flores pequeñas reunidas en espigas densas, verde-amarillentas, de 4 - 15 cm de largo. Fruto en cápsula ovada, con numerosas semillas negras, rugosas y brillantes, de aprox. 1 mm de largo.

Farmacodinamia: el llantén es una de las plantas medicinales más utilizadas en el mundo. En la medicina popular de nuestro país las hojas de esta planta son usadas como antiséptico, astringente, desinflamante, cicatrizante, vulnerario, depurativo; en forma externa, en el tratamiento de úlceras varicosas, llagas, pústulas, hemorroides, vaginitis, flujo blanco; por vía oral como expectorante y anticatarral; como emoliente y cicatrizante de las mucosas del aparato digestivo (gastritis, úlcera, diarrea) y en afecciones hepáticas y de la vejiga.

Se emplea en infusión, decocción, o simplemente el jugo de las hojas recién exprimido para su aplicación en heridas; en este último caso también se acostumbra utilizar las hojas machacadas a modo de compresas. Las semillas de llantén se usan como laxante suave. Últimamente se le emplea también como anticanceroso, junto con matico y limpiaplata.

Presentación comercial: hay llantén seco o extracto fluido, recomendados como analgésicos, emolientes, cicatrizantes y vulnerarios; asociado con manzanilla y matico está indicado como antiespasmódico y antiulceroso.



Plantago major L., Thome (1885).
http://www.todoplantitas.net/plantas_medicinales/ver_planta.jsp?id=1127943349546



Ejemplar adulto de llantén.
<http://yerbasana.cl/?a=529>

Hábito natural

Aspectos agronómicos: planta originaria de Europa, Asia y norte de África que se encuentra distribuida actualmente en todo el mundo. En Chile se lo encuentra en casi todo el país incluyendo Isla de Pascua. Crece silvestre como maleza en casi todos los terrenos, y es considerada una “mala hierba” por los jardineros. Prefiere terrenos soleados y frescos, humedad en la fase vegetativa y sequedad desde la floración hasta la fructificación. Se propaga por semillas. Las hojas se recolectan durante la floración y de inmediato se secan al sol durante 1 día y después a la sombra por 3-5 días; no deben tornarse oscuras; si el secado se hace lentamente la droga pierde su efectividad. Las semillas se colectan al empezar a madurar la espiga, se secan al sol y se limpian por aireación. Las hojas pueden ser consumidas cocidas o en ensaladas.



VII Region, Infiernillo, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0667.htm>

45. LLANTÉN / LLANTÉN MAYOR (*Plantago major*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: gastritis, úlceras digestivas, diarrea; afecciones hepáticas; afecciones de la vejiga; expectorante y anticatarral.

La infusión se prepara con 2 cucharadas de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 2-3 veces al día.

b) uso externo: llagas, pústulas, hemorroides, vaginitis, leucorrea (flujo blanco), úlceras varicosas.

Se usa localmente la infusión de manera directa o también en compresas con el jugo de las hojas recién machacadas o exprimidas.

Efectos: antiséptico¹, astringente², depurativo³, emoliente⁴, anti-inflamatorio, cicatrizante.

Precauciones: evitar durante el embarazo. Infusiones muy concentradas pueden producir un efecto antihipertensivo y laxante potente.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto cicatrizante en gastritis y úlceras digestivas está avalado por estudios clínicos.

1. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

2. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

3. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

4. Suaviza la piel.

Llaretia

Laretia acaulis (Cav.) Gill. et Hook.

Nombres vernáculos: llaretia¹, yareta.

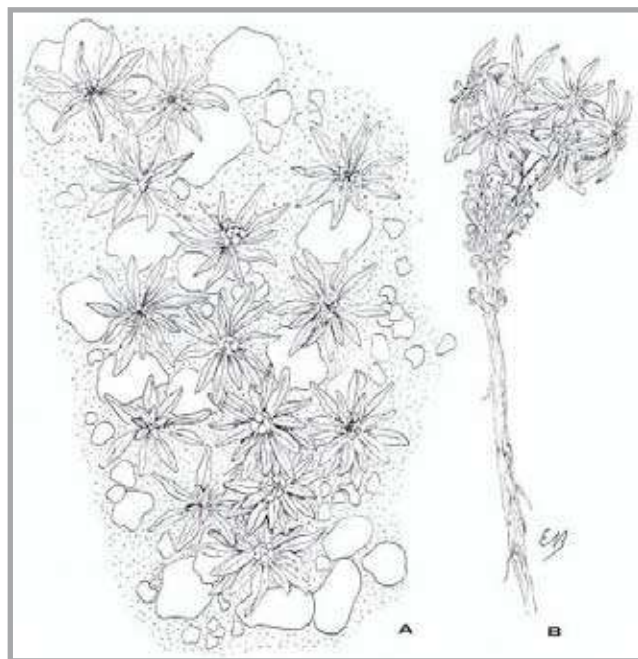
Descripción: arbusto que forma cojines muy duros, aromático, de hojas xerófilas y persistentes. Rizoma vertical grueso, leñoso, algo escamoso. Hojas arrosetadas, lisas, verde amarillentas, cuneado-oblongas, agudas u obtusas, resinosas; las superiores de 1,5-3,0 cm de largo, lignificadas en la base, las inferiores imbricadas, negruzcas y muy reducidas. Flores 6-10, dispuestas en el centro de las rosetas de hojas. Fruto en esquizocarpo, amarillento o rojizo, de 1 cm de largo por 1,2 o más de ancho.

Farmacodinamia: se ha determinado potencia inhibitoria contra *Toxoplasma gondii* y capacidad analgésica. En medicina popular se emplea toda la planta de llaretia para tratar afecciones biliares, como depurador de la sangre y del aparato urinario, para bajar la glicemia en pacientes con diabetes no insulino dependiente, como laxante suave; la goma se usa para mitigar el dolor de muelas.

Presentación comercial: solamente uso rústico.

Aspectos agronómicos: no hay antecedentes acerca de su reproducción. En el norte del país se denominan "llaretas", además de *Laretia acaulis*, a otras dos plantas del género *Azorella* que también tienen la particularidad de crecer en forma de cojines duros: *Azorella compacta* Phil. y *Azorella madreporica* Clos. En las últimas décadas el uso indiscriminado de esta planta como combustible ha disminuido notablemente las poblaciones de llaretales.

Conservación: es una planta muy amenazada, "vulnerable". Florece de diciembre a enero en la cordillera alta de la región de Coquimbo hasta la zona del Maule; también en la Cordillera de Nahuelbuta. En el área andina de la Región Metropolitana de Santiago se la encuentra desde los 2400 a los 3200 metros sobre el nivel del mar.



Laretia acaulis (Cav.) Gill. et Hook,
a. Hábitat de la planta, b. Aspecto de la llaretia ².



Detalles de *Laretia acaulis* (Llaretia)
Región Metropolitana, Embalse Yeso, Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0600.htm>

¹.Gay (1845-1852) y Gunckel (1967) / ².Navas (2001).



Azorella compacta (Llaretta o Yareta) en su típico hábitat de cojín sobre las rocas. Parque Nacional Lauca, Provincia de Parinacota, Región de Tarapacá².

<http://www.chilebosque.cl/shrb/acomp.html>



Laretia acaulis (Llaretta) Region Metropolitana, Embalse Yeso, Chile.

www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0600.htm

Hábito natural



Laretia acaulis
Valle Nevado, Chile.

<http://www.flickr.com/photos/stationalpinejosephfourier/2086884580>

46. LLARETA (*Laretia acaulis*), toda la planta (champa).

PROPIEDADES

Usos tradicionales

a) uso interno: molestias urinarias y digestivas; en personas diabéticas no insulino dependientes.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: la goma (resina) se emplea localmente en dolores de dientes.

Efectos: anti-inflamatorio, depurativo¹, hipoglicemiante².

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

¹. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

². Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

². Se hace mención de esta yareta *Azorella compacta* del altiplano andino en razón de su similar denominación popular que la otra llaretta *Laretia acaulis* usada como hierba medicinal.

Maitén

Maytenus boaria Molina

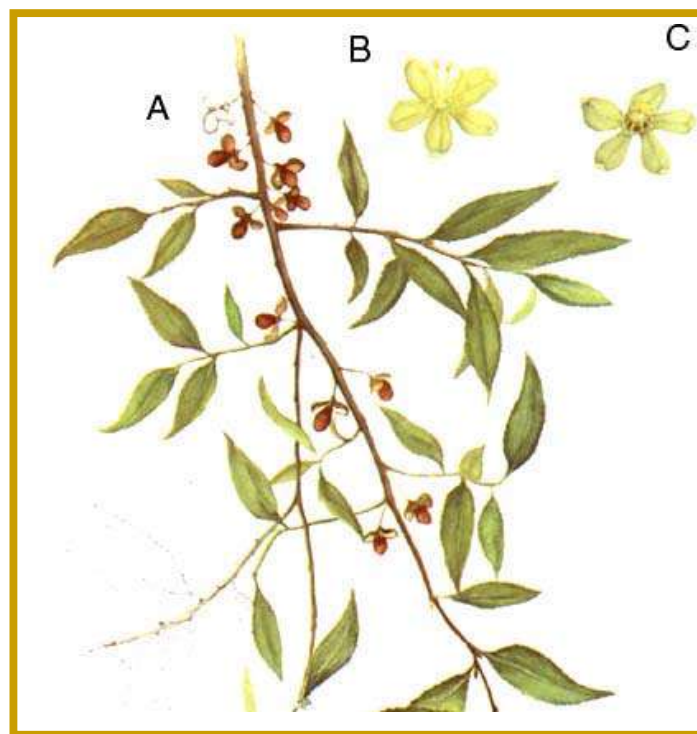
Nombre vernáculo: maitén, del mapudungún maghtun que significa “almuerzo de semillas”¹.

Descripción: árbol siempreverde de hasta 15 m de altura, frondoso. Ramas péndulas. Hojas simples, alternas, de 3 - 6 cm de largo por 0,5 - 2 cm de ancho. Flores amarillentas, las masculinas en fascículos de hasta 8 flores, las femeninas en fascículos de hasta 3 flores. Fruto es de 5 6 mm de largo. Semillas de 4,5 - 5 mm de largo.

Farmacognosia: los tallos y las hojas del maitén son las partes utilizadas en medicina popular.

Farmacodinamia: los antecedentes más antiguos sobre las propiedades medicinales del maitén aparecen en la obra de Gay (1846) quien anota que “sus hojas son febrífugas, anodinas y se emplean en lavatorios para curar las erupciones cutáneas que ocasiona el litre...” . Otros autores destacan sus propiedades laxantes², y calmante de “dolores internos” . En Chile, la población usa la infusión de hojas de maitén para bajar la fiebre, tratar el resfrío, el dolor de estómago y las afecciones del hígado y vesícula; localmente se emplea en forma de compresas para aliviar torceduras. Esta planta tiene, además, otros usos importantes como especie forestal y forrajera; en este sentido, después de haber estudiado las propiedades biológicas de algunas moléculas de interés agronómico: *M. boaria* podría constituirse en una fuente potencial de insecticidas naturales. Por otra parte, es sabido que en varios lugares del alto Amazonas, incluyendo Perú, Ecuador y Colombia, diversas tribus ingieren preparados de cortezas de raíces de varias especies de *Maytenus*, conocidas localmente como chuchuhuasca, como tónico general, para tratar el reumatismo y como afrodisíaco, y en forma tópica, para curar úlceras y tumores.

Presentación comercial: uso rústico solamente.



Maytenus boaria:

a: Rama con hojas, frutos y semillas;
b: Flor masculina; c: Flor femenina.

www.chlorischile.cl/.../guia12/Maytenus.htm



Detalles de *Maytenus boaria*.

Izq.: <http://www.biologie.uni-ulm.de/systax/dendrologie/maytenboarlv.htm>

Der.: <http://www.viarural.cl/agricultura/forestacion/especies/autoctonas/maiten/default.htm>

¹Gunckel (1959). / ² Gusinde (1936).

Hábito natural

Aspectos agronómicos: especie común entre las provincias de Huasco, en la Región de Atacama, y Chiloé, en la Región de Los Lagos. No forma bosques puros, crece asociado con *Quillaja saponaria* (quillay), *Acacia caven* (espino), *Lithrea caustica* (litre) y *Kageneckia angustifolia* (pulpica), preferentemente en lugares más o menos secos, como faldeos de cerros o bien próximo a esteros y ríos. También se encuentra en Argentina asociado con *Nothofagus pumilio* Krasser (lenga). Así mismo vive en Brasil y Perú. Florece de agosto a septiembre. Es un árbol de crecimiento rápido, en tres años puede alcanzar los 2 m de altura; necesita luz y humedad en los suelos. Se planta a pleno sol o en semisombra; requiere riego mediano ya que si el riego es escaso puede sufrir ataques de pulgones seguidos de fumagina. Tiende a producir hijuelos de raíz, de manera que al plantarlo en jardines conviene hacerlo dentro de una manga plástica o un tubo de PVC, para obligar a las raíces a profundizarse. Se propaga por semillas, en almácigo estratificado en otoño, o normal en primavera. La mezcla de suelo recomendada es de compost, arena y tierra de jardín en partes iguales. Se replica a bolsa cuando tiene dos hojitas verdaderas. Se puede también multiplicar en invierno, separando los hijuelos de raíces que se producen espontáneamente.

Conservación: hasta el presente *Maytenus boaria* no tiene problemas de conservación



Maitén cultivado, Campus San Joaquín, Pontificia Universidad Católica, Santiago Chile.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Maytenus_penarc_001.JPG

47. MAITÉN (*Maytenus boaria*), hojas-ramas-semillas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: fiebre, afecciones del hígado.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: erupciones cutáneas y dolor por torceduras.

La misma preparación para uso externo como cataplasma.

Efectos: anti-inflamatorio, febrífugo¹, depurativo².

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos anti-inflamatorio y febrífugo tienen alguna evidencia científica.

¹. Baja la fiebre.

². Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

Malva

Malva sylvestris L.

Nombres vernáculos: malva, malva silvestre, malva oficial.

Descripción: hierba bienal o permanente de 40 - 100 cm de altura. Tallo erecto, vellosa y con alguno pelos simples, tiesos. Hojas de 6 - 10 cm de largo, acorazonadas y lobuladas, de bordes dentados. Flores de pedúnculo largo que nace en las axilas de las hojas, conformadas de 5 pétalos de variados colores aunque predominan azul y rosa. Fruto redondo de 7 - 8 mm de diámetro, con 1 semilla en cada segmento. Florece entre primavera y verano.

Farmacodinamia: en medicina popular se utilizan las flores y hojas de malva; su alto contenido en mucílagos les confiere propiedades emolientes y antiinflamatorias; de ahí su utilidad como antitusígeno, antiinflamatorio y laxante suave (esto último, además por su contenido en derivados antraquinónicos); la infusión (10 g/L; dejar reposar 15 min.) se usa cuando hay tos irritativa, sequedad de garganta, bronquitis, lesiones bucales, afecciones del aparato digestivo; en forma externa esta misma preparación sirve para apósitos y baños contra úlceras, erupciones cutáneas y hemorroides.

Preparados comerciales: se encuentra a la venta un preparado recomendado para tratar afecciones de las vías respiratorias, que contiene flores de violeta, borraja, eucalipto, malva, saúco, tilo y tusílagos.

Aspectos agronómicos: esta planta es nativa de Europa y asilvestrada en Chile, donde crece principalmente en las provincias centrales, propia de climas templados, templado-cálidos o de montañas. No es exigente en cuanto a suelos; prospera en diversidad de terrenos, siendo los mejores los de consistencia media, permeables y ricos en nitrógeno, aunque también son adecuados los suelos arenosos si están provistos de materia orgánica. Se multiplica por semillas, las que conservan su poder germinativo por alrededor de tres años, lo que hace aconsejable utilizar las de la cosecha del año anterior. Cuando se cultivan grandes extensiones es conveniente sembrar en almácigo, dado el pequeño tamaño de las semillas



Malva sylvestris L., Koehler (1887).

<http://www3.unileon.es/personal/wwdbvcac/images/ILUSTRACIONES/MAlva%20sylvestris.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm04.htm>

(1000 semillas pesan entre 4 y 5 gr), y después llevar a campo definitivo o bien sembrar directamente en éste. En vivero la siembra se puede realizar a fines de invierno para llevar las plántulas al campo cuando alcancen el tamaño adecuado. La siembra directa puede realizarse a principios de primavera. La cosecha se realiza en forma escalonada, a medida que las flores abren, a la mañana temprano y a la caída de la tarde, en forma manual. Cuando se recolectan hojas, se hace un corte total de la parte aérea de la planta, cuando ha alcanzado su pleno desarrollo. En un cultivo bien llevado son posibles dos colectas al año. Después de la cosecha de las flores, éstas deben ser puestas a secar rápidamente a una temperatura no superior a los 35° C, entonces tomarán un color azul. Cuando se cosecha la planta entera, se la lleva a secado primero y posteriormente se separan los tallos de las hojas. Si la malva se cultiva para uso doméstico, se aconseja coleccionar las hojas en primavera-verano, cuando la planta se ha desarrollado por completo; en cambio las flores, durante la plena floración de la planta. Se debe tener en cuenta que tanto las hojas como las flores se deben secar rápidamente, extendiéndolas en capas finas, en un lugar seco y protegido de la luz. Se recomienda almacenar en recipientes bien cerrados, al abrigo de la luz y en un lugar fresco y ventilado.

Hábito natural



<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/malva.shtml>

48. MALVA (*Malva sylvestris*), hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: tos irritativa y bronquitis; laxante suave.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: lesiones bucales y sequedad de garganta; hemorroides; úlceras y otras afecciones de la piel.

Usar la misma infusión en gargarismos. Para lavados, compresas y baños usar la infusión más concentrada (2 cucharadas por 1 litro de agua).

Efectos: antitusivo¹, emoliente², laxante³, balsámico⁴, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos antitusivo, anti-inflamatorio y laxante, tienen alguna evidencia científica.

1. Modera la tos.

2. Suaviza la piel.

3. Favorece la evacuación del vientre.

4. Modera la secreción bronquial.

Manzanilla

Matricaria recutita L.

Nombres vernáculos: manzanilla, manzanilla común, manzanilla de Castilla, manzanilla oficial.

Descripción: planta herbácea anual. Raíz delgada. Tallo ramificado de hasta medio metro de altura, con hojas aisladas, pequeñas, de pecíolo corto. Cabezuelas florales compuestas por numerosas flores amarillas pequeñas tubulosas centrales, cuyo conjunto conforma un receptáculo central sobresaliente cónico y hueco, rodeadas de lígulas o pétalos blancos. Frutos son aquenios obovoides, convexos en la cara dorsal, oblicuamente truncados en su parte superior.

Farmacognosia: Las cabezuelas florales de la planta constituyen la droga de Farmacopea. Con frecuencia la manzanilla es adulterada con flores de otras dos especies de la misma familia: *Chamaemelum nobile* L. y *Anthemis cotula* L.

Farmacodinamia: se ha determinado las propiedades antiespasmódicas de manzanilla. Con respecto a los usos populares, la manzanilla es una de las plantas más utilizadas por la población en general. Se emplean las flores y hojas para tratar un gran número de afecciones: trastornos digestivos (dolor de estómago, indigestión, dispepsia, cólicos, diarreas), afecciones renales y de la vejiga, dolores menstruales. En forma externa se usa para lavar heridas, descongestionar los ojos, y para aplicar en calidad de fomentos en casos de cólicos intestinales.

Presentación comercial: además de las flores (inflorescencias) secas y troceadas de la planta, existen en el mercado varios productos, entre ellos un aceite lubricante a base de extracto de flores de manzanilla, y una crema protectora dérmica. La manzanilla también es un ingrediente de pastas dentales libres de fluor y de enjuagues bucales.

Aspectos agronómicos: la manzanilla crece en terrenos templados y relativamente áridos; requiere agua para germinar. Se propaga por semillas; primero se siembra en almácigos de tierra rica en humus y las plántulas se trasplantan luego de 6 semanas. La semilla es muy pequeña: 1.000 pesan 0,142 gramos.



Matricaria recutita L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-091.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm10.htm>

Esta planta requiere de bastante luz solar sobre todo para la floración y producción del aceite esencial. Se recomienda fertilizar en forma orgánica. La cosecha se hace en el momento de máxima floración al medio día; pueden hacerse de 4-5 cortes cada 10-15 días. Las cabezuelas son muy delicadas; se secan en capas delgadas a la sombra o en corriente de aire a 30-40°C. En Chile la exportación de este recurso ocupa el segundo lugar después del orégano, con un máximo de 212 toneladas en 2001, según antecedentes de ProChile.



http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/89/Matricaria_recutita.jpg

Hábito natural



Manzanilla (original RC Peña).

49. MANZANILLA (*Matricaria recutita*), flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: trastornos digestivos (dolor de estómago, indigestión, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsia), cólicos, flatulencia, diarreas); afecciones de las vías urinarias (cistitis o inflamación de la vejiga); dolores menstruales; insomnio.

La infusión se prepara con una cucharada de flores para 1 litro agua recién hervida; dejar reposar y filtrar: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: heridas superficiales, contusiones, picaduras de insectos; irritaciones e infecciones en la boca; ojos irritados; cólicos abdominales; hemorroides.

Usar la misma infusión como gargarismos y para lavar y descongestionar los ojos.

Usar como compresas calientes sobre pared abdominal en caso de cólicos. En hemorroides usar primero como vahos de asiento (cuando la infusión está caliente) y luego en baños de asiento (cuando la temperatura es tolerable sin quemarse).

Efectos: antibacteriano¹, antiespasmódico², diurético³ suave, carminativo⁴, anti-inflamatorio, cicatrizante.

Precauciones: almacenar en envases bien cerrados y protegidos de la luz.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso en el tratamiento sintomático de trastornos digestivos, desórdenes nerviosos y en problemas de la piel y mucosas está avalado por estudios clínicos.

¹. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

². Calma los retortijones estomacales.

³. Promueve y aumenta la producción de orina.

⁴. Previene y favorece la expulsión de gases.

Maqui

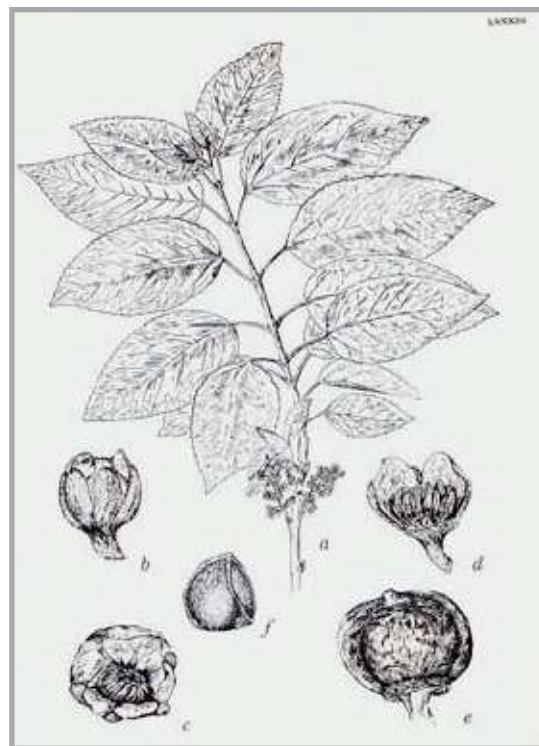
Aristotelia chilensis (Molina) Stuntz

Nombres vernáculos: maqui, queldrón, quélón.

Descripción: arbusto o árbol siempreverde de 3 - 4 m de altura, de tronco dividido y ramas delgadas flexibles de color pardo-rojizo. Hojas opuestas de forma aovado-lanceoladas, lisas, borde aserrado, de 3 - 7 cm de longitud. Flores en racimos cortos, pequeñas y amarillentas. Fruto es una baya violeta-oscuro de 5 - 6 mm de diámetro, dulce y comestible cuando está maduro.

Farmacognosia: el maqui es una planta de gran estima entre los mapuches, quienes la consideran un símbolo de intención pacífica y benévola, y en tal sentido está presente en todas las reuniones sociales. Los principios activos del maqui (alcaloides y taninos) le confieren propiedades antiinflamatorias, antiespasmódicas, astringentes y analgésicas. En medicina popular se usa la infusión de las hojas secas (o directamente el polvo) para curar heridas, y esta misma preparación a partir de las hojas frescas para bajar la fiebre, tratar diarreas, disenterías (en estas dos últimas afecciones funcionan bien incluso los frutos) y el empacho, calmar dolores de garganta e inflamación de las amígdalas, y curar úlceras de la boca; también se puede utilizar el jugo fresco de las hojas ya sea al interior o en forma tópica. En artesanía se emplea su madera, que es frágil y sonora, para fabricar instrumentos musicales. La corteza sacada en tiras se usa como cordel, para amarras. Los frutos son muy dulces y se consumen frescos o secos en invierno; también se emplean para preparar chicha, por fermentación del jugo.

Aspectos agronómicos: este arbusto chileno vegeta en lugares húmedos y sombríos desde la provincia de Coquimbo hasta la de Chiloé; en el archipiélago Juan Fernández es una especie invasora. Tolerancia diferentes tipos de suelos, y puede plantarse a pleno sol o semi-sombra. Necesita riego mediano. Es un árbol siempreverde muy elegante y adecuado como especie ornamental. Se propaga fácilmente por semillas maceradas en almácigo estratificado; para este propósito se recomienda emplear una mezcla de *compost*, tierra de jardín y arena en partes iguales.



Aristotelia chilensis (Mol.) Stuntz, Fusa Sudzuki¹

Hábito de la planta. a. Rama florida, b. Yema, c. Detalle de la vista superior, d. Sección mostrando los estambres, e. Fruto, f. Semilla.

http://www.ics.trieste.it/MAPs/MedicinalPlants_Plant.aspx?id=580&family=0&country=all



Hojas y frutos.

www.arthurleej.com/p-o-m-Sep06.html

¹.Muñoz (1966).

Hábitos naturales



VII Región, Reserva Nacional Altos del Lircay, Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/> / [FloraSpanish/HighResPages/SH0230A.htm](http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0230A.htm)



www.familie-schiermeyer.de/Samenpflanzen.html

50. MAQUI (*Aristotelia chilensis*), hojas-frutos.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: diarreas, disenterías (trastorno infeccioso con diarrea sanguinolenta) y empacho (diarrea con decaimiento, fiebre y depresión del glóbulo ocular).

La infusión se prepara con 1 cucharadita de hojas secas trituradas, ó 2 hojas frescas, ó 1 cucharada de frutos, para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 a 4 veces al día.

b) uso externo: dolor de garganta, inflamación de las amígdalas, úlceras de la boca.

Se hacen gargarismo con la misma infusión. Las heridas se lavan con la infusión de hojas frescas. En dolores de espalda se usan hojas frescas machacadas, aplicadas como cataplasma.

Efectos: analgésico¹, antiespasmódico², antiséptico³, astringente⁴, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Disminuye el dolor.

2. Calma los retortijones estomacales.

3. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

4. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

Matico / Pañil

Buddleja globosa Hope

Nombres vernáculos: matico, matico chileno, pañil, palguín.

Descripción: arbusto siempreverde de 1,5 - 3 m de altura, con tallos subleñosos amarillentos. Hojas opuestas, de 3 - 15 cm de largo por 1 - 5 cm de ancho, ovalado-lanceoladas, rugosas, blanquecinas en su cara inferior, agudas en la punta. Flores anaranjadas, amarillas y rojas, dispuestas en cabezuelas globosas de 1 - 2 cm. Fruto en cápsula de 3 mm de diámetro. Semillas numerosas, poliédricas, menores de 1 mm de largo.

Farmacodinamia: el matico es una de las plantas más apreciadas en medicina popular por sus propiedades cicatrizantes; las hojas se utilizan en el tratamiento de una serie de malestares del aparato digestivo: dolor de estómago, úlceras estomacales, diarrea, colitis, afecciones hepáticas y de la vesícula; también en los casos de golpes y heridas internas. En forma externa se emplea para lavar heridas y úlceras, y en lavados vaginales.

Presentación comercial: hay varias formulaciones de matico de venta en farmacias: una solución homeopática que consiste en una mezcla, en partes iguales, de extractos de hojas de *Plantago major*, *Buddleja globosa* y flores de *Matricaria recutita*, recomendada como antiulceroso y antiespasmódico; para esta última indicación se venden cápsulas de polvo de hojas de esta planta. También se expenden pomadas, matico solo o combinado con caléndula, ambas para tratar afecciones dermatológicas.

Interés agronómico: por sus flores hermosas y llamativas, matico se puede cultivar con fines ornamentales.

Conservación: planta nativa de Chile, Perú y Argentina. En nuestro país habita desde la provincia de Santiago hasta la Patagonia, generalmente en sitios húmedos. Por su nombre suele confundirse con *Piper angustifolium* R. et P., planta medicinal muy común en Perú y Bolivia llamada popularmente "matico peruano" o simplemente "matico".



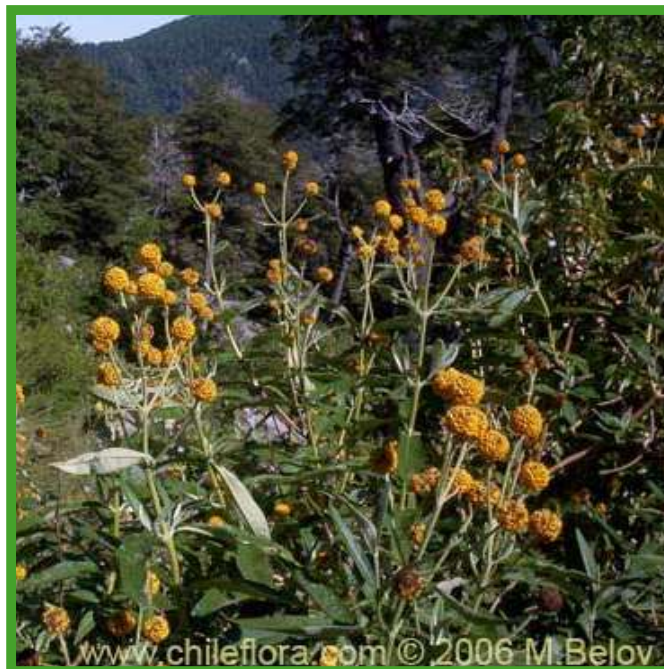
Buddleia crispa, Lemaire (1854).

www.meemelink.com/.../prints.Buddlejaceae.htm



<http://delta-intkey.com/angio/images/bmag174.jpg>

Hábito natural



VII Region, Reserva Nacional Altos del Lircay, Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0303.htm>

Detalles de flores y frutos.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0303.htm>

51. MATICO / PAÑIL (*Buddleja globosa*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: úlceras digestivas, indigestión, dolor de estómago, disfunción hepática.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: traumatismos y heridas de la piel.

La misma infusión sirve para lavar heridas y en compresas para contusiones y hematomas (moretones).

Efectos: analgésico¹, antimicótico², cicatrizante, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto cicatrizante tiene alguna evidencia científica.

¹. Disminuye el dolor.

². Combate las infecciones por hongos.

Melón reuma / Pepino reuma

Ecballium elaterium (L.) A. Rich

Nombres vernáculos: melón reuma, pepino reuma, cohombro amargo (Argentina), pepinillo del diablo (España).

Descripción: hierba anual o perenne con raíces carnosas grandes y tallos rastreros cilíndricos. Hojas palmado-lobadas o acorazonadas, toscas y con pedúnculos “auxiliares”. Flores en cabezuelas con corolas amarillas de nervios verdosos. Fruto pequeño, elíptico, verdoso, cubierto de aguijones triangulares.

Farmacognosia: la parte usada del melón reuma es el fruto o pepónide, que se distingue por ser carnoso parecido a la baya, y presentar el pericarpio coriáceo característico de las cucurbitáceas tales como *Citrulus lanatus* (sandía), *Cucumis melo* (melón) y *Cucurbita pepo* (calabaza).

Parte utilizada: los frutos macerados en alcohol durante varios días; el líquido resultante se utiliza para frotar las zonas afectadas por dolores reumáticos.

Farmacodinamia: Maimónides (siglo XII) lo consideró un antiséptico. En ciertos países como España el uso de *Ecballium* se encuentra restringido; en otros, como Gran Bretaña, sólo puede ser dispensado en farmacias.

Precauciones: el melón reuma tiene sustancias muy agresivas, por lo que está absolutamente vedada su ingesta. Dichos principios pueden causar graves daños. La manera más segura de beneficiarse de sus propiedades medicinales es adoptando la forma tradicional de uso: frotaciones o masajes en casos de dolores reumáticos.

Presentación comercial: una tintura para tratar dolores reumáticos y problemas circulatorios puede prepararse con una mezcla en partes iguales de corteza y hojas de canelo, romero y melón reuma.



Ecballium elaterium (L.) A. Rich., Holtzbecker (1649-1659).
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Gc3_ecballium_elaterium.jpg



www.botanical.com/botanical/mgmh/c/cucus124.html

Interés agronómico: el pepino reuma es una planta nativa de la cuenca del Mediterráneo. Crece en suelos calcáreos, bien drenados, soleados y probablemente de calidad media. El pepino reuma se cultiva como planta medicinal en varias zonas, mientras que en países como Australia, donde crece como maleza, está bajo control legal.

Detalles de flores y frutos.



www.uam.es/.../pagina%20galan/ecballium.htm



http://www.e-pelion.com/flora_cucurbitaceae_eelaterium.html

Hábito natural



(original Stueber).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ecballium_elaterium3.jpg

52. MELÓN REUMA / PEPINO REUMA (*Ecballium elaterium*), frutos.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: dolores reumáticos.

Los frutos se maceran en alcohol durante varios días; el líquido resultante se utiliza mediante frotaciones locales de las zonas afectadas por dolores reumáticos o la tintura del fruto se aplica directamente en frotaciones locales.

Efecto: anti-inflamatorio.

Precauciones: SOLO USO EXTERNO. Planta tóxica, no ingerir.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

Menta / Menta negra

Mentha x piperita.

Nombres vernáculos: menta, hierbabuena, menta negra, toronjil de menta (Cuba).

Descripción: hierba siempreverde muy aromática, de 20 - 100 cm de alto, erecta y lisa. Tallos cuadrangulares, generalmente rojizos. Hojas opuestas, de borde aserrado, de 4,5 - 8,5 cm de largo por 0,8 - 2 cm de ancho. Flores rosado-violáceas o purpúreas, de 4 a 5 cm de largo, dispuestas en espigas terminales. Fruto 2-4-aquenos ovoides, lisos, oscuros, de aprox. 0,8 mm de largo.

Usos: la menta es una de las plantas más utilizada por la población del país en todo tipo de desórdenes digestivos, como antiparasitario y para combatir cefaleas. Las hojas y sumidades floridas tienen propiedades estimulantes, estomáquicas, carminativas y antisépticas. Se puede tomar fresca o seca, sola o en mezclas con otras especies; con ella se preparan jarabes, alcoholatos, tinturas y elixires; muy empleada en licorería y en la preparación de vinagres aromáticos. De las hojas de menta se obtiene un aceite esencial usado en la industria alimenticia, farmacéutica y cosmética como agente saborizante y aromatizante por su alto contenido en mentol, principal responsable del agradable aroma y de la actividad terapéutica de esta planta.

Presentación comercial: se vende en los mercados y negocios como té de agrado, en bolsitas con la dosis para una taza de infusión; la hierbabuena también entra en la composición de numerosas mezclas con propiedades terapéuticas como antiespasmódico y digestivo.

Aspectos agronómicos: la menta es una planta originaria de las zonas templadas de Europa, África del Norte y China, y asilvestrada y cultivada en grandes cantidades en todo el mundo. Desde el punto de vista botánico es un híbrido de *Mentha aquatica* L. y *Mentha spicata* L. Se reproduce a través de estolones y plantines; puede crecer ya sea en forma espontánea, o en terrenos baldíos, escombros, suelos ricos, húmedos, bien drenados y soleados, parques, etc, en zonas de clima templado con elevada luminosidad. Las semillas tienen muy poco poder germinativo debido a su carácter híbrido. La multiplicación por estolones se



Mentha x piperita, Koehler (1887).

<http://www.meemelink.com/prints%20pages/prints.Lamiaceae%20M-R.htm>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm19.htm>

lleva a cabo en invierno y principios de primavera; éstos se separan de plantas madres de uno o dos años de edad, sanas, y de inmediato se siembran a una profundidad de 7 a 10 cm. Para reproducir la menta por plantines, se eligen trozos de rizomas de ejemplares vigorosos que se plantan en invierno a una profundidad de 4 a 8 cm. Al brotar, los rizomas originan numerosas plántulas que al alcanzar entre 10 y 15 cm de altura pueden ser transplantadas al lugar definitivo. El transplante se realiza a principios de primavera. Es un cultivo poco exigente, aunque es importante regar con frecuencia y eliminar las malezas porque algunas pueden reducir la calidad de la producción.

La menta puede vegetar durante varios años en un mismo sitio, pero se recomienda renovarla anualmente o cada dos años.

Recomendaciones para el cultivo de hierbabuena en macetas o en el jardín: crece muy bien en suelo rico en materia orgánica y algo húmedo; si en el jardín va a estar junto a otras plantas, es mejor plantarla con la misma maceta para limitar su crecimiento y que no se extienda demasiado, ya que es muy invasora y competiría con las otras especies de alrededor. Si es necesario, se puede controlar su crecimiento recortándola de vez en cuando; en primavera hay que aportar fertilizantes minerales.

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mentha_piperita_-_Pfefferminze.jpg



Aspecto parcial.

http://luirig.altervista.org/photos/m/mentha_piperita.htm

53. MENTA / MENTA NEGRA (*Mentha x piperita*), ramas-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: desórdenes digestivos (gases, náuseas, mal aliento y dolores estomacales); tonificante.

La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal (ó 6 a 8 hojas frescas) para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: antiespasmódico¹, carminativo².

Precauciones: no se debe administrar a niños menores de 2 años. Cuidado con personas con cálculos biliares y madres que amamantan (puede reducir el flujo de leche). Almacenar en un lugar fresco y protegido de la luz.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

¹. Calma los retortijones estomacales.

². Previene y favorece la expulsión de gases.

Milenrama

Achillea Millefolium L.

Nombres vernáculos: aquilea, milenrama.

Descripción: hierba aromática siempreverde, de 20-80 cm de altura, lisa. Hojas alternas, aserradas. Capítulos florales pequeños, en cimas corimbiformes densas. Involucro acampanado de 5 mm de longitud por 3 mm de diámetro; brácteas en 3-4 series, lanceoladas, pestañosas, márgenes hialinos. Receptáculo con paleas lanceoladas y pubescentes en la parte superior. Flores dimorfas: las marginales femeninas, generalmente 5, liguladas, blancas o rosadas; lígulas anchamente elípticas, 3-dentadas, de 1,5-2 mm de long., y casi iguales de ancho. Flores del centro hermafroditas, tubulosas, amarillas. Anteras de base redonda. Estilo de ramas truncadas y ápice piloso. Aquenios comprimidos, oblongos, glabros, de 1,5-2 mm de longitud. Sin papus.

Farmacognosia: se emplean las partes no lignificadas del tallo foliado, o simplemente la flor.

Farmacodinamia: se reconoce para aquilea propiedades coleréticas, antibacterianas, astringentes y antiespasmódicas. En medicina popular se utiliza como emenagogo, contra los dolores menstruales, en el tratamiento interno de trastornos digestivos y diarreas. En forma externa se usa para lavar heridas de cualquier naturaleza.

Contraindicación: no es recomendable su administración durante el embarazo por ser un estimulante uterino. También está contraindicada en personas que están en tratamiento con anticoagulantes orales.

Presentación comercial: existen mezclas de hierbas que contienen milenrama, una indicada para la diarrea (con menta, paico, y bailahuén, entre otras plantas), y otra recomendada para trastornos hepáticos (compuesta además por alcachofa, malva, caléndula y frángula). También se encuentran en el comercio glóbulos homeopáticos diversos.



Achillea millefolium L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-149.jpg>



<http://wisplants.uwsp.edu/scripts/detail.sp?SpCode=ACHMILsLAN>

Hábito natural

Interés agronómico: la milenrama se suele cultivar como “cubresuelos”. Se reproduce por semillas y por división de los cepellones a partir de plantas madres de más de 1 año de edad. Crece en cualquier tipo de terreno, siempre que sea permeable, con buen drenaje y soleado; en otoño es conveniente enriquecer el suelo con abono orgánico. Las inflorescencias se recogen desde septiembre hasta enero- febrero, cortando el tallo a 10 cm bajo las mismas; el secado se realiza a la sombra, en un lugar bien aireado, y una vez secas se conservan en bolsas de papel o de tela en un sitio oscuro y seco.

Conservación: natural de las regiones templadas del Hemisferio Norte, la milenrama presenta actualmente una distribución mundial bastante amplia, sobre todo en países de clima templado donde crece en terrenos secos y soleados.



<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:RaggalHaus36.JPG>

54. MILENRAMA (*Achillea millefolium*), tallo blando (no lignificado)-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: dolores menstruales; digestión difícil; diarreas; fiebre.

La infusión se prepara con 2 cucharadas de la planta seca en 1 litro de agua recién hervida, dejar reposar 10 minutos: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: heridas de diversa naturaleza, pequeñas hemorragias.

Utilizar el doble de la cantidad de planta para el mismo volumen de agua.

Efectos: antibacteriano¹, astringente², emenagogo³, antiespasmódico⁴, hemostático⁵, febrífugo⁶, anti-inflamatorio.

Precauciones: no administrar durante el embarazo y lactancia. No recomendado a personas en tratamiento con anticoagulantes orales. No tomar muy concentrado pues puede interferir con terapias antihipertensivas y causar sedación y diuresis. Puede producir dermatitis por contacto e incrementar la sensibilidad a la luz del sol. No usar en heridas infectadas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

2. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

3. Estimula o favorece el flujo menstrual.

4. Calma los retortijones intestinales.

5. Disminuye el sangrado o hemorragia.

6. Baja la fiebre.

Molle

Schinus areira L.

Nombres vernáculos: molle, pimienta boliviano, aguaribay (Uruguay), muli y cuyash (Perú), molle (Bolivia, Argentina), aroeira (Brasil, Colombia).

Descripción: árbol muy ramoso de follaje siempreverde, delgado pardo. Hojas de 10 - 30 cm de largo, glabras o pubérulas; folíolos opuestos, subopuestos o alternos en el raquis, 9-15 pares, lanceolados, de 36-54 mm de largo los basales. Fruto rosado a rojo cuando madura, esférico, liso, de unos 7 mm de diámetro, con fuerte fragancia parecida a la pimienta y de sabor picante.

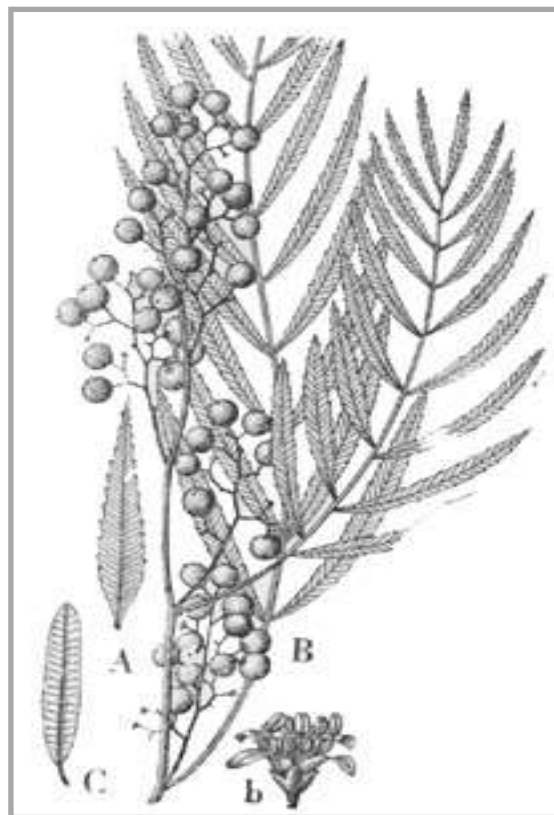
Farmacognosia: cronistas coloniales señalan que las chichas de maíz (*Zea mays*), algarrobo (*Prosopis* sp.) y frutos de molle (*Schinus* sp.), en particular, poseen propiedades preventivas o curativas de afecciones urogenitales.

Usos: se emplean las hojas y la corteza en infusión para el tratamiento de la bronquitis, y en especial para el asma; en malestares reumáticos, hepáticos o estomacales; también se utilizan para regular el ciclo menstrual; las hojas frescas o hervidas se usan como cataplasmas para tratar el reumatismo, la ciática, la hinchazón de las extremidades y para curar heridas.

Recomendaciones: no se aconseja administrar durante el embarazo. Se advierte que el consumo de los frutos del molle puede provocar reacciones tóxicas, sobre todo en niños.

Presentación comercial: fruto maduros secos en bolsitas distribuidas en el comercio establecido.

Antecedentes agronómicos: es una especie nativa del Perú que vegeta en los Andes entre los 1500 y 2000 m.s.n.m. En Chile, donde el molle se cultiva, las plantaciones se distribuyen desde el límite norte hasta la Región Metropolitana. También crece en México, sureste del Brasil, Uruguay, Bolivia, Ecuador, Paraguay, Colombia y noroeste de Argentina. En nuestro país es considerado un recurso de protección de suelos; así, en la IV Región se ha empleado en suelos muy delgados y asoleados. Se propaga por semillas que



Schinus molle var. *areira*, "pimiento boliviano":
rama con hojas compuestas y frutos (drupas), b. flor.
(Teillier, s/d)



Schinus latifolius.

<http://www.chlorischile.cl/cursosonline/guia14/fig10y11.htm>

se siembran en almacigo estratificado en cama fría; se sacan del frío durante el mes de agosto y se ponen a germinar a 18 a 22 C°; tardan de 20 a 35 días en aparecer las primeras plántulas.



Schinus latifolius: detalle de frutos.

<http://www.viarural.cl/agricultura/forestacion/especies/autoctonas/molle/default.htm>

Hábito natural



Schinus molle L.: follaje.

http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Sapindales/Anacardiaceae/Schinus/molle/Schinus%20molle.htm

55. MOLLE (*Schinus areira*) hojas-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: bronquitis; malestares hepáticos; dolores estomacales, gases; dolores reumáticos; menstruación irregular.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día;

b) uso externo: reumatismo, ciática; aseo de heridas.

Se utiliza en decocción o cocimiento de la corteza, hirviendo 1 cucharada del vegetal en 1 litro de agua durante 10 minutos. Usar en forma de compresas o baños (reumatismo) y lavados en las heridas.

Efectos: anti-inflamatorio, cicatrizante, emenagogo¹, antiespasmódico², antibacteriano³ y antifúngico⁴.

Precauciones: no administrar durante el embarazo; el consumo de los frutos del molle puede provocar reacciones tóxicas sobre todo en niños. Puede potenciar el efecto de medicamentos usados para bajar la presión arterial.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal.

Otros antecedentes: sus efectos anti-inflamatorio, cicatrizante, antifúngico y antiespasmódico tienen alguna evidencia científica.

1. Estimula o favorece el flujo menstrual.

2. Calma los retortijones intestinales.

3. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

4. Mata los hongos o impide su desarrollo.

Morera

Morus nigra L.

Nombres vernáculos: morera.

Descripción: árbol caducifolio, hermoso, de 20 m de altura, aspecto rugoso y apariencia pintoresca, de ramas foliosas formando una copa abierta, tronco corto, áspero. Flores unisexuales. La polidrupa es de color púrpura intensa; cada semilla está incluida por los cuatro sépalos agrandados, que han llegado a ser suculentos, formando así un fruto compuesto.

Farmacognosia: en nuestro país se utilizan las hojas de morera para el control de la diabetes no insulino-dependiente.

Farmacodinamia: en su país de origen, donde se cultivada desde hace más de 5000 años, se le atribuyen propiedades medicinales a cada una de sus partes. Sin embargo en Europa, y en los países que han adoptado su cultivo, los frutos (ricos en antioxidantes y vitamina C) son los que gozan de más popularidad incluso como medicamento; en forma de jarabe, infusión de frutos secos o frescos, o simplemente el zumo recién exprimido se emplean como laxante suave, expectorante, en gárgaras contra malestares de las amígdalas y, en general, para tratar diversas afecciones de la boca y garganta. En la medicina popular chilena la infusión de hojas de morera, indistintamente de cualquiera de las dos especies más comunes del género *Morus* que vegetan en Chile *M. nigra* o *M. alba*, se utilizan principalmente para el control de la diabetes mellitus (no isulino-dependiente); también se recomiendan en cocimiento contra el estreñimiento y fiebres producidas por procesos inflamatorios.

Presentación comercial: las hojas secas de morera se pueden encontrar en mercados y negocios de herbolaria; también en comprimidos que contienen *Morus nigra*, *Eucalytus globulus*, *Rubus fruticosus*, *Solanum ligustrinum* y *Urtica urens*, recomendados como coadyuvante en el tratamiento de la diabetes. Los frutos de morera son muy dulces y adecuados para la preparación de mermeladas y jaleas.



Morus nigra L., Thomé (1885).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Illustration_Morus_nigra0.jpg



Izq.: www.botanical.com/botanical/mgmh/m/mulcom62.html

Aspectos agronómicos : el género *Morus* está constituido por varias especies, siendo las más abundantes *Morus alba*, *Morus nigra* y *Morus rubra*; son plantas nativas de China y Asia Menor, y en su país de origen su presencia y cultivo están asociados a la cría del gusano de seda, del que las hojas de morera son su único alimento. Con la difusión de la sericultura por Europa y el mundo también se ha ido desplazando el cultivo de moreras, aunque actualmente su desarrollo está vinculado, principalmente, a otros rubros comerciales como el forrajero para ganado ovino, caprino y vacuno; es una planta excepcional, con una gran biomasa y rica en proteínas con un buen perfil de aminoácidos y otros nutrientes indispensables en la dieta de estos animales; la morera produce más nutrientes digestibles que la mayoría de los forrajes tradicionales. Se cultiva con fines ornamentales, por sus frutos, como insumo de la industria de la seda o como especie forrajera; en este último caso su cultivo debe ir asociado a legumbres fijadoras de nitrógeno.

Hábito natural



http://luirig.altervista.org/photos/m/morus_nigra.htm



Cerco con *Morus nigra*.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Daniel_Fuchs.CC-BY-A.Morus_nigra.Hedge.jpg



Frutos maduros de morera.

56. MORERA (*Morus nigra*), corteza-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: diabetes mellitus no insulino requirente.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efecto: hipoglucemiante¹.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto hipoglucemiante tiene alguna evidencia científica.

¹. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

Nalca / Pangue

Gunnera tinctoria (Molina) Mirb.

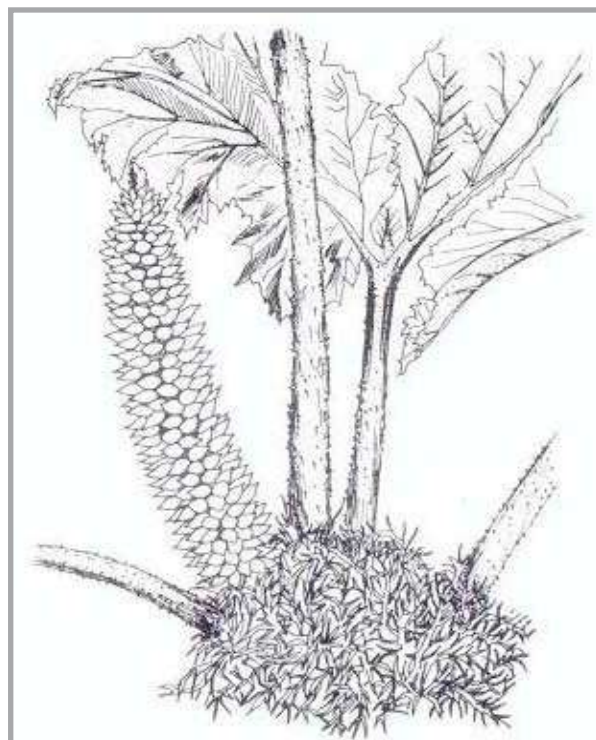
Nombres vernáculos: nalca, pangue, panque.

Descripción: hierba gigantesca de 1,5 m de alto con el tallo más o menos subterráneo, grueso, corto y camoso. Hojas alternas, con pecíolos largos (hasta 1,5 m), gruesos, camosos, sembrados de verrugas puntiagudas; de 0,6 - 1,5 m de diámetro, de bordes con 5 o más lóbulos con dientes agudos en los márgenes. Inflorescencias espiciformes, gruesas, más cortas que las hojas y a veces ocultas en ellas, de 20 a 60 cm de largo, que llevan un racimo apretado cilíndrico de flores pequeñas. El fruto es una drupa ovoide de color rojo anaranjado, de 1,5 a 2 mm de diámetro, que contiene una semilla.

Nota: el nombre mapuche de la planta, “panque”, corresponde al de dos especies continentales: *G. tinctoria* y *G. glabra*, y dos insulares del archipiélago Juan Fernández: *G. peltata* y *G. bracteata*. El nombre “nalca” (también mapuche) designa el pecíolo de la hoja, el que puede alcanzar más de 1 metro de longitud; la base del tallo y la raíz se llaman “depe”, y la inflorescencia “chanfarraina”. Los habitantes de Chiloé nominan “dengacho”, que significa “enterrado”, a una variedad de pangue que crece en las arenas húmedas y cuyo rizoma enterrado al igual que las partes bajas de los pecíolos son comestibles, y bastante sabrosos; este rizoma, así como toda la planta se los conoce como “rahuay”².

Farmacodinamia. los usos del panque son numerosos, varios de ellos relacionados con las propiedades astringentes y hemostáticas que se le atribuyen; así, la decocción de la raíz y del pecíolo (nalca) se utilizan en hemorragias, reglas abundantes y dolorosas, disentería, diarreas, para lavar heridas, en lavados vaginales y tratar afecciones de la boca y garganta; también para problemas estomacales y del hígado; en cambio la decocción preparada con las hojas se emplea para bajar la fiebre ya sea que se beba el preparado, o que se coloquen las hojas cocidas, en forma de cataplasma, sobre la espalda del enfermo en el área de los riñones.

El pangue es también una especie culinaria; en la cocina chilota, con sus hojas se cubre el curanto y se envuelven porciones de masa a base de papas para su cocción; el macerado de sus flores constituye una bebida refrescante. Otros usos se dan a la raíz de esta planta: se emplea para



Gunnera tinctoria.

Hábito de la nalca, donde se observan pecíolos y la porción basal de una hoja, así como su inflorescencia. (original Aqueveque)¹.



Izq.: Follaje de la nalca / Der.: Inflorescencia

http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/

[Gunneraceae/tinctoria/nalca.htm](http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Gunneraceae/tinctoria/nalca.htm)

¹.Muñoz (1980). / ².Mösbach (1992).

teñir de color negro lanas y algodón, y junto con la hoja de la nalca es aprovechada para curtir cueros.

Presentación comercial: sólo uso rústico como alimento y medicina de venta en ferias y mercados.

Aspectos agronómicos: esta planta originaria de nuestro país se distribuye desde la IV a la XII Región; también crece en Argentina en la zona andino-patagónica. Especie perenne, ha sido naturalizada en otras partes del mundo como ornamental. Crece en lugares húmedos, pantanosos, o a orillas de cursos de agua. Es una planta de crecimiento rápido, sobre todo si está a semisombra y cuenta con suficiente agua en el suelo. Necesita suelos muy húmedos, ricos en nutrientes, ligeramente ácidos y luminosidad alta a media. Se siembra a pleno sol o semisombra y se riega en abundancia al amanecer o al atardecer. Resiste bien las heladas e incluso la nieve. Se propaga por semillas en almácigo estratificado en otoño, en una mezcla de compost, tierra ácida, turba remojada con 24 horas de anticipación y arena. Se trasplanta a bolsa con la misma mezcla. Es fácil multiplicarla por separación de rizomas a comienzos de primavera. Florece entre octubre y diciembre, y fructifica en los meses de enero y febrero. El pangue es una muy buena especie fijadora de nitrógeno; esta cualidad tal vez podría ser de utilidad para la recuperación de suelos agotados en este nutriente

Hábito natural



Nalcas a lo largo de la Carretera Austral – tramo Hornopirén-Puyuhuapi.

57. NALCA / PANGUE (*Gunnera tinctoria*), raíz-tallo-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: hemorragias; reglas abundantes y dolorosas; diarreas, afecciones estomacales y del hígado; fiebre.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

La decocción (cocimiento) de las hojas sirve para disminuir la fiebre. Se prepara con 1 cucharada para 1 litro de agua hirviendo por 10 minutos: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas, irritación vaginal y de encías; dolor de garganta.

La infusión sirve para lavar heridas.

La decocción (cocimiento) de raíz y/o tallo triturado se prepara con 1 cucharada del material para 1 litro de agua; hervir por 10 minutos. Usar para lavados o hacer gárgaras.

Efectos: astringente¹, hemostático², febrífugo³.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto hemostático tiene alguna evidencia científica.

1. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

2. Disminuye el sangrado o hemorragia.

3. Baja la fiebre.

Naranja amargo / Naranja agrio

Citrus aurantium L.

Nombres vernáculos: naranja amargo, naranja agrio.

Descripción: árbol siempreverde, leñoso, de 8 –10 metros de altura y abundante follaje, tronco grueso, erecto; corteza suave, café, ramas verdes, espinas no muy puntiagudas de 2-8 cm de largo. Hojas aovado lanceoladas, de aprox. 8 cm de largo, sinuosas o crenadas, alternas, brillantes, con pequeña glándulas de aceite, peciolo alado, ancho, de 6-13 cm de longitud. Flores muy aromáticas (conocidas popularmente como azahares), blancas o rosadas, axilares, pétalos 5, separados, hasta 24 estambres; fruto globoso, de aprox. 7,5 cm de diámetro, de color naranja en su madurez, pericarpio rugoso, grueso, amargo, con glándulas de aceite; 10-12 segmentos con paredes amargas y pulpa ácida, varias semillas.

Farmacodinamia: los principios amargos le dan a naranja amarga propiedades aperitivas y tónicas. En medicina tradicional se emplean las hojas, flores y corteza del fruto; la infusión preparada con las hojas se utiliza popularmente para el tratamiento de afecciones digestivas (cólicos, dispepsia, inapetencia, náuseas) y respiratorias (bronquitis, tos, resfríos), en cambio las flores, en jarabe o infusión, así como las otras partes de la planta se usan como tranquilizante nervioso y antidepresivo (dolor de cabeza, insomnio). Algunos autores advierten sobre el uso de formulaciones de *Citrus aurantium* en tratamientos de la obesidad. El uso de preparados de naranja amarga está contraindicado en coadministración con medicamentos que contengan ciclosporina.

Presentación comercial: la cáscara de naranja amarga se emplea en licorería para la preparación de Curaçao y Cointreau. Existe un Té de Cedrón Compuesto, que contiene hojas de naranja, melisa, menta, cedrón, culén, rosa mosqueta y zarzamora, y se recomienda como bebida estomacal en reemplazo del té o café; también un jarabe de tintura de alfalfa, extracto de malta, tintura de naranja amarga, sulfato ferroso heptahidratado, que se expende como tratamiento y prevención de la deficiencia de hierro.



Citrus aurantium L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-042.jpg>



C. sinensis A. Risso et A. Poiteau (1872).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Histoire_et_culture_des_orangers_A._Risso_et_A._Poiteau._--_Paris_Henri_Plon,_Editeur,_1872.jpg

Hábito natural



<http://www.rogerstreesandshrubs.com/gallery/DisplayBlock.asp?bid=11327&gid=&source=gallerydefault>

Aspectos agronómicos: *Citrus aurantium* es originario de Asia, y actualmente se cultiva en países de clima subtropical a cálido; requiere terrenos asoleados, bien drenados, ligeramente ácidos y ricos en humus. Se propaga por semillas que se siembran en bolsas durante 1-2 años, y luego se plantan en lugar definitivo; no requiere cuidados especiales; es atacada por la mayoría de las plagas y enfermedades virales, transmitidas por pulgones, y fúngicas. La colecta de las hojas se hace, de preferencia, en primavera y se secan a la sombra; las flores se recogen al comenzar a abrirse y se secan rápidamente a la sombra; son muy delicadas y requieren de un manejo cuidadoso; los frutos se colectan poco antes de su madurez, se les quita la cáscara (no muy gruesa) y se secan a la sombra. Después del secado, el material recolectado se guarda a temperatura ambiente, en envases, sacos o costales protegidos de la luz y la humedad. El naranjo amargo se cultiva en gran medida para la obtención del aceite esencial; se pueden lograr tres tipos de esencias: a partir de la cáscara, por expresión en frío, se obtiene la más empleada comercialmente; de las yemas florales y de las flores, mediante el método de destilación con vapor de agua, la esencia de neroli; por último, de las hojas, ramas y frutos, y por el mismo proceso anterior, la llamada esencia de petit grain.

58. NARANJO AMARGO / NARANJO AGRIO. (*Citrus aurantium*), hojas-flores-cáscara.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: insomnio, nerviosismo, estrés (infusión de flores); dispepsias, inapetencia, indigestión, asma, gripe, resfriados, tos (cocimiento de la cáscara); fragilidad capilar.

La infusión se prepara con 1 cucharada de flores para 1 litro de agua recién hervida, dejando reposar durante 5 minutos: beber 2 tazas en la tarde.

La decocción (cocimiento) se prepara hirviendo 1 cucharada de cáscara en 1 litro de agua durante diez minutos: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: sedante¹ suave, hemostático², estomacal³.

Precauciones: puede producir efectos adversos cardiovasculares ya sea en la frecuencia cardíaca o en la presión sanguínea, los que son significativamente potenciados por cafeína. Está contraindicada su administración simultánea con medicamentos que contengan ciclosporina. Deben evitar su consumo personas en tratamiento con IMAO (antidepresivos Inhibidores de la enzima Mono Amino Oxidasa), con hipertensión severa, diabetes mellitus, glaucoma e hipertrofia prostática. Administrar con precaución en embarazadas y niños menores; no exceder las cantidades indicadas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Modera la actividad del sistema nervioso.

2. Disminuye el sangrado o hemorragia.

3. Favorece la digestión.

Natre / Tomatillo

Solanum ligustrinum Lodd

Nombres vernáculos: natre, natri, tomatillo, natreng (Mapudungún).

Descripción: arbusto perenne de 1 a 2 m de altura, hojas alternas, peciolo de 5 a 15 mm, láminas coriáceas y brillantes, glabras, a veces finamente pestañosas, elípticas, oblongas o lineal-oblongas, obtusas de base cuneada, de color verde muy oscuro. Cáliz liso, con cinco dientes anchamente triangulares, de 2 a 3 mm de largo. Corola violeta intenso, rara vez blanca, generalmente con el fondo amarillo. Fruto en baya de 5 a 10 mm de diámetro, anaranjada o rojiza. Semillas numerosas e irregulares de 0,5 mm de largo.

Farmacognosia: en medicina popular la parte usada del natre son principalmente las hojas, aunque a veces también se emplean los tallos desprovistos de corteza, sobre todo si son delgados

Farmacodinamia: diferentes estudios destacan los efectos antipiréticos y antiinflamatorios de los extractos de ramas y hojas de esta planta, así como su actividad antimicótica sobre *Candida albicans* y otras especies de hongos patógenos. En la tradición médica popular esta planta de intenso sabor amargo es empleada, principalmente, contra la fiebre de cualquier origen; también para el tratamiento de la diabetes por considerarse que tiene propiedades hipoglicemiantes; se prepara en forma de infusión o simplemente macerado, en dosis de 2 a 3 hojas para 1 taza de agua; se bebe en pequeñas cantidades varias veces al día. Cuando la fiebre es muy alta se emplea en forma de enemas. No se recomienda administrar en casos de hipotensión.

Presentación del comercio: usorústico principalmente; además se hallan a la venta comprimidos que incluyen morera, eucalipto, ortiga, natre y *Rubus fruticosus*, recomendados como coadyuvante en el tratamiento de la diabetes.



http://www.swsbm.com/NGSImages/Solanum_dulcamara.jpg



Solanum ligustrinum.
Dibujo de rama florida.¹

¹ Navas (1973-76).

Hábito natural

Aspectos agronómicos: el natre es un arbusto común del matorral de Chile central entre Coquimbo y Colchagua; también crece en el sur de Argentina (Neuquén). En nuestro país también se llaman “natre” otras especies del género *Solanum* (*S. crispum* y *S. gayanum*), además de *S. ligustrinum*, que comparten con ésta el mismo uso tradicional así como el sabor amargo de sus hojas y corteza de sus tallos. Es una planta de fácil reproducción mediante esquejes y semillas; no requiere suelos particularmente fértiles; su habitat incluye terrenos degradados, laderas de colinas, tierras agotadas. Florece la mayor parte del año y sus flores tienen un hermoso color; podría constituirse en una prometedora planta de ornato.



VII Region, Camino a Laguna Maule, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0196.htm>



Carretera del Cobre, Rancagua, VI Región de O'Higgins.

<http://www.chilebosque.cl/shrb/sligu.html>

59. NATRE / TOMATILLO (*Solanum ligustrinum*), hojas-tallo.

PROPIEDADES

Uso tradicional: fiebre; dolor de cabeza; diabetes mellitus no insulino requirente.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

En caso de fiebre alta usar decocción (cocimiento) como enema (lavado intestinal): hervir 1 cucharada del vegetal en 1 litro de agua durante 10 minutos, entibiar y aplicar.

Efectos: febrífugo¹, hipoglicemiante².

Precauciones: contraindicado en personas con presión arterial baja.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto febrífugo tiene alguna evidencia científica.

1. Baja la fiebre.

2. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

Nogal

Juglans regia L.

Nombres vernáculos: nogal, nogal negro, nogal de Castilla (México).

Descripción: árbol de hoja anual de hasta 20 m de altura, de copa redondeada y corteza color gris claro, profundamente agrietada en los ejemplares añosos. Hojas alternas de margen entero. Monoico: flores masculinas se reúnen en racimos de 5 - 15 cm en el extremo distal de las ramas del año anterior; flores femeninas pequeñas, redondeadas, se forman en el extremo de la rama del año. El fruto carnoso, de 4 - 5 cm de longitud, de exterior verde que ennegrece rápidamente, contiene la semilla que consta de un hueso leñoso (la "nuez") con un interior oleaginoso muy lobulado, con forma de cerebro, comestible. Florece en primavera.

Farmacognosia: para usos medicinales se recolecta el pericarpio verde (corteza) de las nueces maduras; se secan en capas finas al sol, y se le dan varias vueltas hasta que toma un color marrón oscuro. También se colectan los folíolos jóvenes, que se ponen a secar rápidamente, y las hojas maduras que deben recogerse al inicio del verano, cuando los frutos están formados.

Farmacodinamia: por su contenido en sustancias astringentes, incluyendo los taninos, la decocción de las hojas se usa como antidiarreico; las recomendaciones de la Farmacopea francesa son: 10gr/L, hervir 15 min; tomar 1/4L - 3/4L al día. Por sus propiedades antimicóticas, bactericidas y vermífugas la decocción de las hojas también se recomienda en gargarismos (aftas, amigdalitis) y duchas vaginales (flujos, leucorrea); popularmente, además, se emplea en el control de la diabetes; este mismo preparado se aplica sobre el cuero cabelludo para evitar la caída del pelo. El cocimiento del pericarpio del fruto se utiliza para lavados locales y baños en casos de dermatosis (eccema, impétigo, acné, piodermatitis, sarna, tiña). En fitoterapia, el nogal se emplea como drenador cutáneo.

La *Juglans regia* también es la base de una de las 38 flores del Dr. Edward Bach.

Presentación comercial: uso rústico principalmente.



Juglans regia L., Koehler (1887).

www.meemelink.com/prints%20pages/23993.Juglan...



Detalles del dimorfismo sexual de las flores.

http://luirig.altervista.org/photos/j/juglans_regia.htm

Hábito natural

Agronomía: a pesar de su rusticidad, esta planta prefiere suelos húmedos y ricos en humus. Los nogales se propagan en viveros por injerto de púas y por yemas. El injerto por yema se hace sobre nogal negro (*Juglans nigra*) para que quede una corta sección del tronco de éste, lo que disminuye el peligro de quemaduras por el sol y la entrada de hongos en la raíz. Cuando el tronco tiene unos 2,5 cm de altura se descalza con una azada unos 5 a 10 cm y la púa se injerta en el pie debajo del nivel del terreno; se ata bien, se cubre con emulsión asfáltica y se vuelve a cubrir con tierra la zona manipulada. Las plantas así injertadas en el vivero se mantienen un año más formando un eje central, sin laterales, atadas a una estaca de 2,5 a 5 cm por 2,4 m de alto. El injerto de parche puede emplearse en plantas de vivero de crecimiento rápido de un año de edad. Conviene premadurar las yemas, quitando las hojas a la rama, dejando el raquis adherido, 10 días antes de sacar las yemas. Pueden usarse bandas plásticas o de goma para atar la yema firmemente al pie.



Un nogal añoso

(en la esquina inf.-izq. detalles de follaje y frutos).

http://www.familie-schiermeyer.de/Dateien/Samenpflanzen/Juglans_regia.jpg

60. NOGAL (*Juglans regia*), hojas-cáscara del fruto aún verde.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: la decocción (cocimiento) de las hojas se usa en diarrea, lombrices intestinales y diabetes mellitus. La decocción de cáscaras verdes se usa en inflamación de los ganglios y debilidad general.

b) uso externo: la decocción de las hojas en afecciones bucales (aftas y amigdalitis); caída del cabello; leucorrea (flujo vaginal). La decocción de cáscaras verdes se usa en eczemas, impétigo, acné, sarna, tiña.

Para preparar una decocción se ponen 1 a 2 cucharadas de cáscaras (en el caso de las hojas, se pone 1 cucharada) en 1 litro de agua, hervir 15 minutos, dejar reposar y filtrar: beber 1 taza 3 veces al día. Si se usa para lavados se puede preparar con doble cantidad por litro.

Efectos: antimicótico¹, astringente², antibacteriano³, vermífugo⁴, hipoglicemiante⁵, tónico.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso externo tiene alguna evidencia científica.

1. Combate la infección causada por hongos.

2. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

3. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

4. Elimina las lombrices intestinales.

5. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre.

Olivo

Olea europaea L.

Nombre vernáculo: olivo.

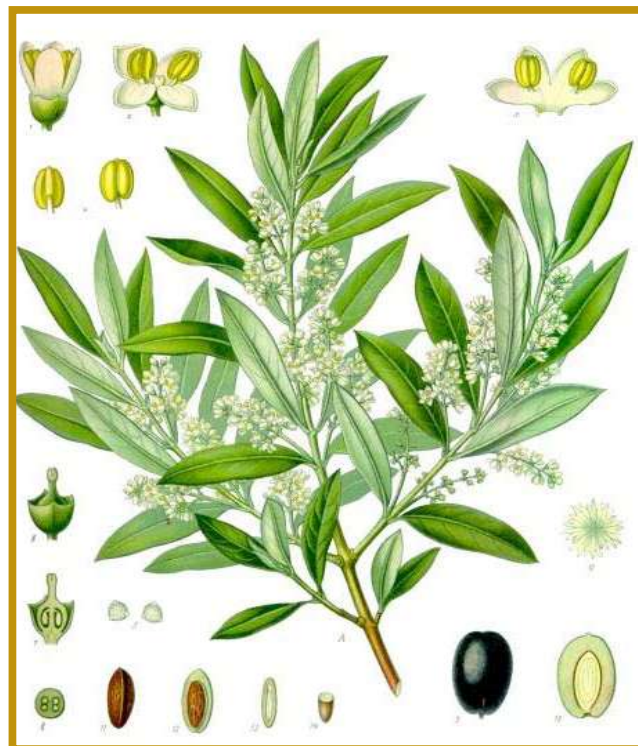
Descripción: árbol siempreverde de 4-8 m de altura, con el tronco corto, tortuoso, de corteza grisácea muy fisurada. Ramificación abundante. Hojas coriáceas, elípticas, oblongas o lanceoladas, de 3-9 cm de longitud, de color verde fuerte en el haz y blanquecinas en el envés. Ramillas y yemas igualmente blanquecinas. Flores en racimillos axilares más cortos que las hojas, con muchas flores pequeñas, blanquecinas, olorosas, con 2 estambres. Florece en abril y mayo. Fruto en drupa ovoide y carnosa (aceituna), de 1 - 3,5 cm de longitud, de color verde o negro, con una sola semilla (las aceitunas aparecen recién a partir de los 10 años de vida del árbol).

Farmacognosia: la parte utilizada por sus propiedades terapéuticas son las hojas del olivo.

Farmacodinamia: se han estudiado sus efectos antimicrobianos, antihipertensivos, antiateroscleróticos y antioxidantes, así como sus propiedades antioxidantes, antiagregante plaquetario, cardioprotectoras y antioxidantes. Se considera que el aceite es colagogo y laxante suave. En medicina popular se utilizan las hojas en infusión principalmente para bajar la presión.

Presentación comercial: existe Té de Olivo Compuesto, una mezcla de hojas de olivo, hualtata, fucus, muérdago, cachanagua, sanguinaria, chilco y pichi, indicado para el tratamiento de la hipertensión.

Antecedentes agronómicos: árbol originario de la cuenca del mediterráneo que se cultiva desde hace más de 3.000 años. Fue traído a América por los conquistadores españoles a través de México. Es una planta que se reproduce por semillas y esquejes; es muy resistente a las sequías; admite suelos pobres y tolera muy bien el trasplante y el recorte. Se cultiva sobre todo por su aceite que se obtiene a partir de las semillas. El olivo se suele utilizar con fines ornamentales, normalmente como ejemplar aislado. Por ser una especie económicamente importante, hoy en día su cultivo en el mundo está en aumento; también en nuestro país, pese de los problemas de alergia que acarrea su polen.



Olea europaea L., Koehler (1887).

http://www.biotox.cz/botanicus/jpg/bph_0012.jpg



<http://www.dkimages.com/discover/previews/937/75009465.JPG>



Vista parcial de follaje y frutos.

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Olea-europaea-foliage.JPG>



Flores.

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Olivenbl%C3%BCte2.jpg>

Hábito natural



Un olivo añoso.

http://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Olea_europaea_subsp_europaeaOliveTree.jpg

61. OLIVO (*olea europaea*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: presión arterial alta.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas frescas trituradas para 1 litro de agua recién hervida, dejando reposar: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efecto: antihipertensivo.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su **preparación en utensilios de aluminio.**

Otros antecedentes: su efecto antihipertensivo tiene alguna evidencia científica.

Ortiga

Urtica dioica L.

Nombres vernáculos: ortiga, ortiga mayor, ortiga caballuna.

Descripción: hierba siempreverde que puede alcanzar 1 – 1,5 m de altura, densamente cubierta de pelos urticantes. Raíz gruesa. Tallo cuadrangular y acanalado, con escasas ramificaciones. Hojas grandes de hasta 12 cm. de largo, opuestas, ovales o acorazonadas, de bordes aserrados. Flores muy pequeñas, verde amarillentas, recogidas en espigas dioicas, a veces monoicas: las masculinas de 2 - 3 mm de largo y las femeninas de 1,5 - 2 mm de largo. Florece desde agosto hasta noviembre. El fruto es un aquenio aovado, marrón-amarillento, de 1-1,8 mm de longitud, con una sola semilla en su interior.

Farmacognosia: de la ortiga se utilizan las hojas, tallos, y en menor medida el rizoma o las otras partes de la planta, así como el jugo fresco prensado.

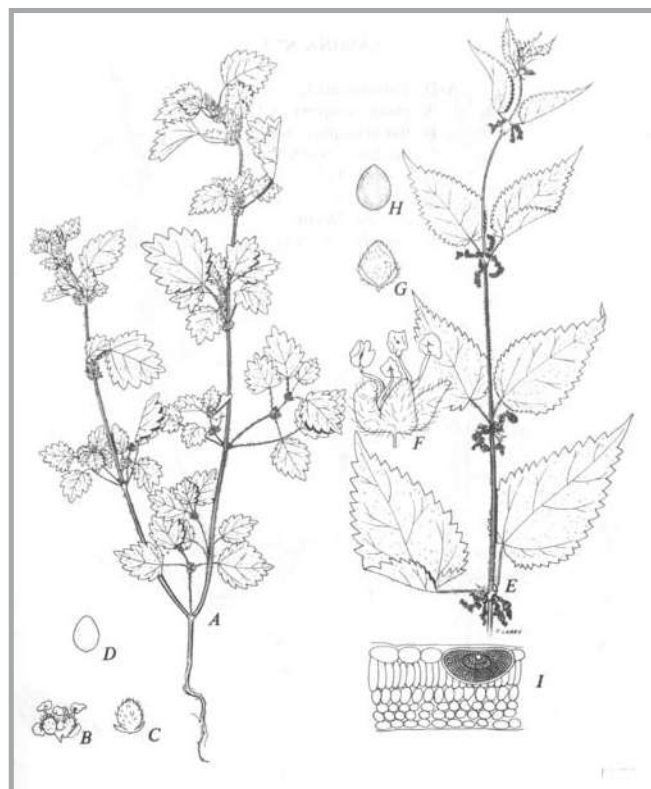
Farmacodinamia: en medicina popular la ortiga está considerada un magnífico depurativo y diurético, además de astringente, hemostático, mineralizante y estimulante del sistema circulatorio; por vía oral, en infusión o el jugo recién exprimido, se le emplea en afecciones de las vías urinarias, sangrado interno o externo, tratamiento de la anemia, trastornos respiratorios (tos) y digestivos (colitis), reumatismo, gota. En cocimiento y en aplicaciones locales o baños se emplea en dolores reumáticos, artritis, gota, neuralgias, hemorroides (pomada de ortiga), afecciones de la piel y del cuero cabelludo (caspa y caída del cabello; en este último caso mezclada con hojas de romero Castilla y toronjil cuyano). La ensalada de ortiga apenas escaldada es considerada muy eficaz para combatir la anemia. Para el empleo de ortiga en afecciones renales existen incluso datos clínicos. En fitoterapia clínica se emplea como drenador hepático y diurético de tipo volumétrico y eliminador de ácido úrico.



Urtica dioica L., Thomé (1885).
http://es.wikipedia.org/wiki/Urtica_dioica

Presentaciones comerciales: existen un extracto alcohólico de *Urtica dioica* recomendado como desintoxicante orgánico, renovador de las funciones digestivas y circulatorias; una fórmula con ortiga y árnica, entre otros compuestos, indicada como anti-inflamatorio y analgésico homeopático; un té compuesto con raíz de altea, ortiga, hierba del platero, folículos de sen y flores de tilo, recomendado para tratar el resfrío y la gripe, y un shampoo indicado en la fragilidad capilar.

Aspectos agronómicos: la ortiga es una planta cosmopolita muy abundante en nuestro país. Crece desde la provincia de Antofagasta hasta Magallanes. Es una planta de clima templado, aunque tolerante al frío, que necesita suelos profundos y húmedos, bien drenados y libres de malezas. En la Región Metropolitana se la encuentra con frecuencia en el cerro San Cristóbal, termas de Colina, Las Condes, El Arrayán, quebrada de Peñalolén, Peñaflor, cajón del Maipo, calles, plazas y sitios abandonados, etc. Se propaga por siembra directa, almácigo-transplante o por esquejes. En Chile no existen antecedentes del cultivo de esta especie, ya que ante la buena disponibilidad de plantas madres se prefiere el transplante de esquejes; éstos pueden obtenerse durante la primavera hasta comienzos de verano, a partir de un tallo que se corta en trozos que se entierran en el suelo, donde echarán raíces después de 4 semanas. Para la siembra directamente en terreno, tarea que se recomienda realizar a mediados de primavera, se necesitan de 4 a 6 kg de semillas /ha, y no es necesario ralea. Por el método almácigo-transplante, primero hay que sembrar de 3 a 5 semillas por contenedor y llevar luego a invernadero; se aconseja transplantar a partir de comienzos de otoño a mediados de primavera, cuando las plántulas tiene 8 semanas de edad. La densidad óptima de plantación va desde 50.000 a 80.000 plantas por hectárea. La cosecha se realiza antes del inicio de floración, en el momento en que se están formando los botones florales o cuando las hojas inferiores se están colocando cloróticas, para lo cual se cortan las partes aéreas a 2- 5 cm sobre el suelo. Las raíces se cosecharán después de haber cosechado el follaje durante varios años. En plantaciones nuevas se pueden hacer hasta tres cosechas (inicio, mediados y fines de verano) y a partir del segundo año incluso 5 (iniciando a fines de primavera). El producto recolectado se troza antes del secado para separa tallos y hojas. El secado debe ser rápido, en secadores con temperaturas



Urtica dioica. Láminas (E – I). E. rama florida, F. Flor masculina, G. Flor femenina, H. Fruto, I. Corte histológico /
Urtica berteroana Lámina (A - D)¹.



<http://www.fitoterapia.net/vademecum/plantas/FOTOS/Urtica%20dioica.JPG>

¹.Navas (1973 -76).



Loasa tricolor Ker.-Gawl u ortiga caballuna².
<http://www.kew.org/mng/gallery/007.html>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/po04.htm>



Detalle del tallo y pelos urticantes
 de la ortiga mayor europea.
http://es.wikipedia.org/wiki/Urtica_dioica



Detalle de flor de ortiga caballuna (*Loasa tricolor*).
<http://www.enlarutadedarwin.cl/flora/loasa.html>

².Echenique y Legassa (1999).

Hábito natural



<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/ortiga.shtml>



Matorral de ortigas.

62. ORTIGA (*Urtica dioica*), 1) hojas-ramas, 2) raíz-rizomas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

1) hojas y ramas:

1.1) uso interno: afecciones renales; afecciones reumáticas (artritis, gota); calma la tos y diarreas. El jugo fresco de las hojas (5 gotas) detiene sangrados internos.

La infusión se prepara con 2 cucharadas de hojas y ramas para 1 un litro de agua hirviendo: beber 1 taza 3 veces al día.

1.2) uso externo: dolores reumáticos y neurálgicos; hemorroides; enfermedades de la piel, caspa y caída del cabello.

Se usa la misma infusión en lavados, emplastos o baños. Las ramas frescas se usan para ortigar (acción local de frotar o azotar con ortiga, la que debe comenzar por el lado derecho de la persona), por su efecto rubefaciente favorable en trastornos reumáticos, artríticos y la tonificación de músculos paralizados, seguido de frotación con agua helada y posterior arropamiento.

2) raíz y rizomas:

2.1) uso interno: síntomas de hipertrofia prostática benigna (nicturia, poliuria y retención urinaria); problemas bronquiales.

Se usa como decocción (cocimiento) con 40 gramos (2 cucharadas rasas) de raíz y rizomas para un litro de agua, se hierve 1 a 3 minutos: beber 1 taza 4 veces al día.

Efectos: astringente¹, depurativo², diurético³, rubefaciente⁴, hemostático⁵, anti-inflamatorio.

Precauciones: proteger de la humedad y de la luz.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: el uso de las raíces y rizomas en la hiperplasia prostática benigna está avalado por estudios clínicos. El uso de sus hojas como diurético y anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

1. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

2. Limpia las impurezas de la sangre y otros humores corporales.

3. Promueve y aumenta la producción de orina.

4. Promueve la circulación sanguínea superficial.

5. Detiene o aminora el sangramiento.

Paico

Chenopodium chilense Schrad

Nombres vernáculos: paico, picheng (Mapudungún).

Descripción: hierba siempreverde, olorosa, de 50 - 80 cm de altura. Tallos rectos, ramosos y vellosos. Hojas alternas, lanceoladas, dentadas en los bordes, de 2 cm de longitud. Flores de color verdoso, agrupadas en espigas compactas. Semillas horizontales y verticales, brillantes.

Farmacodinamia: medicinalmente se emplean hojas y frutos. La infusión de paico estimula las funciones digestivas, es eficaz contra los parásitos intestinales, también es útil en casos de dismenorrea. En veterinaria tiene análogas aplicaciones. En medicina popular se le emplean sólo las hojas de la planta para tratar afecciones gastrointestinales: diarreas, empacho, dolor de estómago, indigestión, estreñimiento, cólicos intestinales; como regularizador de la regla y contra dolores menstruales. El aceite esencial de paico en fuertes dosis es sumamente tóxico, por lo mismo su uso no es aconsejable; de igual manera se recomienda evitar tratamientos prolongados con la infusión de sus hojas.

Presentación comercial: droga a granel y en paquetes con sobrecitos de dosis única para infusión estomacal.

Aspectos agronómicos: el más conocido de los miembros de este género, el *Chenopodium ambrosioides* L. o C. a. var. *anthelminticum* (L.) A. Gray, es originario de la regiones tropicales de América. Estas plantas crecen en climas templados. En nuestro país el paico brota espontáneamente en las cercanías de huertos, bordes de jardines, potreros, orilla de caminos, terraplenes, terrenos de cultivo, etc. Se reproduce por semillas; es una planta no muy exigente respecto a la calidad del suelo, pero debe ser regada regularmente; además requiere de buena luminosidad. La recolección de los tallos floridos del paico se puede realizar hasta tres veces al año. Las ramas se colocan en capas finas y se remueven con frecuencia para que el secado sea homogéneo. Un vez secas, se conservan en lugar seco dentro de envases herméticos. Respecto al *C. ambrosioides*, es



Chenopodium hybridum (como *C. stramonifolium*) / *Chenopodium urbicum*, Sturm (1796).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Chenopodium_spp_Sturm26.jpg



*Chenopodium chilensis*¹.

a. Rama Florida, b. Detalle de la flor.

¹.Navas (2001)

necesario destacar que en México, y demás países centroamericanos, más que una planta medicinal el “epazote” (tal es el nombre con que se conoce al paico por esas tierras) es ante todo una planta culinaria utilizada desde tiempos prehispánicos para dar sabor y aroma a innumerables guisos propios de la cocina tradicional; tales usos se encuentran profusamente documentados, y hoy en día es impensable imaginar platillos tales como “quesadillas”, “frijoles refritos” o “frijoles de la olla”, entre tantos otros, sin la clásica ramita de epazote que aromatiza delicadamente y realza el sabor de estos platos memorables.



<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0723.htm>

Hábito natural



Camino a Alfalfal, Región Metropolitana, Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0723.htm>

63. PAICO (*Chenopodium chilense*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: diarreas, empacho, dolor de estómago, indigestión, estreñimiento, cólicos y parásitos intestinales (áscaris, oxiuros o pidulles); regulariza la menstruación (dolores y flujos).

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Para eliminar parásitos intestinales hacer una decocción (cocimiento), hirviendo 1 a 2 cucharadas de hojas para 1 litro de agua por 15 minutos, dejar reposar y colar: beber 1 taza en ayunas durante tres días seguidos.

Efectos: antiespasmódico¹, vermífugo², emenagogo³, anti-inflamatorio.

Precauciones: no administrar durante embarazo y lactancia. Evitar tratamientos prolongados.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evitar su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto vermífugo (áscaris, pidulles) tiene alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Elimina las lombrices intestinales.

3. Estimula o favorece el flujo menstrual

Palqui / Parqui

Cestrum parqui L'Herit

Nombres vernáculos: palqui, palqui blanco, parqui.

Descripción: arbusto de olor penetrante, de 1 - 3 m de altura, de tallo liso grisáceo. Ramas vellosas jóvenes, pelos acintados. Hojas lanceoladas, lisas, de color verde oscuro en el haz y verde pálido en el envés, de 4 - 14 cm de largo por 1,6 - 3 cm de ancho. Flores reunidas en cimas amarillentas. El fruto es una baya negro-purpúrea, ovoide, de 1 cm de longitud, que contiene 8-10 semillas pequeñas.

Farmacodinamia: su empleo como febrífugo y anti-inflamatorio ha sido constatado experimentalmente. La actividad insecticida de las hojas del palqui con sorprendentes resultados ha sido estudiada. En medicina tradicional la infusión de los tallos desprovistos de su corteza se emplea para bajar la fiebre; la misma preparación hecha con las hojas, o incluso solo el jugo fresco, se usa para tratar enfermedades de la piel (heridas, úlceras, granos). En las zonas rurales también se la considera una planta específica para tratar el "pasma", una afección caracterizada por inflamación de la garganta y tos seca, que se produce por el contraste de temperatura que sufre la persona que estando en una ambiente caliente entra en contacto bruscamente con otro frío. Esta planta tiene además usos mágico-religiosos: se cree que tiene la propiedad de proteger contra los malos espíritus.

Conservación: es una planta originaria de Chile, Argentina, Perú, Uruguay y Brasil; en nuestro país esta especie endémica crece en suelos degradados y secos a la orilla de los caminos; se le encuentra sobre todo en las provincias de Chile Central; de Concepción al sur es más bien escasa. Crece también en otras partes del mundo, donde incluso es considerada una maleza, como por ejemplo en Australia.

Antecedentes agronómicos: no se cultiva; las plantas para la venta como especie medicinal se recolectan de ejemplares silvestres.



Cestrum parqui L.

a: parte apical completa, b: corte vertical de la flor, c: corte transversal del tallo, d: cáliz y ovario, e: corte vertical del ovario, f: corte transversal del ovario, g: óvulo, h: semilla, j: corte transversal de la semilla, k: embrión. l: fruto, m: corte transversal del fruto.

delta-intkey.com/angio/www/solanace.htm



www.dkimages.com/.../Cestrum-parqui-2.html



Detalle de frutos.

<http://botany.csd.tamu.edu/FLORA/imaxxsol.htm>



Flores.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Cestrum_parqui1SHSU.jpg

Hábito natural



<http://www.ecolyma.cl/galeria/displayimage.php?album=43&pos=20>

64. PALQUI / PARQUI (*Cestrum parqui*), tallo sin corteza-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: baja la fiebre en gripes y otras enfermedades comunes.

La infusión se prepara con 1 tallo de aprox. 5 cm. para 1 taza de agua recién hervida: beber 1 taza al día.

b) uso externo: en enfermedades de la piel (heridas superficiales, úlceras, granos).

Para afecciones de la piel, preparar una infusión con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida y aplicar localmente en lavados o compresas; o usar el zumo de hojas exprimidas o machacadas y aplicar en la parte afectada.

Efectos: febrífugo¹, anti-inflamatorio, cicatrizante.

Precauciones: no usar como primera elección de tratamiento. No ingerir hojas, brotes tiernos ni fruto, ya que se ha visto especialmente en animales que sufren de hinchazón y muerte debido a sus efectos tóxicos. No es aconsejable su empleo durante el embarazo y en niños menores de 10 años. Si está bebiendo palqui no debe exponerse al frío ni beber cosas frías durante las siguientes 24 horas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

¹ Baja la fiebre.

Palto

Persea americana Mill

Nombres vernáculos: palto, aguacate (México)

Descripción: árbol siempreverde de hasta 15 metros de altura, de tronco recto, corto y corteza rugosa. Hojas grandes, verdes, simples, alternas, de 6 - 30 cm de largo, que forman un ramaje denso y muy abundante. Flores pequeñas, arracimadas, fragantes, blanco-verdosas, 1 - 3 cm de ancho. Fruto comestible en forma de drupa esférica o piriforme, cáscara gruesa de color variable: verde, amarillo o violeta. La pulpa es grasosa, amarillenta o verde; semilla única, dura, ovalada, oleosa.

Farmacodinamia: todas las partes de esta planta han sido investigadas, en especial el aceite esencial, el aceite fijo, las hojas y el fruto (en este último el mesocarpio -pulpa- por sus magníficas cualidades alimenticias y la calidad de su aceite fijo, además del epicarpio y la semilla); el aceite esencial de *Persea* tiene propiedades antibacterianas, el aceite fijo es emoliente e hipocolesteremiante. Es interesante destacar que no sólo en su zona de origen (mesoamérica) el aguacate tiene una gran variedad de usos médicos, sino también en todos los países que han adoptado su cultivo; así, la corteza se utiliza por sus propiedades vermífugas y la semilla, como antihelmíntico; se ha encontrado compuestos hepatoprotectores en esta planta; en Cuba, numerosas formulaciones homeopáticas se preparan a partir de sus diferentes partes. En nuestro país las hojas frescas o secas se emplean principalmente en tratamientos de afecciones respiratorias: tos, catarro, bronquitis, resfríos; malestares estomacales, enfermedades de la piel y en menstruaciones difíciles y dolorosas; como dato curioso, hasta no hace mucho tiempo, la semilla era empleada como tinta indeleble para "marcar" ropa.

Recomendaciones: no se aconseja su uso durante el embarazo y la lactancia.

Presentación comercial: preparaciones homeopáticas en distintas diluciones; un jarabe con extractos de eucalipto y palto, miel de abeja y licor anisado, indicado para tratar enfermedades de las vías respiratorias que cursan con una producción anormal de mucus: bronquitis aguda y crónica, y otras; la versión "infantil" tiene los mismos componentes activos excepto el licor de anís.



Persea americana Mill.

http://www.arboretum.ufm.edu/arboles/images/Persea_americana_2.jpg



Una abeja sobre una flor.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Persea_americana_flowers_3.JPG

Hábito natural

Interés agronómico: árbol originario de mesoamérica donde recibe generalmente el nombre de aguacate, palabra derivada del término en lengua nahuatl *auácatl*, que significa “testículo”. En nuestro país las principales variedades de cultivo son: Bacon, Edranol, Fuerte, Hass, Negra de la Cruz y Chilena Mejorada. Según la variedad, el palto puede crecer en clima cálido, templado o frío, en suelos arcilloso arenosos, drenados, fértiles; el régimen de lluvia debe fluctuar entre 900 y 2.500 mm al año. Se propaga por semillas o injertos en viveros; germina en aproximadamente 3 semanas; se trasplanta a las 5-6 semanas; comienza a fructificar a los 4-5 años; en un buen cultivar se pueden obtener entre 200 –500 frutos por árbol al año; un árbol sano produce durante 50 años. Puede ser afectado por varias plagas; los frutos se cosechan antes de madurar y se refrigeran; después de podar las ramas las hojas se recolectan y se secan a la sombra.



http://www.ebp-botanics.com/files/planta/1157777314_ft_aguacate-01.jpg

65. PALTO (*Persea americana*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones respiratorias (resfríos, tos, catarro, bronquitis); malestares estomacales; menstruación escasa y dolorosa.

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas frescas o secas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: enfermedades de la piel (granos, caspa); leucorrea.

La misma infusión para uso externo (lavados de cabeza, vaginales o de lesiones de la piel).

Efectos: antiséptico¹, emenagogo², emoliente³, estomacal⁴.

Precauciones: no se aconseja su uso durante el embarazo y lactancia. Puede reducir el efecto anticoagulante de medicamentos del tipo Warfarina.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

2. Estimula o favorece el flujo menstrual.

3. Ablanda o suaviza la piel.

4. Favorece la digestión.

Pata de vaca

Bauhinia forficata Link

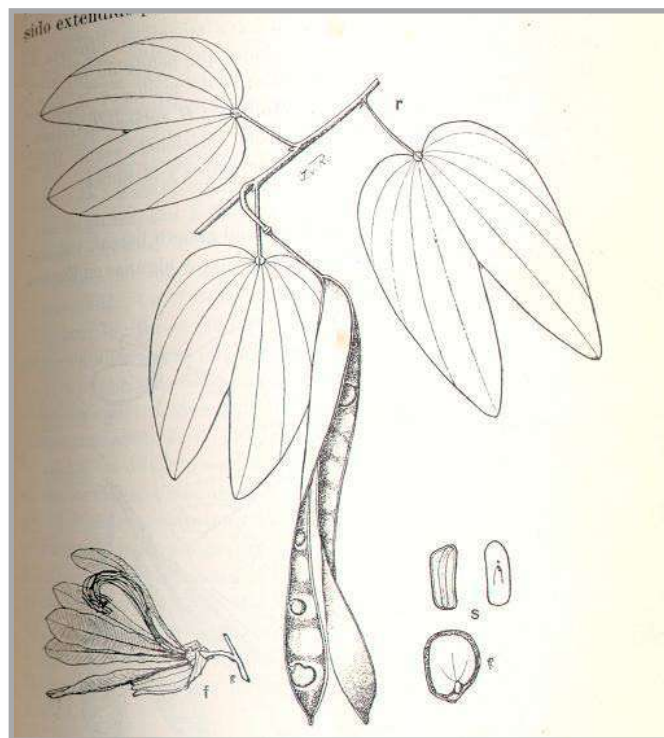
Nombres vernáculos: pata de vaca, pezuña de vaca (Argentina).

Descripción: árbol de 4 - 8 m de altura, de tronco más o menos recto de unos 45 cm de diámetro, de corteza pardo-grisácea fisurada. Copa globosa e irregular, formada por ramas arqueadas hacia abajo, pilosas y armadas de espinas. Hojas anuales simples, alternas, de consistencia firme, verde claras, de 5 - 6 cm de largo por 3 - 10 cm de ancho, divididas en más de 1/3 de su largo en dos lóbulos oblongos, semejando la pezuña de una vaca. Flores hermafroditas, blancas, de 8 - 13 cm de diámetro, solitarias o dispuestas en racimos axilares; florecen casi todo el verano. Fruto es una legumbre o vaina aplanada, que contiene varias semillas aplanadas, ovales, brillantes y negruzcas.

Farmacodinamia: la actividad hipoglicemiante de infusos al 20% de varias plantas usadas para el tratamiento de la diabetes en la medicina tradicional de Chile: *Bauhinia candicans* Benth., *Galega officinalis* L. (*Leguminosae*), *Morus alba* L. (*Moraceae*) y *Rubus ulmifolius* Schott. (*Rosaceae*), fue evaluada en modelo animal de diabetes experimental inducida por aloxano y streptozotocina. Se observó que el mayor efecto hipoglicemiante (39%) lo produjo el infuso de pata de vaca en ratas con diabetes por aloxano. En medicina popular se emplean las hojas de pata de vaca en infusión para el tratamiento de la diabetes no insulino-dependiente.

Presentación comercial: se encuentra a la venta a granel y en gotas, recomendados para el tratamiento de la diabetes no insulino-dependiente.

Interés agronómico: el hábitat natural de esta planta es el sur de Brasil, Uruguay y el norte de Argentina, en suelos bien provistos de materia orgánica. Es un árbol bastante resistente, que tolera algo la sequía; para un crecimiento óptimo necesita sol y un clima templado. Es cultivado ampliamente por su valor ornamental. Se reproduce con cierta facilidad a partir de semillas, las que deben someterse a tratamientos de presiembra para ablandarles las cubiertas.



Bauhinia forficata subsp. *pruinosa*, Burkhardt (1943).
Ramilla con frutos. Flor. Semilla.



Bauhinia corymbosa.

<http://delta-intkey.com/angio/images/br39047.jpg>

También puede multiplicarse por esquejes, que se hacen enraizar y después se llevan a vivero hasta que alcanzan un desarrollo tal que puedan ser plantados en el campo. En Brasil existen trabajos de mejoramiento y cultivo de *Bauhinia* spp.



Follaje con flores.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bauhinia_forficata_01.jpg
search?q=bahuinia+candicans



Hojas.

<http://uruguay1.blogspot.com/>

Hábito natural



(original RC Peña).

66. PATA DE VACA (*Bauhinia forficata*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: en diabetes mellitus.

La infusión se prepara con 1 hoja grande por 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: hipoglicemiante¹.

Precauciones: los pacientes diabéticos deben tener supervisión médica al tomar pata de vaca, pues pueden requerir ajuste de dosis de sus medicamentos antidiabéticos orales o insulina.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite la su preparación en **utensilios de aluminio**.

Otros antecedentes: su efecto hipo-glicemiante está avalado por estudios clínicos.

¹. Disminuye el nivel de azúcar en la sangre

Pelo de choclo / Pelo de maíz

Zea mays L.

Nombres vernáculos: pelo de choclo, barba de choclo, pelo (barba) de elote (México).

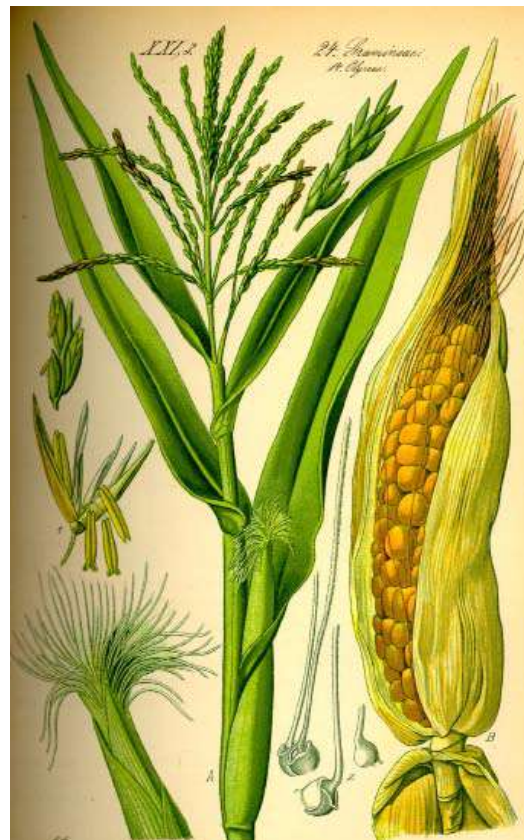
Descripción: planta anual de la familia de las Gramíneas, con flores masculinas y femeninas separadas, éstas últimas agrupadas en una espiga que madura convirtiéndose en mazorca. De cada una de las flores femeninas de la mazorca surge un 'estilo' o pelo de unos 20 cms de largo, los cuales juntos forman la cabellera o barba del maíz; estos estilos son en realidad unos finos conductos que desembocan en el ovario de sus flores, por los cuales penetran los granos de polen que las fertilizan. Los frutos son los granos de maíz. Si bien la planta es anual, su rápido crecimiento le permite alcanzar hasta los 2,5 m de altura, con un tallo erguido, rígido y sólido.

Usos tradicionales: el uso principal del choclo (frutas o grano) es alimentario, pudiendo cocinarse entero, desgranado (como ingrediente de ensaladas, sopas y otras comidas) o molido cuando está seco (harina de maíz o polenta); el aceite de maíz es muy usado para freír alimentos. En la cocina latinoamericana tiene participación importante en diversas preparaciones como sopas y tortillas, en este caso reemplazando al pan de trigo. También es la base de bebidas calientes o frescas, las que si se dejan fermentar originan un líquido espirituoso denominado *chicha*, cuyo consumo ceremonial forma parte de la tradición aborígen en muchos países de la región. Secundariamente en la herbolaria latinoamericana los estilos de la planta o cabellera se usan para padecimientos renales o limpiar las vías urinarias.

Precauciones: la infusión del pelo del choclo, por su efecto diurético, se desaconseja para quienes padecen de hipertrofia de la próstata.

Presentación comercial: sólo uso rústico.

Aspectos agronómicos: planta originaria de México y América Central, pero cultivada en todo el mundo como alimento y forraje. Ya no existe como planta silvestre.



Zea mays L., Thomé (1885).

http://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Illustration_Zea_mays0.jpg



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm02.htm>

Hábitos naturales



Arriba las flores masculinas y abajo las espigas o flores femeninas.

www.unincca.edu.co/tesis/FTWeb/Gramineae.html /



Espiga convertida en mazorca, abierta con sus estilos (pelos o barba) colgando.

commons.wikimedia.org/wiki/File:Suikermals_bl...

67. PELO DE CHOCLO / PELO DE MAÍZ (*Zea mays*), todo el pelo del choclo o maíz.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: hinchazón por acumulación de líquido.

La infusión se prepara con una cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: diurético¹.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

¹. Promueve y aumenta la producción de orina.

Peumo alemán

Crataegus monogyna Jacq.

Nombres comunes: espinos albar, crataego, peumo alemán, peumo extranjero.

Descripción: árbol de hoja anual, de 4 – 6 m de altura, con ramificación abierta, espinosa y copa redondeada. Hojas simples, con 3 a 7 lóbulos profundos abiertos en un amplio ángulo. Flores de aroma intenso, blancas o rosadas, agrupadas en racimos. Fruto pequeño y redondeado, de color rojo, con una sola semilla.

Usos populares: la infusión de las flores y hojas del espinos albar se emplea como hipotensor y en malestares cardíacos.

Farmacodinamia: desde 1896 se consignan usos de la tintura de crataego, a los que han sucedido numerosos estudios experimentales centrados en su actividad tónico-cardíaca. Otra propiedad detectada en crataego es como antiinflamatorio.

Contraindicaciones: no es recomendable administrar durante el embarazo y la lactancia. En casos de pacientes que están bajo tratamiento con drogas hipotensoras y de acción cardiovascular (antiarrítmicos, por ejemplo) se aconseja consultar previamente con su médico.

Presentación comercial: en farmacias se pueden encontrar varios preparados que contienen valeriana, pasionaria y espinos blanco, entre otras especies, todos indicados como ansiolíticos y tranquilizantes. También se expenden diversas soluciones hidroalcohólicas de esta planta, llamadas genéricamente “tinturas madres”.

Aspectos agronómicos: los crategos son árboles caducifolios, resistentes a las heladas, robustos y compactos aun para jardines pequeños. Prefieren lugares soleados y suelos no demasiado drenados. Se propagan mediante semillas estratificadas, o por injerto de la misma planta. Soportan fácilmente el trasplante durante el invierno.

Conservación: es una planta ornamental cultivada en el país.



Crataegus monogyna Jacq., Nicke (2006).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Crataegus_monogyna_hagtorn.jpg



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm03.htm>



Frutos.

<http://www.yerbasana.cl/?a=1332>



Detalles de flores.

http://www.cepvi.com/medicina/plantas/espino_albar.shtm

Hábito natural



<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0584A.htm>

68. PEUMO ALEMÁN (*Crataegus monogyna*), hojas-flores-corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: flores y hojas en insuficiencia cardiaca e hipertensión arterial.

La infusión se prepara con 2 cucharadas de flores con hojas para 1 litro de agua recién hervida, dejar reposar 20 minutos: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: en reumatismos.

La decocción (cocimiento) se prepara con 1 cucharada de la corteza picada para 1 litro de agua, hervir por 10 minutos. Usar como compresas.

Efecto: cardiotónico¹, antirreumático.

Precauciones: administrar con precaución durante el embarazo y en pacientes con tratamiento con drogas antihipertensivas y de acción cardiovascular como por ejemplo la digoxina.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso en insuficiencia cardiaca congestiva crónica está avalado por estudios clínicos.

¹. Vigoriza la función cardiaca

Pichi / Pichi romero

Fabiana imbricata Ruiz et Pav.

Nombres vernáculos: pichi, pichi romero, piche palo.

Descripción: arbusto siempreverde de hasta 3 m de altura. Ramas verticales totalmente cubiertas de hojas imbricadas, ovadas, brillantes, resinosas, de no más de 2 mm de longitud. Flores solitarias, blanco-azuladas, de 1,5 – 2 cm, ubicadas en el extremo de las ramitas secundarias.

Farmacognosia: La parte usada en medicina popular son los tallos ramosos; se emplean principalmente en el tratamiento de afecciones de las vías urinarias (cistitis, uretritis, inflamación de la vejiga), aunque también se considera de utilidad en las enfermedades del hígado; su uso se debería a las propiedades antisépticas y diuréticas de esta planta.

Presentación comercial: la *Fabiana* forma parte de un producto recomendado para adelgazar, mezcla de “algas marinas” (*Lessonia nigrescens*), carboximetilcelulosa, extracto seco de lechuguilla (*Cichorium intybus*), extracto seco de pichi romero (*Fabiana imbricata*) y *Spirulina*.

Interés agronómico: el pichi romero es una planta que crece a pleno sol desde la Región de Coquimbo hasta la de Magallanes, en terrenos áridos y pedregosos; también se la encuentra en el sur de Argentina. Se propaga por semillas en almácigo estratificado en otoño, o normal en primavera; también se puede multiplicar por esquejes en cama fría de arena, utilizando hormonas enraizantes. Se planta a pleno sol y en cualquier tipo de suelos siempre que tenga buen drenaje.

La denominación del género *Fabiana* fue escogida por los exploradores Hipólito Ruiz y José Pavón, encargados de la Real Expedición Botánica al Virreinato del Perú (1777-1788), en honor al Arzobispo de Valencia, España, Monseñor Francisco Fabiano (1719-1801). Todo el material recolectado luego dio origen a la obra *Descripciones y láminas de los nuevos géneros de plantas de la flora del Perú y Chile* (Madrid, 1794).



Fabiana imbricata, Ridgway (1839).
delta-intkey.com/angio/www/solanace.htm





Flores.

http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Solanales/Fabiana/Fabiana%20imbricata/Fabiana%20imbricata.htm/ / <http://www.cepvi.com/medicina/plantas/fabiana.shtml>



Follaje.

http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Solanales/Fabiana/Fabiana%20imbricata/Fabiana%20imbricata.htm/

Hábito natural



Region Metropolitana, Cajón del Maipo, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0018.htm>

69. PICHÍ / PICHÍ ROMERO (*Fabiana imbricata*), ramas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: cistitis (inflamación de la vejiga), uretritis (inflamación de la uretra); afecciones hepáticas.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: antiséptico¹, diurético², digestivo.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Combate la infección.

2. Promueve y aumenta la producción de orina.

Pingo-pingo

Ephedra chilensis K. Presl.

Nombres vernáculos: pingo pingo, retamo silvestre, tramontana.

Descripción: arbusto ramoso de 30 a 120 cm de altura; ramas apicales de 0,8 a 1 mm de diámetro y de 4 cm de largo, con entrenudos situados a distancias de 1 a 4,5 cm. Hojas angostas, lanceoladas de 1 a 10 mm de largo. Estróbilos masculinos sésiles o sobre pedúnculos de hasta 8 mm, a menudo dispuestos en tríadas con el estróbilo central más desarrollado que los laterales y de 5 a 5,5 mm de largo. Brácteas dispuestas en 4 a 6 verticilos, los inferiores estériles, a menudo en un solo verticilo, lineares, de 3 mm. Brácteas fértiles unidas en el extremo inferior, aovado-lanceoladas, de 2 por 2 mm; estambres sobre una columna de 2 a 2,5 mm. Anteras 4, sésiles. Estróbilos femeninos de 7 a 9 mm, sésiles o sobre pedúnculos solitarios de 0,4 a 4 mm. Brácteas dispuestas en 3 a 4 verticilos, las superiores de 4 a 7 mm, unidas en su mitad o a 2/3 inferior; anchamente aovadas las inmediatamente inferiores, de 3,5 a 4,5 mm. Verticilo superior con 2 óvulos con tubo de 2 mm. Semillas de 5 a 7, de 3 mm, oval-lanceoladas con cara ventral plana y dorsal convexa.

Usos: en medicina popular se utilizan las ramas de esta planta en el tratamiento de afecciones urinarias y como depurativo. En el norte del país se usa en casos de resfríos y para calmar el dolor de estómago.

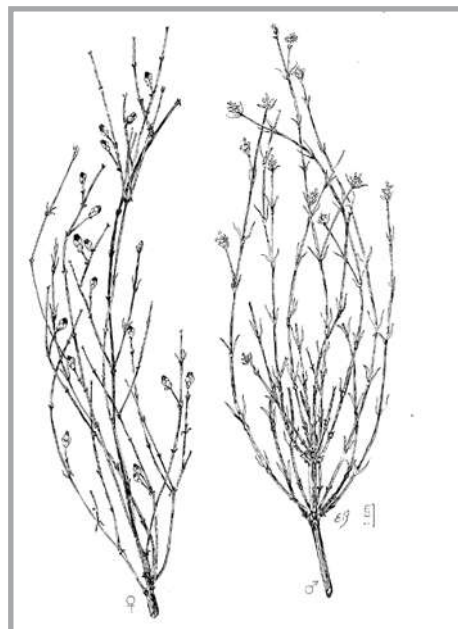
Farmacodinamia: sin antecedentes.

Antecedentes agronómicos: el pingo pingo es una planta chilena que crece entre la III y la VIII Región; no presenta problemas de conservación. Las efedras se pueden reproducir a partir de semillas o por fraccionamiento de rizomas. Varias de estas especies son ilegales por su contenido de sustancias psicotrópicas, por lo que su cultivo no se promueve. Sin embargo el pingo pingo carece de este tipo de compuestos.



Ephedra distachya K. Presl., Thomé (1885).

http://luirig.altervista.org/photos/e/ephedra_distachya.htm



Ephedra chilensis.

Hábito de la planta femenina (Izq.) y masculina (Der.)¹.

¹.Navas (1973-76)



Ephedra chilensis.

<http://www.ecolympia.cl/galeria/displayimage.hp?album=43&pos=82>



Ephedra andina.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ephedra_andina_2.jpg

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ephedra_chilensis.jpg

70. PINGO-PINGO (*Ephedra chilensis*), parte aérea.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: problemas urinarios y prostáticos; problemas estomacales; resfríos.

La decocción (cocimiento) se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua, hervir 5 minutos, dejar reposar y filtrar: beber 1 taza 3 veces al día.

Efectos: depurativo¹, diurético² suave.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

2. Promueve y aumenta la producción de orina.

Pino insigne

Pinus radiata D. Don.

Nombres vernáculos: pino, pino insigne, pino de Monterrey.

Descripción: árbol resinoso de hasta 30m de altura; tronco de 1 m de diámetro, contorto o recto; copa cónica amplia, tornándose redondeada o aplanada. Corteza gris profundamente acanalada en V, regular, bases rojas, crestas irregularmente elongadas, las superficies aplanadas escamosas. Ramas péndulas o ascendentes; ramillas delgadas, pardo rojizas, a veces verdosas, grisáceas, rústicas. Yemas ovoides a ovoide-cilíndricas, pardo rojizas, de aprox. 1,5 cm, resinosas. Hojas en un fascículo, abierto-ascendente, persistente 3-4 años, 8 - 20 cm por 1,3 - 2 mm, recto, ligeramente enroscado, amarillo verdoso fuerte, todas las superficies con líneas estomáticas, márgenes serrulados, ápice cónico-subulado; vainas 1 - 2 cm, bases persistentes. Conos masculinos elipsoide-cilíndricos, 10-15 mm, pardo-anaranjados. Conos femeninos que maduran al segundo año, a menudo seróticos o de dispersión rápida de semillas (*Flora of North America*).

En Chile crecen otras diez especies de pináceas, entre las que se encuentran: *P. ellioti*, *P. patula*, *P. pinaster*, *P. pinea* y *P. halapensis*.

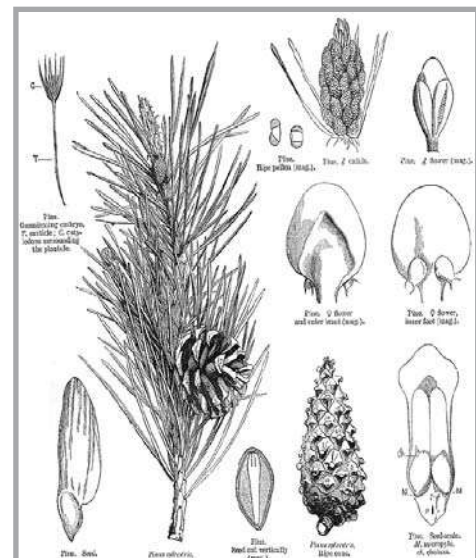
Farmacodinamia: en medicina popular se emplean las yemas, los brotes tiernos y, en menor medida, la corteza. Se usa en forma interna en trastornos respiratorios (catarros, sinusitis, bronquitis, etc) e infecciones urinarias; externamente, en neuralgias y reumatismo; es frecuente el uso de inhalaciones ("vahos") de vapores de hojas y brotes de pino en casos de tos y obstrucción nasal.

Presentación comercial: uso rústico. La esencia de pino y los taninos tienen uso industrial. En farmacia se utilizan el polen y el extracto de la corteza. Existe una esencia de *Pinus sylvestris* en el mercado.



Pinus sylvestris L., Thomé (1885).

http://www.herba.msu.ru/pictures/Flora_von_Deutschland/pages/26.htm



Detalles anatómicos.

<http://delta-intkey.com/gymno/images/lmd7401.gif>

Interés agronómico: el pino insigne (*Pinus radiata*) es un árbol originario de la península de Monterrey (EE.UU.) y constituye una especie invasora en nuestro país, donde las plantaciones forestales cubren unas 2.085.604 hectáreas, de las cuales el 75% es pino insigne. Cabe destacar que Chile posee la mayor superficie mundial plantada con esta especie de pino. Anualmente se cosechan entre 25 mil a 30 mil hectáreas. CONAF comenta acerca del manejo del fuego en el área mediterránea del territorio chileno, donde se concentra la mayor biodiversidad. A pesar de lo nocivo que pueden resultar los residuos derivados del uso industrial del pino insigne, un número significativo de malezas han sido observadas en los sitios de acopio de diversos materiales de desecho resultantes de la fabricación de celulosa, por ejemplo cardo mariano (*Silybum marianum*), romasa (*Rumex acetosella*), zarzamora (*Rubus ulmifolius*) y don Diego de la noche (*Oenothera stricta*). También hay que destacar ciertos trabajos encaminados a la obtención de material genéticamente homogéneo mediante métodos biotecnológicos. Con fines medicinales se recolectan los brotes jóvenes de pino abeto a mano, en primavera, cuando aun se hallan envueltos por sus oscuras escamas. Se ponen a secar en capas finas, a la sombra, en un lugar bien ventilado; una vez secos, se deben conservar en recipientes bien cerrados.

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pinus_radiata_HuckleberryHill1.jpg

71. PINO INSIGNE (*Pinus radiata*), brotes tiernos.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones respiratorias (catarros, sinusitis, tos y bronquitis); infecciones de las vías urinarias.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: dolores neurálgicos y reumáticos.

Aplicar la misma infusión en compresas locales.

Para vahos (inhalaciones, en caso de obstrucción nasal) preparar una decocción (cocimiento) con 1 cucharada del vegetal (a los brotes se puede agregar algunas hojas) para 1 litro de agua: calentar hasta la ebullición y luego inhalar varias veces mientras el vapor se desprende.

Efectos: antiséptico¹, expectorante².

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

2. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

Poleo / Menta poleo

Mentha pulegium L.

Nombres vernáculos: poleo, menta poleo.

Descripción: hierba siempreverde, de 20-50 cm de altura, finamente vellosa, con aroma intenso muy característico. Tallos cuadrangulares, generalmente erectos. Hojas ovadas, aserradas o con escasos dientes, de 0,5 – 3 cm de long. por 0,5 – 1,5 cm de ancho. Inflorescencia en verticilos globosos, axilares, muy separados, formando una falsa espiga laxa. Flores rosadas a blancas, a veces con tinte liliáceo, de 4 - 5 mm de long., pedúnculos de 1 - 1,5 mm de longitud. Fruto ovoide, liso, de 0,8 mm de longitud.

Farmacognosia: en medicina popular se utilizan las ramas con hojas y flores.

Farmacodinamia: se emplea tradicionalmente en el tratamiento de trastornos del aparato digestivo tales como flatulencia, dispepsia y cólicos intestinales debido a sus propiedades estomacales, carminativas y antiespasmódicas; también se usa como emenagogo y en trastornos del ciclo menstrual. Se ha estudiado sus propiedades antimicrobianas: se deben sobre todo a su aceite esencial, el que a su vez presenta una alta toxicidad por su contenido en pulegona, una sustancia con actividad antibacteriana importante que avala su empleo en productos de higiene bucodental, desinfectantes ambientales o como preservante de alimentos, pero que en dosis excesivas o en uso continuado puede generar serios efectos adversos: dolor abdominal, náuseas, vómitos, diarrea, letargo o agitación, fiebre, urticaria generalizada, alteraciones de la presión arterial, etc. Existen antecedentes acerca de la hepatotoxicidad de esta molécula.

Recomendaciones: por ningún motivo se debe utilizar el aceite esencial de poleo como forma medicamentosa. La dosis aconsejada de la planta es de 1 a 4 g (1 cucharadita a 1 cucharada sopera) para 1 a 2 tazas, en infusión. No se aconseja administrar durante el embarazo.

Presentaciones comerciales: Té de Alejandría Compuesto, una mezcla de Alejandría (vaina seca del sen), frángula, manzanilla, trique, poleo, sen y ruibarbo, recomendado como laxante y regulador de la función intestinal.



Mentha pulegium L., Woodville (1793).

commons.wikimedia.org/wiki/File:Mentha_pulegium...



http://www.rcplondon.ac.uk/heritage/plants/History/Mint_Gerard.jpg

Interés agronómico: el poleo es una planta nativa de Europa meridional, norte de África y Asia occidental. Crece sobre suelos soleados o húmedos, cercanos a los arroyos, lagunas o a lo largo de las praderas; a veces se le encuentra en lugares secos. Se propaga por estolones o guías que se siembran a poca profundidad (7-10 cm) en suelo húmedo, con buen drenaje, rico en humus y con mucha luminosidad. Las hojas y sumidades floridas se colectan en verano, cuando la planta se haya en plena floración; en los cultivares la recolección se hace pasado el primer año; en los siguientes, se pueden hacer dos cosechas anuales.



Hojas aisladas.

<http://www.mountainvalleygrowers.com/images/menthapulegiumpennyroyal.jpg>

Hábito natural



http://www.chileflora.com/Florachilena/ImagesHigh/IMG_0817.jpg

72. POLEO / MENTA POLEO (*Mentha pulegium*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES:

Usos tradicionales: malestares digestivos (dispepsia, cólicos, dolor de estómago, flatulencia, estreñimiento); menstruaciones escasas.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efecto: antiespasmódico¹, carminativo², estomacal³, emenagogo⁴.

Precauciones: no administrar durante el embarazo, la lactancia ni a niños menores de edad. No exceder la dosis aconsejada especialmente personas con problemas hepáticos. No administrar junto a paracetamol. Puede disminuir el efecto terapéutico de hipoglicemiantes orales e insulina. Puede aumentar el efecto terapéutico de antihistamínicos. No tomar junto con la hierba de San Juan (hipericón) y Kava.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Calma los retortijones intestinales.

2. Previene y favorece la expulsión de gases.

3. Favorece la digestión.

4. Estimula o favorece el flujo menstrual.

Quebracho blanco / Sen chileno

Senna stipulacea (Aiton) Irv. et Barneby

Nombres vernáculos: quebracho, palo negro; trasen trasen y trafrafén (Mapudungún)¹.

Descripción: arbusto de 1 a 2 m de altura, de hojas paripinadas, estipuladas. Cáliz con 5 sépalos imbricados, libres. Corola más o menos zigomorfa, pétalos 5, subiguales o desiguales, libres. Estambres 5-10, libres; anteras basifijas, dehiscencia apical por 2 poros; generalmente los estambres superiores están reducidos a estaminodios. Ovario libre, lineal, multiovulado; estilo de longitud variable; estigma truncado. El fruto es una legumbre comprimida, membranosa, dehiscencia bivalva o indehisciente. Semillas numerosas.

Farmacognosia: en nuestro país se emplean las hojas, y a veces también los tallos secos de la planta, en infusión como laxante en casos de estreñimiento ("constipación"); los vendedores de plantas medicinales señalan que las mujeres son las que mayormente hacen uso de este tipo de productos.

Presentación comercial: solamente uso rústico.

Antecedentes agronómicos: el quebracho es un arbusto autóctono de Chile. Es muy común encontrarlo en las provincias centrales del país; se propaga por semillas las que requieren ser sometidas a estratificación para poder germinar; es muy sensible a las heladas; al momento de trasplantarlo se aconseja elegir un lugar a semi-sombra; florece en el mes de febrero. Algunos viveros ofrecen esta planta.

Conservación: en general, sin problemas de conservación en la región, aunque ciertos autores señalan que en la zona de Coquimbo es una especie vulnerable.



Cassia senna, Koehler (1887).

<http://www.biolib.de/>



Senna stipulacea.

<http://cgi.ebay.com/5-DAY-SALE-CASSIA-SENNA-NATIVE-OF-CHIL...|301%3A0|293%3A1|294%3A50> - 129 KB

¹. Mösbach (1992).



Detalles anatómicos:

izq.: semillas / centro: estípulas / der.: flor.

http://www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Ordenes/Fabales/Fabaceae/Cassia/Cassia%20stipulacea/Cassia%20stipulacea.htm



Ramas floridas.

http://farm4.static.flickr.com/3167/2929166654_ac5555be08.jpg?v=0

Hábito natural



Quebracho blanco o alcaparra.

<http://www.ecolyma.cl/galeria/displayimage.php?album=33&pos=54>

73. QUEBRACHO BLANCO / SEN CHILENO (*Senna stipulacea*), tallo.

PROPIEDADES

Uso tradicional: estreñimiento.

La decocción se prepara con 1 ó 2 palitos para 1 taza de agua, hirviendo 10 minutos: beber antes de dormir.

Efectos: purgante¹.

Precauciones: contraindicado en la obstrucción intestinal, embarazo y niños menores de 12 años. No usar en tratamientos prolongados.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto purgante tiene alguna evidencia científica.

¹. Favorece la evacuación enérgica del vientre

Quillay

Quillaja saponaria Molina

Nombre vernáculo: quillay

Descripción: árbol o arbusto de 2-10 m de altura. Hojas coriáceas, elípticas o aovadas, obtusas o subagudas, irregularmente dentadas, a veces lisas, lisas, brillantes, nervosas en ambas caras, de 2-5 cm de longitud y pecíolo de 1-2 mm de largo. Flores en corimbos, blancas, de 10-14 mm de diámetro. Fruto en cápsula de 5 lóculos coriáceo-leñosos, unidos por sus bases, oblongos, pubescentes, obtusos. Semillas numerosas, 10-18, oblongas, de 10 mm de longitud.

Parte usada: la corteza y las hojas, en infusión, se emplean en el tratamiento de malestares respiratorios, sobre todo para tratar la tos. El macerado de la corteza es utilizado para lavarse el cabello ya que combate la caspa y la seborrea, en cambio la decocción se emplea para tratar afecciones de la piel.

Química: la corteza del quillay tiene un alto contenido de saponinas, un tipo de compuestos tensoactivos, esto es, que tienen la capacidad de disminuir la tensión superficial del agua al disolverse en ésta, lo que genera abundante espuma cuando dichas soluciones son agitadas vigorosamente. En la industria las saponinas se han utilizado como elementos espumosos en alimentos y bebidas, vacunas para animales, cosméticos, jabones, champús, etc.

Aspectos agronómicos: se propaga por semillas en almácigo estratificado en otoño a normal en primavera, en una mezcla de suelo de una parte de *compost*, media de arena y media de tierra de jardín. Se replica a bolsa cuando tiene dos hojitas verdaderas.



Quillaja saponaria Molina, Koehler (1887).
<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-119.jpg>



<http://static.howstuffworks.com/gif/willow/soap-plant-info0.gif>

Ramas floridas de quillay (originales de RC Peña)



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quillaja_Mol.JPG



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quillaja_608.JPG

Hábito natural



Ejemplar adulto (original RC Peña).
http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Quillaja_02.jpg

74. QUILLAY (*Quillaja saponaria*), corteza.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: solo uso externo en afecciones de la piel y cuero cabelludo (caspa y seborrea).

Para la piel se usa como decocción (cocimiento) que se prepara hirviendo 10 minutos, se deja reposar y después se filtra.

Para caspa y seborrea se usa un macerado, dejando 2 trozos de corteza (aprox. 2 x 5 cm) en 2 litros de agua recién hervida toda la noche. Usar en la mañana siguiente.

Efectos: emoliente¹.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto tiene alguna evidencia científica.

¹. Ablanda o suaviza la piel.

Quilo / Mollaco / Voqui

Muehlenbeckia hastulata I.M. Johnst

Nombres vernáculos: quilo, mollaca, voqui, voqui negro.

Descripción: arbusto liso, tallos rojizos, flexuosos, de 1-2 m de altura. Hojas alternas, carnosas o coriáceas, pecioladas, lámina de forma variable, triangular, oblonga, lanceolada, truncadas o atenuadas en la base, con un nervio central muy marcado, de 1 - 4 cm de longitud. Flores axilares dispuestas en glomérulos o racimos. Las masculinas de 2 - 3 mm de diám., verdosas, a veces coloreadas de púrpura; las femeninas de 3 - 4 mm de diám., verdosas o púrpura. El fruto es una nuez de 5 mm de longitud.

Farmacodinamia: un estudio experimental sobre la actividad biológica de raíces y partes aéreas de esta planta, permitió detectar efectos ocitóticos y analgésicos. Otra especie del género *Muehlenbeckia*, *M. tamnifolia*, es utilizada en la medicina tradicional del Perú como cicatrizante de heridas. En Chile el quilo es considerada una planta con propiedades depurativas; sus hojas y raíces se utilizan regularmente como diurético en afecciones reumáticas y hepáticas; en forma tópica se emplean como astringente en el tratamiento de heridas, úlceras y otros problemas dermatológicos.

Antecedentes agronómicos: esta enredadera de frutos comestibles tiene un área de distribución comprendida entre las provincias de Coquimbo (IV Región) y Valdivia (IX Región), y desde las zonas costeras hasta las faldas cordilleranas. Los delgados tallos de estas plantas son muy resistentes y flexibles, y los habitantes de las comunidades rurales las utilizan para amarrar. En la flora que vegeta en el territorio nacional, el quilo está catalogado como maleza. Son especies que pueden soportar por largos años los efectos de la humedad y la sequedad atmosférica. Se multiplican por semillas en almácigo o por separación de hijuelos de las raíces.



Muehlenbeckia hastulata

a. Hábito de la planta, b. Flor estaminada, c. Flor pistilada con estaminodios¹.



<http://www.yerbasana.cl/?a=1791>

¹ Muñoz, 1966 (redibujado por RC Peña).



Detalles de follaje y flores.

<http://www.florachilena.cl/search.php?Send=Busca+en+Flora+Chilena&searWords=quilo>



Vástagos de *Muehlenbeckia hastulata*, trepando en sí mismo y en el follaje de arbustos esclerófilos en Carretera del Cobre, Rancagua, VI Región de O'Higgins.

<http://www.chilebosque.cl/epiv/mhast.html>



Hábito natural

http://www.protege.cl/educa/flora/images/big_quilo.jpg

75. QUILO / MOLLACO / VOQUI (*Muehlenbeckia hastulata*), planta entera.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: diurético; afecciones hepáticas (ictericia) y reumáticas.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas y úlceras.

La misma infusión sirve para lavar la zona de la piel afectada.

Efecto: diurético¹, astringente², depurativo³.

Precauciones: administrar con precaución a embarazadas. Puede aumentar el efecto de medicamentos antihipertensivos.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

2. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

3. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

Quinchamalí

Quinchamalium chilense Molina

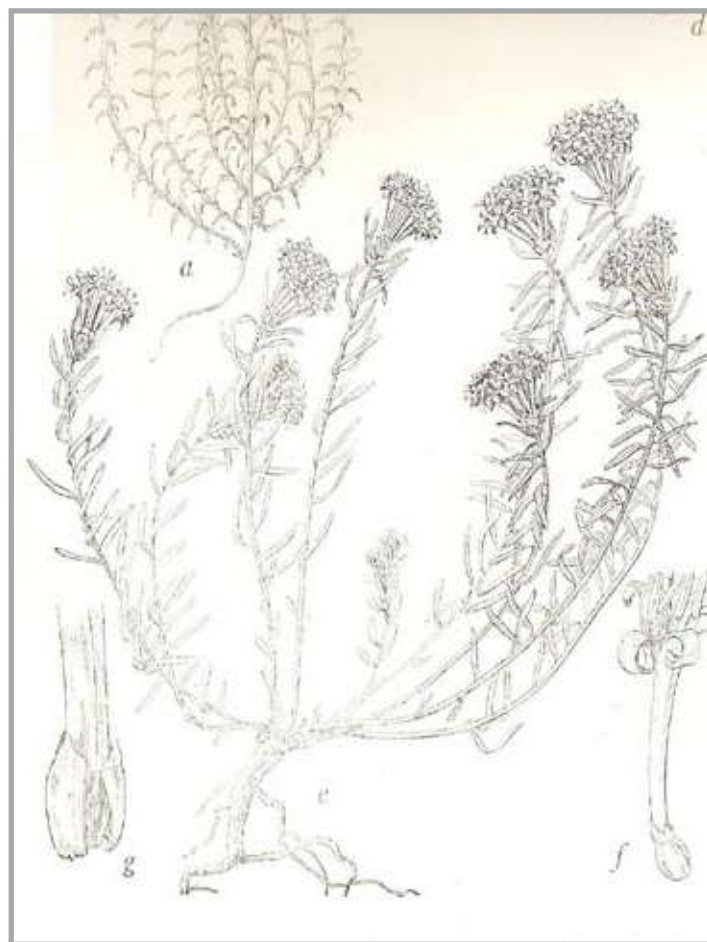
Nombre vernáculo: quinchamalí.

Descripción: hierba siempreverde de 8 - 45 cm de altura, tendida, lisa, ramosa. Hojas carnosas, lineales o filiformes, de 0,5 - 3,5 cm de longitud. Inflorescencia en cabezuela o espiga, densamente florida. Flores de 7 - 15 mm de longitud. Calículo generalmente esférico, de 1-2 mm de long., tetradentado. Perigonio con 5 lacinias, de 1,5 - 2,5 veces en el tubo; interiormente de color verdoso, amarillo, naranja o rojo; a veces estos colores coexisten, cara exterior de color verde o igual a la interior, ápice de las lacinias en forma de capuchón bien desarrollado. Estambres 5, de 1 - 3 mm de long.; filamentos menores que las anteras, muy cortos, hasta dos tercios de ellas.

Farmacognosia: el quinchamalí es una planta de renombre entre los araucanos, quienes la consideran una auténtica panacea. Popularmente se emplea la decocción de las partes aéreas (que son algo amargas) como depurativo y vulnerario para el tratamiento de afecciones hepáticas (incluyendo cálculos biliares) principalmente, aunque también se utiliza como diurético, emenagogo, y contra efectos de golpes o cuando hay apostemas, extravasación de sangre, etc; en forma externa se aconseja para lavar y secar heridas. No se tienen antecedentes respecto de la especie en particular a la que se alude, pero probablemente sean *Q. majus* y *Q. chilense*.

Presentación comercial: existe un preparado en comprimidos que contiene extracto seco de *Cynara* (alcachofa), *Haplopappus baylahuen* (bailahuén), *Quinchamalium chilense* (quinchamalí) y *Taraxacum* (diente de león), recomendado para corregir la disfunción hepática.

Interés agronómico: el quinchamalí es una planta nativa y abundante en todo el país, excepto en la zona costera de la Primera Región. Es de crecimiento rápido; se propaga por semillas, las que se siembran en almacigo normal en primavera o estratificado en otoño, en una mezcla de una parte de tierra de jardín y una de *compost*. Florece a partir del primer año.



Quinchamalium ericoides
Original de Sierra Rafols, lám. CLXXXV ¹.

¹ Muñoz (1966).



Q. dombeyi / *Q. gracile*.

Parque Nacional Nahuelbuta <http://latribunadeltile.blogspot.com/>



Q. chilense Molina.

<http://www.geocities.com/atrenqua/dicotyle/species/squchilm.htm?rm>

Hábito natural



VII Región, Camino a Laguna Maule, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0014.htm>

76. QUINCHAMALÍ (*Quinchamalium chilense*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: padecimientos hepáticos y biliares, retención de líquido; anti-inflamatorio.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida (endulzar con miel): beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: hematomas (moretones).

Usar la misma infusión en compresas.

Efectos: anti-inflamatorio, cicatrizante, diurético¹, depurativo².

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

2. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

Quintral

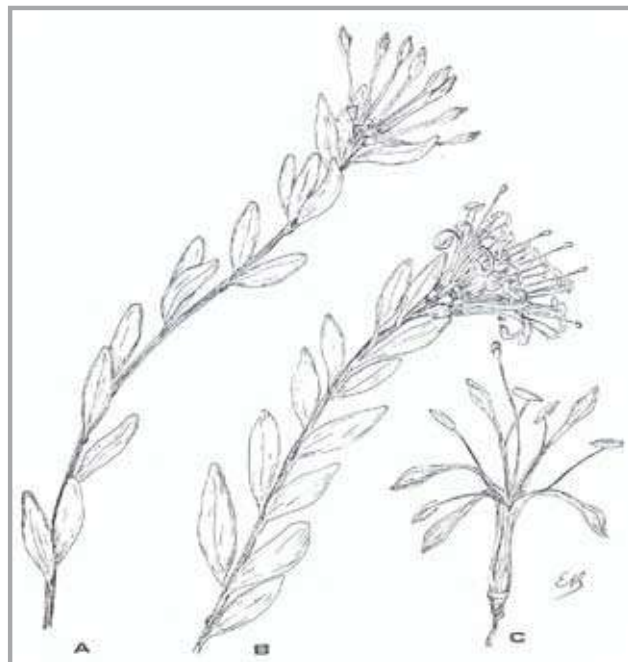
Tristerix tetrandrus Mart.

Nombres vernáculos: quintral, quintral del álamo.

Descripción: planta arbustiva muy ramificada, siempreverde, de hasta 1,2 m de altura. Hojas de 3-6 cm de largo, aovadas, lisas. Inflorescencia en racimos, con 10-20 flores rojo-azafranadas de 3-3,5 cm de longitud. Fruto obovado de 10 mm de longitud.

Con el nombre “quintral” se conocen en Chile un grupo de especies de plantas parásitas chilenas que nacen en troncos y ramas de árboles y arbustos, a partir de semillas de quintrales depositadas por aves que ingieren los frutos de estos muérdagos, y que luego las expulsan con las fecas y otros productos no digeridos; estas semillas quedan adheridas al sitio de caída y allí nacen nuevos quintrales, que se desarrollan y viven a expensas del vegetal parasitado (mesonero) absorbiendo su savia; hay quintrales que vegetan sobre una sola especie, como el quintral del quisco (*T. aphyllus*, el único que carece de hojas), a diferencia de *T. tetrandrus*, el más común de los quintrales, el cual ataca al álamo, trevo, maqui, sauce, etc.

Farmacodinamia: se ha estudiado un efecto hipotensor del quintral del álamo en animales de experimentación; en otro estudio, se encontró que las hojas, tallos y flores de esta planta presentan una elevada actividad antioxidante. En medicina popular las hojas y flores del quintral del álamo, en infusión, se emplean para tratar úlceras estomacales, hemorragias internas, dolor de garganta y, desde hace algún tiempo, también para bajar el colesterol; para este último uso puede emplear cualquier quintral, pero se considera que el del quisco da mejores resultados.



Tristerix tetrandrus ¹.

Hábito de la planta. a y b. Ramilla con flor abierta, c. Detalle de la flor



Tristerix corymbosus (L.) Kuijt

(quintral del álamo, maqui, maitén, pampalén y trevo).

<http://www.geocities.com/atrenqua/dicotyle/species/ltrcorym.htm?rm>

¹.Navas (1973-76)

Hábito natural

Aspectos agronómicos: el género *Tristerix* consta de 11 especies enteramente circunscritas a Sudamérica, donde habitan desde sectores adyacentes a la Cordillera de Los Andes en Chile y Argentina hasta el sub-páramo de Colombia y Ecuador. El quintral del álamo es un muérdago nativo de América austral, sur de Argentina, centro y sur de Chile. Se le encuentra como planta parásita principalmente sobre álamos (*Populus sp.*), colliguay (*Colliguaya odorifera*), sauces (*Salix sp.*), etc. No hay antecedentes sobre su cultivo; los recolectores de plantas medicinales recogen quintral de ejemplares silvestres, que luego secan y envasan para su venta



Tristerix tetrandus parasitando a un olivillo.

<http://www.ecolya.cl/galeria/displayimage.php?album=33&pos=56>

77. QUINTRAL (*Tristerix tetrandus*), ramas-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: úlceras estomacales; colesterol alto; trastornos nerviosos.

La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal fresco para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día. Para bajar el colesterol se usa en decocción (cocimiento) de 1 cucharada del vegetal en 1 litro de agua hasta que hierva 10 minutos: dejar enfriar y beber la misma dosis que con la infusión.

Efectos: anti-inflamatorio, cicatrizante, hemostático¹, hipolipemiante², sedante³,

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Detiene o aminora los sangramientos.

2. Disminuye el colesterol en la sangre.

3. Modera la actividad del sistema nervioso

Radal

Lomatia hirsuta (Lam.) Diels ex Macbr.

Nombres vernáculos: radal, raral, ralral, radán, rabral, rodén, nogal silvestre.

Descripción: árbol de hasta 15 m de altura, de follaje persistente y corteza de color grisáceo a pardo oscuro. Ramas largas, flexibles, con ramitas vellosas y brotes ferruginosos. Hojas alternas, simples, de lámina ventral gruesa, aovadas a aovado-elípticas, aserrado-crenuladas, de 3 a 6 cm de ancho y 5 a 14 cm de largo. Flores dispuestas en racimos axilares alargados, hermafroditas y de color blanquecino. El fruto es negrusco en la madurez y con numerosas semillas aladas.

Farmacodinamia: a *Lomatia* se le atribuyen propiedades antiinflamatorias, antimicrobianas y citotóxicas. El extracto de hojas de radal inhibe completamente el crecimiento de *Candida albicans* y *Penicillium expansum*. En medicina popular las hojas de radal se emplean en el tratamiento de enfermedades del aparato respiratorio de carácter obstructivo: tos, asma bronquial, bronquitis.

Presentación comercial: el radal entra en la composición de varios preparados indicados para la tos y trastornos bronquiales.

Antecedentes agronómicos: crece desde la IV a la X Región, como arbolito bajo en el norte y como árbol de mayores dimensiones en el sur. Según el Libro Rojo de la flora chilena, el radal es una especie en riesgo de extinción. En la V Región es vulnerable. Crece mezclado con otros árboles, o forma bosquetes puros entre los 150 y 1200 m.s.n.m., en los faldeos de ambas cordilleras. Se le encuentra también en Argentina, Ecuador y Perú. El radal se cultiva con fines ornamentales y por su madera muy apreciada para la construcción de muebles, debido a su dureza y elasticidad. Se reproduce por semilla en almacigo estratificado en otoño. La semilla se siembra con la alita y no debe quedar muy profunda. La mezcla de suelo debe tener una parte de *compost*, una de tierra de jardín y una de arena. Se repica a bolsa en cuanto la plántula tiene dos hojitas verdaderas.



Lomatia hirsuta (Lam.) Diels ex Macbr.
a. Rama con flores, b. Flor, c. Gineceo, d. Frutos, uno de ellos abierto (original Fusa Sudzuki)¹.



Detalles del tronco, hojas y flores del radal.

<http://www.viarural.cl/agricultura/forestacion/especies/autoctonas/radal/default.htm>

¹.Muñoz (1966).

Se recomienda llevarla al lugar definitivo cuando ha alcanzado una altura de entre 0,80 y 2 metros; se debe plantar a pleno sol, en terrenos con buen drenaje y recibir riego mediano. Tolera todo tipo de podas, incluso de renovación, retoñando con mucha facilidad. El precio del kilo de semillas asciende a 118000 pesos, según el vivero de la Universidad de Chile. La recolección de las hojas con fines medicinales se hace a partir de ejemplares silvestres o de plantas cultivadas como ornamentales. En zonas rurales la corteza del radal se utiliza como colorante para teñir de amarillo o marrón.



Flores de *Lomatia hirsuta* VII Region, Las Placetas (cerca Radal Siete Tazas), Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0194.htm>

Hábito natural



http://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Lomatia_hirsuta.jpg

78. RADAL (*Lomatia hirsuta*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: afecciones respiratorias (tos, catarro, bronquitis, asma).

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida (de ser posible endulzar con miel): beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: anti-inflamatorio, broncodilatador¹, antimicrobiano².

Precauciones: puede producir diarreas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

¹. Dilata los bronquios

². Impide el desarrollo de bacterias.

Retamo

Spartium junceum L.

Nombres vernáculos: retamo, retama de olor.

Descripción: arbusto liso de 1-3 m de alto, con numerosas ramitas cilíndricas y finamente estriadas, frecuentemente más o menos fasciculadas o agrupadas; hojas unifolioladas, pequeñas. Flores amarillas vistosas, dispuestas en racimos colocados en las partes terminales de las ramas fértiles, 2,5 cm de largo.

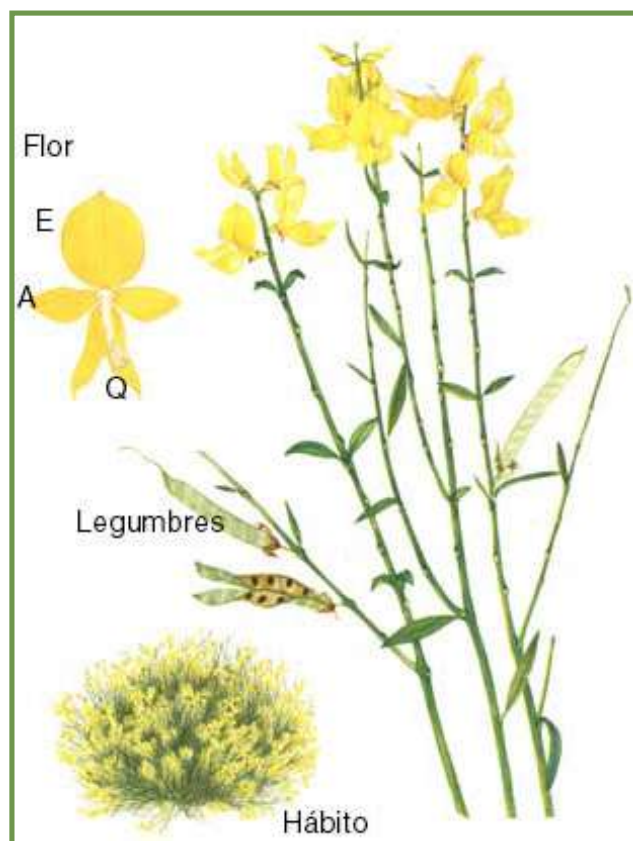
Farmacognosia: estudios recientes señalan que la retama ha adaptado la estructura de sus hojas para sobrevivir en ambientes difíciles, fenómeno observado también en otras especies del mediterráneo.

Farmacodinamia: como en Turquía la retama se utiliza popularmente para tratar úlceras gástricas, algunos estudios encontraron que la retama no sólo cura la úlcera sino que también previene su formación; otro estudio de las flores señaló que tienen acción diurética. Uno de los alcaloides de retama, la esparteína, ha mostrado propiedades oxitócicas. En Chile las flores, aunque también se suelen usar las hojas y los tallos de la planta en infusión, se emplean en el tratamiento de afecciones renales y de las vías urinarias, reumatismo, gota; malestares estomacales y estreñimiento; los vendedores de yerbas refieren que es especialmente solicitada con fines abortivos.

Recomendaciones: los preparados de esta planta están contraindicados en el embarazo.

Presentación comercial: sin interés farmacéutico; sólo uso doméstico; sin embargo su aceite esencial es utilizado en perfumería.

Aspectos agronómicos: arbusto originario de la cuenca del mar Mediterráneo, crece en terrenos secos y pedregosos; se ha naturalizado en condiciones similares en California y la cordillera de los Andes. En Chile se encuentra asilvestrado y a veces cultivado. Es una planta invasora que se ha adaptado a suelos con altos niveles de salinidad. Puede tener algún interés en el control de la erosión. Se multiplica por semillas



Spartium junceum, Pignati (1982).

Rama con inflorescencias y frutos.

Flor: a. Ala, e. Estandarte, q. Quilla¹.

<http://www.geocities.com/calahualacl/guia7/spartium.jpg>



Taubert (1891)

www.botanical.com/botanical/mgmh/b/brospa73.html

¹.En Teillier (s/d).

que hay que sembrar en almácigos, en otoño, tan pronto como hayan madurado; para su germinación es necesario someterlas a un tratamiento previo de 24 horas con agua caliente. Por lo general, germinan bien y rápido. El trasplante se hace a pots individuales cuando las plántulas están bastante crecidas; el traslado a sitio definitivo conviene hacerlo a fines del verano; se logra una buena plantación si el suelo está bien drenado, no es demasiado fértil y recibe bastante sol; tolera bien la salinidad de terrenos vecinos al mar y la contaminación atmosférica. Es una buena planta ornamental de flores muy aromáticas.



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Spartium_junceum_ginesta.jpg

Hábito natural



Retamos a la vera del camino - comuna de Panguipulli.
http://4.bp.blogspot.com/_puU8q-JIZj0/SVuv8Lk-qII/AAAAAAAAAB9k/xGyGgHjzCzw/s1600-h/DSC02056.JPG

79. RETAMO (*Spartium junceum*), flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: afecciones renales y de las vías urinarias; malestares estomacales, úlceras gástricas; trastornos menstruales.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: antiulceroso¹, diurético².

Precauciones: planta MUY TÓXICA, no usar sin control médico. No usar por ningún motivo durante el embarazo. Los efectos secundarios van desde vómitos, diarreas, taquicardia, dificultad en la respiración y disminución del ritmo cardíaco hasta la muerte. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

¹. Previene y combate las úlceras estomacales.

². Promueve y aumenta la producción de orina.

Rica-rica / Kore

Acantholippia deserticola (Phil.) Moldenke

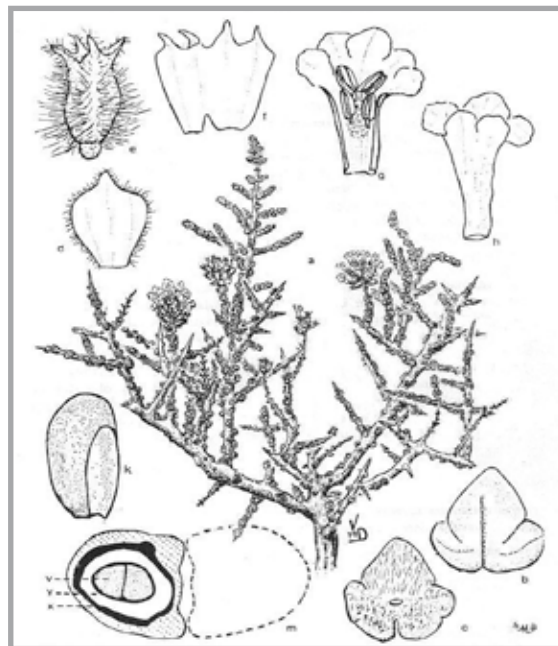
Nombres vernáculos: rica rica y variantes ortográficas, kore.

Descripción: arbusto muy aromático, ramoso de 0,40 - 1,0 m de altura, con ramas cilíndricas. Hojas opuestas, de aspecto "cerebroide", amarillo-verdosas, de aprox. 1,5 mm de longitud por 1,5-2 mm de ancho, trilobadas, de contorno más o menos romboidal, cara abaxial con protuberancias y un surco notable en cada lóbulo, la epidermis con una gruesa cutícula que se hace más delgada a la altura de los surcos; cara adaxial en su mitad apical con gruesos tricomas blanquecinos y pilosa en la basal. Racimos espiciformes, terminales, sésiles, globosos a cilíndricos, de 12 - 15 mm de longitud. Flores lilacinas, de 3 - 3,5 mm de largo.

Farmacodinamia: existen escasos estudios que validen las propiedades atribuidas a esta planta medicinal. En los pueblos altiplánicos de Chile donde se la usa (San Pedro de Atacama, Toconce, Socaire, Ollagüe, etc.), se le destacan diferentes propiedades medicinales: así, en unos se utiliza para calmar el dolor de estómago y tratar problemas renales, en otros también se considera de utilidad en los trastornos circulatorios y hasta existe quienes le atribuyen propiedades estimulantes de la leche materna.os.

Presentación comercial: uso rústico solamente.

Antecedentes agronómicos: planta del norte de Chile sin problemas de conservación. En esta zona, rica-rica es el arbusto dominante y constituye la formación clásica de tipo matorral desértico, junto a otras especies abundantes en la región: *Atriplex*, *Chiquiraga*, *Malesherbia*. No hay datos respecto a su propagación.



Acantholippia deserticola (Phil.) Moldenke, Botta¹.

a. Hábito, b. Envés de la hoja (16,5 x), c. Haz de la hoja, d. Bráctea, e. Cáliz, f. Cáliz extendido, g. Vista adaxial de la hoja, h. Corola abierta por lóbulo adaxial, i. Mericarpio en vista lateral, m. Corte transversal del fruto mostrando el detalle de uno de los mericarpos.



Acantholippia tarapacana, Putre, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH1973.htm>

¹.Botta (1980)



Acantholippia tarapacana.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH1973A.htm>



Acantholippia trifida

VI Region, Junta del Toros - Balala, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EHZ%206765.htm>

Hábito natural



Vegetación del alto río Loa: se observa dominancia de arbustos pertenecientes a *Atriplex imbricata* (Chenopodiaceae) y *Acantholippia deserticola* (Verbenaceae).

www.chlorischile.cl/altoloa/fotos2y3.htm

80. RICA-RICA / KORE (*Acantholippia deserticola*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: dolores estomacales, problemas renales y trastornos circulatorios.

La infusión se prepara con 1 cucharada de planta seca para 1 litro de agua recién hervida, dejando reposar durante 10 minutos: beber como agua para la sed

Efectos: antiséptico¹, antiespasmódico².

Precauciones: no administrar a mujeres embarazadas. Posible efecto estimulante del S.N.C.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antiespasmódico tiene alguna evidencia científica.

¹. Destruye gérmenes de la piel y mucosas.

². Calma los retortijones intestinales.

Romaza

Rumex conglomeratus Murria

Nombres vernáculos: romaza, lengua de vaca (Colombia), acelga (Perú).

Descripción: hierba siempreverde con tallos de hasta 1 m de alto, estriados. Hojas de 1 a 10 cm de largo por 0,3 - 3 cm de ancho, con los márgenes levemente ondulados. Las ramas de 1 a 1,5 m de alto, simples o ramificadas. Las hojas superiores son mucho más cortas que las basales. Flores pequeñas, verdosas, discretas, crecen en racimos alrededor de las axilas de la hoja. Fruto en nuez de 1,5 a 2 mm de largo por 1,5 mm de ancho, liso, ovoide.

Farmacognosia: en Chile se le da el nombre de "romaza" a varias otras especies del género: *R. cetosella*, *R. crispus*, *R. patientia*, *R. romassa*. En nuestro país la romaza es considerada una planta con propiedades astringentes, antiinflamatorias, antisépticas y depurativas. Las raíces y el rizoma, a veces también las hojas, se utilizan en medicina popular, por vía oral, en el tratamiento de diarreas, disenterías, hemorragias uterinas, reglas abundantes, bronquitis y otros trastornos respiratorios; en forma tópica, la decocción de las hojas se emplea para limpiar y cicatrizar heridas y tratar erupciones cutáneas diversas. En otros países latinoamericanos también es considerada una especie medicinal: en Perú, donde se le conoce como "acelga", se usa como antidiarreico, antiinflamatorio y antiséptico. Sin embargo el alto contenido de oxalato y ácido oxálico en esta planta hace que su uso sea contraproducente en personas que padecen o tienen tendencia a formar cálculos urinarios y vesiculares. No se aconseja su consumo durante el embarazo.

Presentación comercial: uso rústico solamente.

Antecedentes agronómicos: maleza europea, crece actualmente en numerosos lugares del mundo (Gran Bretaña, península escandinava, norte de África, oeste de Asia, EEUU y países americanos); en Chile se la puede encontrar en el centro y sur del país, incluyendo las islas Más a Tierra y Más a Fuera del archipiélago Juan Fernández; crece en prados, llanuras, riberas y montañas; es una planta de climas cálidos; vegeta en



Rumex conglomeratus, Sturm (1796).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rumex_conglomeratus_Sturm50.jpg



http://luirig.altervista.org/photos/r/rumex_conglomeratus.htm

suelos húmedos, sombríos o soleados, fértiles, ricos en humus y bien drenados. Se propaga por semillas, las que se siembran directamente en terreno. Las hojas, tallos y semillas son comestibles, crudas o cocidas; las hojas tienen un cierto sabor amargo especialmente si son viejas. Florece en primavera y verano.



Rama con flores.

http://calphotos.berkeley.edu/cgi/img_query?query_src=&enlarge=0000+0000+1108+0820

Hábito natural



Rumex hymenosepalus.

http://www.swsbm.com/Images/New2005/Rumex_hymenosepalus-3.jpg

81. ROMAÑA (*Rumex conglomeratus*), raíz-hojas- tallo.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: diarrea; trastornos de las vías urinarias.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas infectadas, erupciones cutáneas.

Usar la misma infusión o preparar otra más concentrada con 1 cucharada del vegetal para 1 taza de agua.

Efecto: anti-inflamatorio, antiséptico¹, astringente², cicatrizante³, depurativo⁴.

Precauciones: no usar en el embarazo; las personas con tendencia a formar cálculos renales o vesiculares no deben consumir esta planta.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

2. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

3. Favorece la curación de úlceras y heridas.

4. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales

Romero / Romero castilla

Rosmarinus officinalis L.

Nombres vernáculos: romero, romero Castilla

Descripción: arbusto ramoso siempreverde, aromático, de tallo leñoso. Ramas nuevas cuadrangulares, de corteza grisácea cuando adulto. Hojas perennes, opuestas, lineales, verde oscuras, de haz brillante y envés blanquecino velludo. Flores azules o violeta pálido, reunidas en espigas. Florece en primavera y verano.

Farmacodinamia: diversos estudios experimentales han mostrado que las hojas de *Rosmarinus* son antibacterianas; por otra parte, ha sido estudiado el efecto colerético de extractos de romero, así como su efecto hepatoprotector. La planta tiene propiedades antiinflamatorias y antiespasmódicas. En medicina popular el romero se utiliza en afecciones del tracto digestivo, como espasmolítico, colagogo, colerético y emenagogo. En aplicaciones locales se emplea la decocción de romero, solo o con otras especies vulnerarias (ajeno, orégano, tomillo), como cicatrizante, antiséptico y rubefaciente; por sus efectos vulnerarios, también se utiliza en dolores musculares y padecimientos reumáticos: se dan masajes con la alcoholatura de la planta, extracto que se prepara de la siguiente manera: llenar un frasco con hojas y tallos de la planta, cubrir con alcohol de 90°, cerrar el envase, poner cada día al sol por 9 días, filtrar y guardar en un sitio oscuro.

Presentación comercial: el romero con fines culinarios se encuentra a la venta en mercados de alimentos, en cambio las hojas y extractos de la planta en herboristerías y farmacias. El aceite esencial de esta planta, así como sus extractos, son ampliamente utilizados en la elaboración de perfumes, aguas de colonia y linimentos antirreumáticos.

Recomendaciones: no es deseable administrar durante el embarazo; los pacientes con colitis y afecciones prostáticas deben evitar su consumo. El aceite esencial es de empleo delicado, especialmente si se administra a personas propensas a crisis convulsivas.



Rosmarinus officinalis L., Koehler (1887).

<http://caliban.mpiz-koeln.mpg.de/~stueber/koehler/ROSMARIN.jpg>



http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/a/a9/Rosmarinus_officinalis_Blanco1.94.png

Hábito natural

Aspectos agronómicos: este arbusto aromático originario de la cuenca del mediterráneo, donde se le emplea desde tiempos remotos, se cultiva con fines alimenticios (es un preciado condimento), farmacéuticos (perfumería y preparados medicamentosos) y ornamentales. El romero crece en clima templado a templado-cálido, en suelos ligeros, permeables y areno-arcillosos; prefiere la exposición al mediodía; es una especie tolerable a la sequía. Se reproduce por semillas, por división de pies o esquejes. El primer método no es aconsejable por ser más complejo en relación a la multiplicación por esquejes, el medio más rápido y seguro de reproducción; para ello, se eligen ramas de unos 15 cm de largo, bien desarrolladas, y se siembran a media altura; esta labor se realiza durante el mes de agosto. En la primavera siguiente las ramas habrán echado raíces y estarán listas para ser transplantadas. Si la cosecha va destinada a la destilación del aceite esencial, se debe realizar a inicios de primavera, cuando la planta está en plena floración. La recolección destinada a herboristería se hace en febrero cortando las ramas a una altura mínima de 30 cm del suelo. Las hojas se secan a la sombra.



[http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rosmarinus_officinalis_\(Barlovento\)_01.jpg](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rosmarinus_officinalis_(Barlovento)_01.jpg)

82. ROMERO / ROMERO CASTILLA (*Rosmarinus officinalis*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsias), cólicos abdominales, padecimientos hepáticos; trastornos menstruales.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: afecciones de la piel; dolores reumáticos y musculares.

Para aplicación local se usa la misma infusión en lavado y compresas. Para baños usar 3 a 4 cucharadas en 20 litros de agua caliente.

Efectos: antiespasmódico¹, antiséptico², emenagogo³, rubefaciente⁴, carminativo⁵, anti-inflamatorio, digestivo, cicatrizante.

Precauciones: no es deseable su administración durante el embarazo; los pacientes con colitis y afecciones prostáticas deben evitar su consumo.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos antiespasmódico, carminativo y anti-inflamatorio tienen alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Destruye gérmenes en la piel o mucosas.

3. Estimula o favorece el flujo menstrual.

4. Promueve la circulación sanguínea superficial.

5. Previene y favorece la expulsión de gases.

Rosa mosqueta / Mosqueta

Rosa moschata Herrm.

Nombres vernáculos: mosqueta, rosa mosqueta, coral, picapica, rosa silvestre, escaramujo (España).

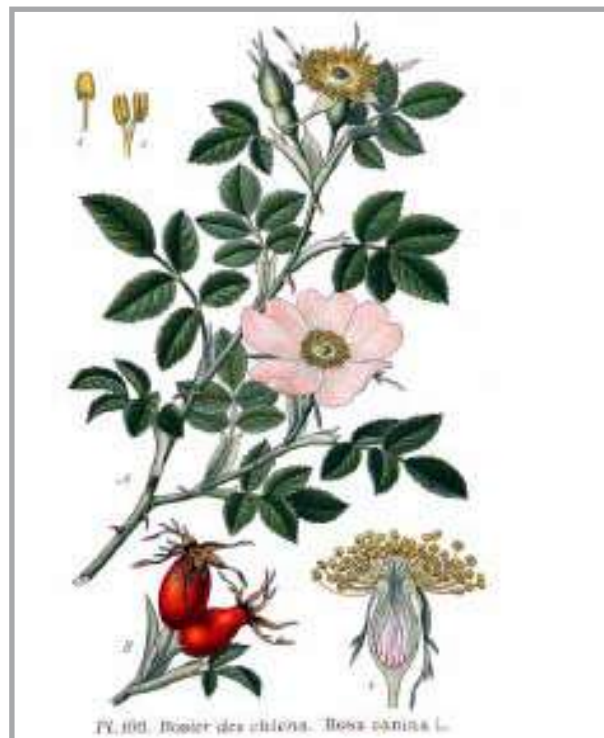
Descripción: arbusto de 1 – 2 m de altura. Tallos delgados, flexibles, con muchas espinas curvas. Hojas anuales ovaladas de bordes serrados, de anverso liso y reverso velludo de 1,5 - 2 cm de longitud. Flores de 5 pétalos rosados, solitarias o agrupadas de 2-3. Fruto es un aquenio ovoide, rojo-anaranjado o escarlata brillante de alto contenido en vitamina C, de 1 cm de longitud, liso, a veces con algunas cerdas, que alberga numerosas semillas.

Farmacognosia: en nuestro país se utiliza popularmente en infusión para tratar la diarrea, tos y diversas afecciones bronquiales, resfríos.

La rosa silvestre también es la base de una de las 38 flores del Dr. Edward Bach.

Presentación comercial: existe aceite para uso cosmético, un producto rico en vitamina C recomendado para el resfrío, una chicha de mosqueta y diversos productos alimenticios (mermeladas y otros).

Interés agronómico: este arbusto de crecimiento rápido florece al segundo año, a partir de semillas y esquejes, y el primer año a partir de estacas. No es exigente respecto a la calidad del suelo, pero sí en relación a la gran luminosidad que requiere. Se planta a pleno sol y se riega en forma mediana. Se propaga mediante semillas que se siembran en almácigo estratificado en otoño o normal en primavera en una mezcla de compost, arena y tierra de jardín en partes iguales. Se trasplanta en bolsa cuando tiene dos hojitas verdaderas además de los cotiledones. Se puede multiplicar por esquejes apicales en cama fría en verano, y en invierno por estacas de madera de crecimiento de los dos últimos años; en ambos casos debe usarse hormonas de crecimiento. Es una planta muy resistente a plagas y enfermedades. En Chile la mosqueta cubre alrededor de 15000 hectáreas, y se le considera una maleza. La exportación anual



Rosa moschata Herrm., Masclef (1891).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:106_Rosa_canina_L.jpg



Rosa moschata. Anne Pratt (1852).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:AnnePrattDogRose.JPG>

fluctúa entre las 3600 y las 4500 ton. de material deshidratado, destinado preferentemente a Europa. Diversos autores aseguran que para mejorar el futuro del recurso se debe homogenizar la producción con un ecotipo de alto rendimiento y calidad. Se recomienda guardar los frutos secos de la rosa mosqueta en frascos bien cerrados, al abrigo de la luz y en un lugar fresco y aireado.



Pseudofrutos cinorrodones en su hábito natural, en cuyo interior están los frutos verdaderos ("pepitas").

www.bolsonweb.com.ar/diariobolson/detalle.php...

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Vitosha_Rosa_canina_16.JPG

83. ROSA MOSQUETA / MOSQUETA (*Rosa moschata*), frutos-aceite de las semillas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: los frutos se usan en diarreas, tos, afecciones bronquiales y resfríos.

La infusión se prepara con 1 cucharada de frutos secos para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: el aceite obtenido de sus semillas se usa como emoliente y cicatrizante en úlceras tróficas, heridas quirúrgicas, eczemas y dermatitis de contacto. Se aplica directamente en la zona afectada 1 ó más veces al día.

Efectos: astringente¹, emoliente², cicatrizante.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: el uso externo del aceite tiene alguna evidencia científica. El uso del fruto está avalado sólo por la tradición.

1. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

2. Ablanda o suaviza la piel.

Ruda

Ruta Chalepensis L.

Nombres vernáculos: ruda, hierba piojera, ruda pestosa (España).

Descripción: arbusto siempreverde, ramoso, de 30 - 60 cm de altura, liso, fuertemente oloroso, leñoso con el tiempo. Hojas de 2 - 15 cm de largo, alternas, compuestas, de lóbulos oblongo-cuneados. Flores color amarillo vivo, conforman ramilletes. Fruto es una especie de cápsula con cinco lóbulos. La planta entera tiene un aroma característico difícil de confundir con otros.

Ruta chalepensis se distingue de *Ruta graveolens* por la presencia de "cilios" en los bordes de sus pétalos, los que pueden ser observados a simple vista.

Usos: se utilizan las ramas con sus hojas, sobre todo, para calmar los cólicos abdominales y eliminar parásitos intestinales; como estimulante del flujo menstrual en casos de reglas dolorosas, irregulares y débiles. En forma externa se emplea para calmar dolores reumáticos, curar sarna, psoriasis, eccemas, conjuntivitis y como tratamiento natural de la pediculosis. En muchas culturas, esta planta tiene además usos mágico-religiosos; se cree que protege contra los malos espíritus por lo que se emplea en sahumerios, ramos de "limpia", baños, o simplemente se coloca una maceta de ruda a la entrada de la casa.

Contraindicación: debido a sus propiedades emenagogas la ingesta de ruda está contraindicada durante el embarazo.

Presentación comercial: la planta es generalmente de autoconsumo, sin embargo en farmacias homeopáticas se encuentran a la venta algunos preparados para lavados oculares.

Aspectos agronómicos: la ruda crece en suelos bien drenados, arcillosos o arenosos y a pleno sol. Se multiplica por semillas y esquejes. La semilla son viables por 2-3 años y germinan en 17-26 días a una temperatura óptima de 12-15°C; el desarrollo inicial es lento. Se prefiere la propagación por cortes de



Ruta graveolens, Koehler (1887).
http://sifalibitki.hekimce.com/?bresim=ruta_graveolens



<http://www.pajaricos.es/mas/fondo/ruda.jpg>

tallos mayores de un año, si bien enraízan con cierta dificultad; requiere nutrientes orgánicos y químicos y limpieza de malezas. Se cosecha al inicio de la floración, haciendo un corte a 12-15 cm del suelo; se seca a la sombra en un lugar bien aireado o en secadoras a no más de 35°C.



Flores.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0650.htm>

Hábito natural



Ruda ornamental (original RC Peña).

84. RUDA (*Ruta chalepensis*), tallo-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: cólicos abdominales y parásitos intestinales; trastornos menstruales; hemorragias.

La infusión se prepara con una 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: malestares reumáticos (en compresa) y en casos de sarna, eccemas, conjuntivitis o eliminación de piojos (lavados).

Efectos: antiespasmódico¹, emenagogo², vermífugo³, hemostático⁴, anti-inflamatorio.

Precauciones: planta tóxica que, tomada en infusiones demasiado concentradas o en grandes cantidades, puede producir úlceras estomacales o intestinales, además de vómitos, diarrea, cefalea, temblores, hipotensión y colapso cardiocirculatorio.

Está contraindicado durante el embarazo. En estado fresco puede producir fotodermatitis de contacto.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Estimula o favorece el flujo menstrual.

3. Elimina las lombrices intestinales.

4. Detiene el sangrado o hemorragia

Sabinilla / Perlilla

Margyricarpus pinnatus Kuntze

Nombres vernáculos: sabinilla, perlilla, perla, hierba de la perlilla.

Descripción: arbusto de 15-30 cm. de altura, ramoso, espinoso. Hojas imparipinadas, alternas, de 1-2 cm de long., base ancha, ciliado-lanosa, con 5-15 folíolos lineales, brillantes, márgenes lisos doblados hacia el envés, de 3-10 mm de long., quedando el raquis duro, al caer los folíolos, aparece como espina semicurva; en sus axilas va un ramito de hojas paripinnadas y simples semejantes a los folíolos. Flores solitarias, de 23 mm de largo, axilares, sésiles, sin alas, con pequeñas espinas debajo de los sépalos, protegidas por 2 bractéolas membranáceas, ovales, agudas, del tamaño de la flor o algo menores. El falso fruto joven es una drupa blanca, carnosa; al madurar y secarse aparece el aquenio cubierto por el cáliz de 3-4 costillas lisas o tuberculadas, y el limbo persistente de 2 - 4,5 mm. de longitud.

Farmacognosia: la sabinilla puede ser identificada por las características de sus hojas. Desde el punto de vista del uso popular, las partes aéreas de esta planta son consideradas un buen diurético; su infusión se recomienda, por vía oral, en afecciones renales y de las vías urinarias, hinchazones y contusiones, malestares estomacales (dolor de estómago y cólicos). Los frutos de color blanco y dulces son apreciados por la población.

Presentación comercial: uso rústico solamente.

Aspectos agronómicos: la sabinilla es una especie nativa de Chile y Perú. En nuestro país vive en terrenos áridos de la provincia de Coquimbo hasta Valdivia; es más abundante hacia el litoral. Es una planta frecuente; en la Región Metropolitana se la puede hallar de preferencia en las áreas del cajón del Maipo y quebrada de la Plata en Rinconada de Lo Cerda-Maipú. Además se encuentra en los países vecinos: Bolivia, Uruguay y Argentina. Se propaga mediante semillas, pero para que germinen es necesario sembrarlas primero



Empetrum nigrum, Thomé (1885).
<http://www.biolib.de/>



Detalles del follaje.

Izq. VIII Region, Contulmo / Der.: VII Region, Infiernillo
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0368.htm>

en invernadero, tarea que se recomienda hacer a fines de invierno o a comienzo de primavera. Por lo general, la germinación de las semillas es bastante lento y probablemente se necesite un período corto de estratificación fría. Es una planta que prefiere suelos limosos no muy nutritivos, con algo de sombra durante la solana de mediodía.

Hábito natural



picasaweb.google.com/.../YUZbl69NCWzAdYyfKaFhTg



Margyricarpus setosus (original Montenegro, 2003).

85. SABINILLA / PERLILLA (*Margyricarpus pinnatus*), tallo-hojas-ramas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: trastornos renales y urinarios, especialmente cálculos renales; depurativo.

La infusión se prepara con una 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: diurético¹, depurativo², antiespasmodico³.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

2. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

3. Calma los retortijones intestinales.

Salvia

Salvia Officinalis L.

Nombres vernáculos: salvia, salvia de jardín.

Descripción: arbusto ramoso siempreverde de más o menos 50 cm de altura, con la parte baja leñosa y la superior con tallos cuadrados cubiertos con pelitos finos. Hojas de 2,5 – 5 cm de largo, opuestas, oblongo-lanceoladas, cubiertas de vellosidades verde-grisáceas. Flores de color blanco-violáceas, algo azuladas, se agrupan en espigas terminales. Frutos en nuececilla, 2-3 mm de largo, color café-rojizo.

Los romanos también la consideraban como una panacea, buena para sanar todo. Su nombre procede de la palabra latina *salvare* (curar).

Farmacognosia: la hoja de salvia es oficial, aunque popularmente se también se emplean las sumidades floridas. En Chile también se llama “salvia” a *Sphacele salviae*, una planta de la misma familia (Labiada).

Farmacodinamia: la población del país la utiliza para tratar afecciones estomacales y renales, como diurético y calmante nervioso, en casos de menstruación abundante y malestares de la menopausia, para lavados vaginales.

Recomendaciones: evitar el uso de salvia y sus preparados durante el embarazo y la lactancia.

Presentación comercial: la salvia tiene usos culinarios, medicinales y cosméticos, por lo que es posible encontrarla en diversas presentaciones. Forma parte de materia médica homeopática. Desde hace algunos años varias marcas de pasta dentales han incorporado plantas medicinales con propiedades antisépticas (salvia, menta, romero, manzanilla) en sus productos.

Interés agronómico: la salvia es una planta nativa del sur de Europa. Se cultiva desde tiempos remotos y aún hoy es muy apreciada en jardinería; existen muchas variedades según su procedencia. Se propaga por semillas y esquejes. Las semillas pueden sembrarse directamente en el terreno o hacerlo primero en semilleros y después trasplantar las plántulas; en ambos casos las semillas tardan entre 18-20 días en germinar; la mejor época para ejecutar esta labor son



Salvia officinalis L, Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-126.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/ps01.htm>

los meses de febrero y marzo. Para la multiplicación por esquejes, primero hay que obtener vástagos de una planta madre. Habitualmente se recurre a plantas de 2 ó 3 años y la operación de cortar ramitas de 8-10 centímetros de longitud con al menos cuatro yemas se hace en los meses de marzo y abril. Por lo general, arraigan con facilidad y no se precisan sustancias arraigantes o técnicas particulares. El trasplante se hace entre mayo y junio. La ventaja de este método es el de poder obtener dos cosechas ya el primer año.



Ejemplares floridos.

Izq.: <http://es.wikipedia.org/wiki/Salvia>

Der.: http://luirig.altervista.org/photos/s/salvia_officinalis.htm

Hábito natural



http://luirig.altervista.org/photos/s/salvia_officinalis.htm

86. SALVIA (*Salvia officinalis*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones estomacales, renales y nerviosas; alteraciones del ciclo menstrual, en la menopausia y contracciones uterinas; sudoración excesiva (hiperhidrosis).

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: infecciones vaginales; estomatitis y gingivitis.

Usar la misma infusión en lavados y gargarismos.

Efectos: antiespasmódico¹, antibacteriano², antisudoral³, diurético⁴, emenagogo⁵, sedante⁶, tocolítico⁷.

Precauciones: no utilizar por periodos prolongados de tiempo. Emplear con control médico durante embarazo y lactancia.

Puede interferir con terapias hipoglicémicas y anticonvulsivantes. Puede potenciar el efecto sedante de otras drogas. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos antiespasmódico, antisudoral y emenagogo tienen alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Mata las bacterias o impide su crecimiento.

3. Disminuye la sudoración.

4. Promueve y aumenta la producción de orina.

5. Estimula o favorece el flujo menstrual.

6. Modera la actividad del sistema nervioso.

7. Disminuye las contracciones uterinas.

Sauce amargo / Sauce chileno

Salix humboldtiana Willd

Nombres vernáculos: sauce álamo, sauce chileno, sauce amargo.

Descripción: árbol caducifolio, dioico, de hasta 18 m de alto y 8 - 10 m de diámetro; tronco de corteza gris rugosa de hasta 80 cm de diámetro; ramificación erecta con ramas principales gruesas. Las hojas, de 156 mm. de largo, son alternas, lineal-lanceoladas, de márgenes aserrados y de color verde claro. Las flores masculinas y femeninas son dioicas y se encuentran dispuestas en racimos amarillentos que florecen durante la primavera. El fruto es una cápsula con numerosas semillas rodeadas de pelos suaves y brillantes.

Farmacognosia: se emplea la corteza de tallos y troncos.

Farmacodinamia: la salicina se encuentra presente en la corteza del sauce y en menor medida en las hojas. Esta molécula una vez absorbida por el organismo se transforma en ácido salicílico a nivel hepático. Por lo tanto gran parte de sus propiedades apreciadas en medicina popular (donde además de la corteza se usan las hojas) se deben a este último compuesto: tratamiento de fiebres, dolores reumáticos y menstruales; en forma externa, para lavar heridas. Los efectos adversos de los salicilatos son bien conocidos: en altas dosis y en tratamientos prolongados pueden provocar náuseas, gastritis y, en el peor de los casos, úlceras. Otros autores informan que el producto natural (corteza de sauce) tendría menos efectos que el sintético (ácido acetilsalicílico, principio activo de la Aspirina), al menos en lo que respecta a la agregación plaquetaria.

El empleo de la corteza de sauce tiene varias contraindicaciones. No se recomienda su uso en niños y en mujeres durante el embarazo, y en enfermos con úlcera gástrica. Mason et al. (2004) han analizado las propiedades rubefacientes de preparados a base de salicilatos con resultados bastante pobres. Comentarios adicionales existen sobre la eficacia, en trastornos y lesiones menores, de rubefacientes tipo salicilatos versus capsaicina, una sustancia empleada en el dolor



Salix alba, Thomé (1885).

<http://www.biolib.de/>



Follaje otoñal del sauce llorón
VII Region, Las Placetas, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0392.htm>

neurálgico. Sin embargo, el análisis de rubefacientes es insuficiente para determinar potencias analgésicas específicas. Por otra parte, la creencia que las aplicaciones tópicas de un medicamento puede tener un efecto adverso menor que su administración por otra vía es errónea; la misma capsaicina puede producir gran irritación local en el sitio de su aplicación. El mundo médico no está completamente convencido de la efectividad de los preparados tópicos.

Presentación comercial: se emplea casi exclusivamente en medicina popular. En farmacias sólo encontramos un extracto fluido simple indicado como antiinflamatorio y en estados febriles.

Aspectos agronómicos: no existen antecedentes de micropropagación del sauce chileno. La mejor manera de reproducirlo es por estacas: se cortan trozos de unos 9 a 12 pulgadas, de ramas jóvenes y maduras, después de que el sauce ha botado todas sus hojas, y se entierran profundamente en el lugar definitivo de modo que sólo queden expuestas 2-3 pulgadas al exterior; el sitio elegido debe ser húmedo y tener buen drenaje; brotarán y enraizarán en primavera.

Conservación: En el Chile en sauce amargo se distribuye entre Copiapó y Concepción.

Hábito natural



Sauce llorón (*Salix babylonica*)
VII Region, Las Placetas, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0392.htm>

87. SAUCE AMARGO / SAUCE CHILENO (*Salix humboldtiana*), corteza-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: fiebre; dolores reumáticos y menstruales.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas.

La misma preparación para uso externo.

Efectos: analgésico¹, anti-inflamatorio², febrífugo³, astringente⁴.

Precauciones: no se recomienda su uso en niños, en mujeres embarazadas y en enfermos con úlcera gástrica. No usar simultáneamente con anticoagulantes orales. A dosis altas puede producir gastritis y úlceras. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos por lo que no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Evitar su preparación en utensilios de aluminio. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal.

Otros antecedentes: sus efectos analgésico, anti-inflamatorio y febrífugo tienen alguna evidencia científica.

1. Disminuye el dolor.

2. Disminuye la inflamación.

3. Baja la fiebre.

4. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

Sauco

Sambucus nigra L.

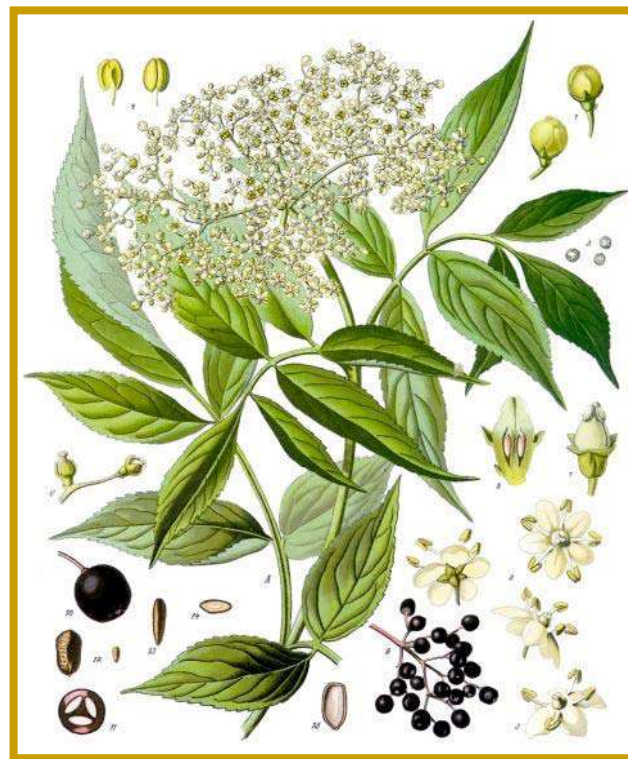
Nombre vernáculo: sauco.

Descripción: árbol de follaje anual, de hasta 5 - 6 m de altura. Corteza pardo-grisácea. Ramas cenicientas con médula blanquecina bien desarrollada. Hojas opuestas, compuestas. Flores pequeñas, blancas, muy aromáticas, dispuestas en un conjunto que asemeja un paraguas. Fruto redondeado de 3 – 5 mm de diámetro, de color negro violáceo y sabor agradable, con tres semillas en su interior.

Usos: en medicina popular se utilizan las flores para tratar los resfríos, por ser sudorífico y febrífugo, la tos y catarros ya que descongestiona las vías respiratorias superiores. Los frutos no bien maduros pueden ser tóxicos, de otro modo tienen los mismos usos que la droga

Presentación comercial: el sauco forma parte de varios productos homeopáticos.

Aspectos agronómicos: árbol originario de Europa donde crece en suelos frescos y húmedos, algo nitrificados, en bosques y matorrales; en ambientes más secos se ubica en riberas de ríos y acequias. Se cultiva como especie ornamental y medicinal, aunque actualmente podemos encontrarlo asilvestrado en la zona austral (IX-XI Región). Se multiplica por semillas y esquejes. La pulpa del fruto tiene sustancias que inhiben la germinación de las semillas; por eso cuando se recogen los frutos, la pulpa debe ser eliminada de inmediato. A pesar de ello, para una buena germinación se recomienda estratificar la semilla, o someterla a tratamientos con ácido para ablandarle la cubierta. Esta especie es poco exigente en suelos siempre que no estén apelmazados. Gusta de vivir en lugares frescos y húmedos. Es muy atacado por pulgones.



Sambucus nigra L, Koehler (1887).

http://bib1p1.rz.tu-bs.de/docportal/servlets/MCRFileNodeServlet/DocPortal_derivate_00000739/00000153.jpg



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/ps08.htm>



Flores.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bez_cerny.jpg



Frutos.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sambucus_nigra-fruit001.jpg

Hábito natural



IX Region, Camino a Melipeuco - Lago Caburga, Chile.

<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0113.htm>

88. SAUCO (*Sambucus nigra*), flores secas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: resfríos y estados gripales.

La infusión se prepara con 1 cucharada de flores para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día. También se puede usar en forma de vahos.

Efectos: balsámico¹, diurético², febrífugo³, sudorífico⁴.

Precauciones: no administrar durante el embarazo y la lactancia. Podría existir algún tipo de interacción con algunos medicamentos tales como diuréticos, hipoglicemiantes, laxantes a los que les potencia sus efectos y teofilina al que le disminuye su efecto.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

1. Modera la secreción bronquial.

2. Promueve y aumenta la producción de orina.

3. Baja la fiebre.

4. Estimula la transpiración.

Sen / Sen de Alejandría

Senna alexandrina Miller

Nombres vernáculos: sen, sen de Alejandría,

Descripción: arbusto siempreverde, de hasta 1,5 m de altura. Hojas compuestas por folíolos angostos o redondeados, verde pálido amarillentas. Flores amarillas con cinco pétalos unidos ligeramente en la base. Fruto es una legumbre de vaina amplia, elíptica, aplanada, de 4 - 7 cm de largo por 2 cm de ancho, en cuyo interior se hallan de 6 a 10 semillas (en Chile este fruto se lo conoce popularmente como Alejandría).

Presentación comercial: se hallan a la venta numerosos productos que contienen sen: en filtro, mermeladas y tabletas.

Interés agronómico: el sen de Alejandría es una planta originaria del nordeste de África y Alejandría. Si bien se cultiva en algunos países (Nigeria y Sudán), el material se obtiene principalmente de plantas silvestres. La droga debe ser guardada a temperatura ambiente, en envases cerrados o costales protegidos de la luz y la humedad.

Farmacodinamia: es importante prestar particular atención a la dosis de la droga, ya que cantidades mayores a las indicadas para una actividad laxante la convierten en un purgante drástico; también es necesario considerar que el efecto tarda no menos de 6 horas en manifestarse. El uso del sen está contraindicado en la obstrucción intestinal, enfermedad de Crohn, colitis ulcerosa, apendicitis, dolor abdominal de origen desconocido. No se aconseja administrar a menores de 12 años de edad. Se recomienda no hacer tratamientos prolongados. Por su acción estimulante sobre los órganos huecos abdominales (especialmente vejiga y útero), no se debe usar durante el embarazo, ni durante la menstruación, ni tampoco en caso de cistitis o de colitis.



Senna alexandrina Miller, Koehler (1887).
[http://es.wikipedia.org/wiki/Senna_\(bot%C3%A1nica\)](http://es.wikipedia.org/wiki/Senna_(bot%C3%A1nica))



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pc33.htm>



Hojas secas.

www.dkimages.com/.../European/Senna/Senna-9.html



Vainas con semillas.

<https://ssl3.lon.gb.securedata.net/herbalbrew...>

Hábito natural



<http://www.nrc-map.org/Photoes/senna.jpg>

89. SEN / SEN DE ALEJANDRIA (*Senna alexandrina*)

a) Hojas: conocidas como SEN.

b) Frutos con semillas: conocidos como ALEJANDRIA.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: estreñimiento, fisura anal, hemorroides y otras afecciones recto-anales.

La infusión para uso laxante se prepara con 1 cucharada de hojas para una taza de agua recién hervida: beber 1 taza al día. Si se desea como purgante, poner una cucharadita de frutos (Alejandría) en 1 taza de agua fresca, dejar macerando toda la noche y beber en ayunas (el efecto se produce dentro de la hora siguiente).

Efectos: laxante¹, purgante².

Precauciones: no usar en obstrucción intestinal, enfermedad de Crohn, colitis ulcerosa, apendicitis, dolores abdominales de origen desconocido, embarazo y lactancia. No dar a menores de 12 años. Como todo laxante, no se debe utilizar en tratamientos por más de 1 a 2 semanas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: el efecto laxante de las hojas está avalado por estudios clínicos.

¹. Favorece la evacuación del vientre.

². Estimula en forma enérgica la evacuación del vientre.

Siete venas / Llantén menor / Llantencillo

Plantago lanceolata L.

Nombres vernáculos: siete venas, llantén menor, llantencillo, llantén de cinco nervios (Argentina).

Descripción: hierba siempreverde de 10 - 50 cm de altura, cubierta de pelos finos y suaves. Hojas nacen desde la base, en rosetas, lanceoladas, con escasos pelos, de 10 - 35 cm de longitud por 1 - 3 cm de ancho, provistas de hasta 7 nervios paralelos entre la base y la punta (de allí su nombre popular de 'siete venas'), de márgenes lisos o irregularmente dentados. Flores reunidas en espigas densas, de 1,5 - 5 cm de longitud por 1 - 1,5 cm de diámetro, al extremo de un largo tallo que casi duplica el largo de las hojas. Semillas 2, pardas, opacas, de 2,5 - 3 mm de largo.

Farmacognosia: la materia médica son las hojas de *Plantago lanceolata*, aunque también se emplean las espigas floridas.

Farmacodinamia: presenta actividad antibacteriana y anti-inflatoria, un efecto calmante sobre la mucosa respiratoria, inhibiendo el reflejo de la tos; tiene acción antiinflamatoria, hipolipemiente (disminuye el colesterol total, las beta lipoproteínas y los triglicéridos) y emoliente dermatológica. La población chilena la utiliza, además, para cicatrizar heridas, úlceras, herpes simples y tratar hemorragias internas. Las hojas se emplean en forma de infuso, o su jugo fresco, por vía oral; también en maceración (para gárgaras), o simplemente machacadas y aplicadas directamente sobre la piel en casos de afecciones dermatológicas.

Aspectos agronómicos: planta cosmopolita que crece prácticamente en todo el país, en terrenos baldíos, campos, jardines, bandejones; ocupa el mismo hábitat que *Plantago major*, con quién también comparte sus propiedades terapéuticas; se le encuentra incluso en Isla de Pascua donde es una de las especies medicinales más utilizadas. Por lo general, el comercio se abastece de material recolectado en huertos y campos. Se reproduce por semillas, en almácigos, donde tardan entre 5-7 días en germinar; el trasplante se hace a los 45-50 días; el porcentaje de germinación es alto, de modo que 3 kilos de semillas producen plántulas como para sembrar 1 hectárea de terreno. De igual modo el rendimiento es considerable: 20 ton/ha de hojas.



Plantago lanceolata L., Lindman (1905).
<http://www.zum.de/stueber/lindman/127.jpg>



<http://www.biolib.de>

El llantén menor es una hierba perenne de amplia distribución en climas templados. A pesar de ser considerada en muchas situaciones nada más que una maleza, las hojas jóvenes se emplean algunas veces como hortaliza, siendo también valiosas como forraje para el ganado.

Presentación comercial: uso rústico principalmente.



Parque Nacional El Morado, Región Metropolitana Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0148.htm>

Hábito natural



(original RC Peña).

90. SIETE VENAS / LLANTEN MENOR / LLANTENCILLO (*Plantago lanceolata*), hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones respiratorias (tos seca, bronquitis, catarrros, resfríos, faringitis); fiebre; afecciones gastrointestinales (úlceras digestivas).

La infusión se prepara con 1 cucharada de hojas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

Alternativamente puede dejarse macerando 1 manojo de hojas en 1 taza de agua fresca toda la noche y se bebe en la mañana siguiente; del zumo de hojas frescas machacadas o recién exprimidas puede usarse 5 – 10 gotas en una taza de agua fresca.

b) uso externo: afecciones cutáneas (dermatitis, heridas, úlceras y herpes).

Se usa localmente la misma infusión de manera directa o mediante compresas; también puede aplicarse localmente compresas con el zumo de hojas frescas machacadas o recién exprimidas.

Efectos: demulcente¹, emoliente², balsámico³, cicatrizante, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso en afecciones respiratorias tiene alguna evidencia científica.

1. Protege las mucosas con una película protectora.

2. Ablanda o suaviza la piel.

3. Modera la secreción bronquial.

Tilo

Tilia Cordata Mill.

Nombre vernáculo: tilo.

Descripción: árbol de tallo recto con corteza lisa que alcanza alrededor de 18 m de altura. Sus hojas tienen forma acorazonada, verde oscuras por el haz y verde azuladas por el envés. Las flores tienen un color amarillento, agrupadas en racimos. Frutos de aspecto globoso.

Nota. El adulterante de la droga oficial (la que se obtiene de *Tilia cordata* Mill. y *Tilia platyphyllos* Scop.), proviene de otra especie del género: *Tilia tomentosa*, un árbol de hoja anual de 30 m de altura.

Farmacodinamia: en nuestro país el tilo constituye una de las plantas de primera elección al momento de combatir estados gripales que cursan con fiebre y malestar general. Se emplean principalmente las flores y brácteas secas, además de la corteza y las hojas del árbol.

Presentación comercial: el tilo se encuentra a la venta en bolsitas individuales como té de agrado. En farmacias, además, se expenden preparados elaborados por diversas laboratorios, en base a violeta, borraja, eucalipto, malva, saúco, tilo y tusílogo, indicados para combatir afecciones de las vías respiratorias; con altea, ortiga, hierba del platero, folículos de sen y flores de tilo, para tratar resfríos y gripes; una mezcla de extractos hidroalcohólicos de melisa, tilo, crataego y avena, recomendada como sedante y ansiolítico; con extracto fluido de flores pectorales y extractos hidroalcohólicos de tilo, llantén y *Lobelia inflata*, además de *Gelsemium* D6, útil como antitusivo y antigripal.

Antecedentes agronómicos: el tilo es una planta nativa de regiones cálidas de Europa. En su lugar de origen crece en forma silvestre, de preferencia en zonas de la cuenca del mediterráneo, sobre alturas comprendidas entre los 900 y los 1100 metros sobre el nivel del mar. Es un árbol muy longevo: puede vivir hasta 1.000 años y es muy frecuente verlo en las ciudades como especie ornamental. El tilo se multiplica por semillas que necesitan estratificación y tratamientos para romper la impermeabilidad de las



Tilia cordata Mill., Koehler (1887).
<http://es.wikipedia.org/wiki/Archivo:Koeh-139.jpg>



DNF Dietrich (1850).
<http://herba.msu.ru/pictures/Dietrich/pages/611.htm>

cubiertas; prefiere suelos calcáreos o calizos. Las flores se colectan inmediatamente después de abrirse, a mediados del verano, o cuando han florecido 2/3 del total de inflorescencias, y se secan a la sombra o a temperatura no mayor de 35°C. Se guardan en recipientes bien cerrados fuera del alcance de la luz. El material seco dura 1 año. El tilo es una magnífica especie melífera.



Rama florida.

<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/tilo.shtml>

Hábito natural



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bratrska_lipa_Kunvald.JPG

91. TILO (*Tilia cordata*), flores-hojas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: estados gripales (fiebre, tos y malestar general); ansiedad, nerviosismo e insomnio; retención de líquido (edema).

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día. En los estados gripales usar la infusión caliente, en los demás fría.

Efectos: antiespasmódico¹, antitusivo², diaforético³, sedante⁴, diurético⁵, anti-inflamatorio

Precauciones: puede potenciar el efecto sedante de antihistamínicos, barbitúricos, benzodiazepinas y alcohol, por lo que se aconseja no administrar en forma conjunta. Se debe evitar su uso excesivo.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos tienen alguna evidencia científica.

¹. Calma los retortijones estomacales.

². Modera la tos.

³. Estimula la transpiración.

⁴. Modera la actividad del sistema nervioso.

⁵. Promueve y aumenta la producción de orina.

Tomillo

Thymus vulgaris L.

Nombre vernáculo: tomillo.

Descripción: arbusto aromático ramoso, de tallos tortuosos y leñosos, siempreverde, ligeramente vellosos, de 15 - 30 cm de alto, de penetrante olor aromático. Hojas abundantes, afiladas, verde grisáceas, de 1 cm. de longitud, vellosas en el reverso, dispuestas en pares opuestos. Flores pequeñas, bilabiadas, blancas o rosadas, dispuestas en cabezuelas densas y compactas.

Farmacodinamia: en medicina popular la infusión de las partes aéreas de esta planta se emplea para tratar malestares digestivos (cólicos, diarrea, dispepsia, flatulencia, parásitos, vómitos), respiratorios (amigdalitis, laringitis, bronquitis, catarro, tos, resfrío); por vía tópica una infusión más concentrada se utiliza para lavar heridas y ayudar a su cicatrización, tratar eczemas, psoriasis, hacer enjuagues contra la gingivitis, el mal aliento, y en forma de compresas para calmar dolores reumáticos. Por otra parte, el tomillo es una importante especie de uso culinario utilizada para sazonar y preservar alimentos.

Recomendaciones: evitar el uso del aceite esencial puro o de sus componentes aislados, por ser extremadamente tóxicos; causan hiperemia e inflamación severa; en dosis elevadas por vía oral pueden provocar convulsiones. No tomar durante el embarazo y la lactancia.

Presentación comercial: es uno de los ingredientes de las soluciones para la higiene bucal; también de un rubefaciente recomendado para calmar dolores articulares y musculares en reumatismo y artrosis, así como de un ungüento asociado con esencia de pino, eucalipto y clavo, e indicado para el tratamiento de malestares músculo esqueléticos.

El tomillo se emplea como aderezante culinario y también forma parte de algunos licores a base de hierbas.

Aspectos agronómicos: *Thymus vulgaris* es una planta cultivada oriunda de la región mediterránea occidental, en especial del sur de Italia. Se cultiva



Thymus vulgaris L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-271.jpg>



Rama florida.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Thymus_vulgaris_fragrantissimus1.jpg



Hojas.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Thymus_vulgaris.jpg

intensamente como planta aromática culinaria en la Francia meridional, España, Marruecos y Norteamérica. Prefiere climas cálidos, suelos ligeros, ricos, calcáreos y fértiles. Se propaga por semillas (1000 semillas pesan 0,265 g) las que tardan entre 7 y 21 días en germinar, o por división de plantas adultas (se pueden obtener entre 20 y 30 plántulas de una planta madre) que se dejan enraizar y luego se trasplantan en lugar definitivo; se recomienda fertilizar de manera orgánica. Al momento de la cosecha se colectan ramas de 15 cm de largo; un cultivar puede producir durante 4 – 6 años; para obtención del aceite esencial el material recopilado se procesa de inmediato; para uso doméstico se seca la planta a la sombra o en secadoras a no más de 40°C. Se esperan rendimientos de 4 – 5 toneladas / ha. de planta fresca; al secar se pierde entre 60 y 65 %; la destilación rinde de 20 a 25 Kg / ha.

El tomillo es importante planta melífera. Considerando que actualmente se está exigiendo en los rótulos información sobre procedencia y origen botánico a las mieles, diversos autores están desarrollando métodos combinados botánico-químicos de análisis de mieles.

Hábito natural



http://www.stammer.nl/images_species/207_0704_Thymus_vulgaris.jpg

92. TOMILLO (*Thymus vulgaris*), hojas-ápices florales.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: malestares digestivos (digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsia), diarrea, cólicos, flatulencia, vómitos); parásitos intestinales; malestares respiratorios (tos, catarro, bronquitis, amigdalitis, resfríos).

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: heridas, eccemas, gingivitis, mal aliento; dolores reumáticos.

Usar la misma infusión en lavados, compresas o gargarismos.

Efectos: antiespasmodico¹, antiséptico², antitussivo³, astringente⁴, antibacteriano⁵, carminativo⁶, expectorante⁷.

Precauciones: no administrar durante embarazo y lactancia sin supervisión médica.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso en malestares digestivos, respiratorios y por vía tópica tiene alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Destruye gérmenes en la piel o mucosas.

3. Modera la tos.

4. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

5. Mata las bacterias o impide su desarrollo.

6. Previene y favorece la expulsión de gases.

7. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

Toronjil / Melisa / Toronjil pa'la pena

Melissa officinalis L.

Nombres vernáculos: toronjil, toronjil pa' la pena, toronjil de olor, melisa.

Descripción: hierba siempreverde, cuya parte aérea se renueva anualmente, de 15 - 70 cm de alto, de característico olor cítrico. Tallos cuadrangulares vellosos, con hojas opuestas, de base redondeada o ligeramente acorazonada, aovadas, rugosas, de borde dentado. Flores en espiga de hasta 20 cm, de inicial color amarillento que cambia a blanco rosáceo.

Farmacodinamia: por sus propiedades estimulantes, estomacales, aromáticas, carminativas y antiespasmódicas, las hojas, flores y tallos de melisa son ampliamente usados en medicina popular para tratar estados depresivos y nerviosos, insomnio, dolor de cabeza, trastornos de la menopausia y afecciones cardíacas; además es considerada de utilidad en malestares estomacales y respiratorios (tos y bronquitis). También se utiliza en procedimientos culinarios para aromatizar vinagres de hierbas, salsas, vinos, y como ingredientes de licores; sus hojas se pueden consumir en ensaladas y sopas. Por su agradable aroma, las hojas y flores secar se añaden a potpurri y almohadillas herbales. De las sumidades floridas se extrae el aceite esencial de melisa empleado en la preparación de jabones, cosméticos, lociones, etc.; es, además, una muy buena planta melífera.

Presentación comercial: se encuentran en el mercado varios productos indicados para estados de tensión y trastornos emocionales (angustia, insomnio, ansiedad) que contienen *M. officinalis* sola o asociada a valeriana y pasionaria, o a tintura madre de tilia, crataego, avena y melisa.

Aspectos agronómicos: planta originaria del área mediterránea, crece bien en climas templados con buen aporte de sol. En Chile se promueve su cultivo para la obtención de su aceite esencial, principalmente. Es una especie que requiere suelos de consistencia media, profundos, frescos, permeables, donde no se acumule humedad. En suelos secos y arenosos su rendimiento es escaso. Es bastante sensible a las heladas, fríos intensos y a la falta de agua, por lo que en



Melissa officinalis L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-094.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm17.htm>

Hábito natural

una plantación requiere de riego durante todo su ciclo vital, sobre todo en primavera y verano. Se multiplica por semilla, esquejes o división de matas. En el primer caso, es aconsejable sembrar primero en almácigos y luego, cuando las plántulas alcanzan unos 10 a 15 cm de altura, llevarlas al lugar definitivo. Entre comienzos de primavera y mediados de verano es la época indicada para separar los esquejes; se cortan trozos de 5 cm, que incluyan dos pares de hojas, desde los ápices de tallos herbáceos de plantas adultas; se les pone enraizante y se plantan en recipientes con arena húmeda hasta que enraícen, proceso que se prolonga hasta unos 10 días. La multiplicación por división de raíces se puede efectuar en cualquier época del año. Si la planta se cultiva para la obtención del aceite esencial la cosecha debe realizarse antes de la floración. Esta labor se efectúa con tiempo seco y tarde en la mañana para evitar el ennegrecimiento de las hojas y facilitar el secado. Pero si se cultiva para utilizarla fresca o en la elaboración de fitofármacos, entonces debe colectarse cuando está en botón floral o en plena floración.



http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Melissa_officinalis1.jpg

93. TORONJIL / MELISA / TORONJIL PA'LA PENA (*Melissa officinalis*), tallos-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones nerviosas (depresión, nerviosismo, palpitaciones, insomnio); dolor de cabeza; molestias estomacales y respiratorias.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: herpes simple cutáneo.

La misma infusión se usa en lavados o compresas.

Efectos: antiespasmódico¹, antiviral², carminativo³, estomacal⁴, sedante⁵.

Precauciones: no administrar a embarazadas, durante la lactancia ni a niños menores sin supervisión médica. No es aconsejable su uso junto a hormonas tiroideas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antiviral (anti-herpético de la hojas) esta avalado por estudios clínicos. Su efecto sobre desórdenes gastrointestinales y como sedante en trastornos del sueño tiene alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Combate la infección causada por virus.

3. Previene y favorece la expulsión de gases.

4. Favorece la digestión.

5. Modera la actividad del sistema nervioso.

Toronjil cuyano / Marrubio

Marrubium vulgare L.

Nombres vernáculos: toronjil, toronjil cuyano, marrubio, marrubio blanco (Colombia).

Descripción: hierba siempreverde, de 30 - 60 cm de alto, blanco-lanosa, pelos simples y ramificados, de sabor muy amargo. Tallos erguidos, cuadrangulares. Hojas opuestas, aovadas o casi orbiculares, de superficie arrugada, con márgenes con dientes redondeados, blanco-lanosas en ambas caras, de 5 - 6 cm de longitud por 1 - 2,5 cm de ancho. Flores blancas y pequeñas, dispuestas en grupo a lo largo del tallo. Fruto seco contiene 4 semillas ovoides, lisas, menores de 1 mm de longitud.

Farmacodinamia: la infusión de esta planta, de intenso sabor amargo, es digestiva, estimulante del apetito, tiene efectos colerético y colagogo; tradicionalmente, además, se le emplea como febrífugo y antidiarreico, y en forma externa para tratar lesiones cutáneas, heridas y quemaduras. Con respecto al uso externo de esta planta, es común su empleo en afecciones del cuero cabelludo y se asegura que ayuda a mantener y fortificar el cabello.

Presentación comercial: por lo general, uso rústico; sin embargo en farmacias se expende una combinación de marrubio, manzanilla y menta, todas plantas con antecedentes de incidir sobre el metabolismo de las grasas, recomendado para tratar la obesidad.

Aspectos agronómicos: el toronjil cuyano es una planta originaria del área de la cuenca del mediterráneo, que se emplea con fines medicinales desde tiempos remotos. En la actualidad crece en prácticamente todos los países de climas cálido y templado del mundo, donde se le encuentra silvestre sobre suelos ricos en nitratos, prados secos, campos, terrenos baldíos y sitios abandonados. En Chile es una maleza que vegeta desde Coquimbo hasta Cautín. Se cultiva a pequeña escala para las necesidades de la farmacia. Se reproduce por estacas que se obtienen de una planta madre y se plantan directamente al suelo; enraizan con facilidad; requiere terreno húmedo, pero bien drenado, sol no tan intenso -crece bien en semi sombra- y riego moderado. Cuando la planta está



Marrubium vulgare L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-224.jpg>



Marrubium vulgare, L.

<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm13.htm>

en plena floración, es decir varias veces al año, se recolectan las sumidades floridas, que se colocan en capas finas en un lugar bien aireado, o en secadero a una temperatura no superior a los 40°C. El material seco no debe guardarse en recipientes de material plástico. Mantener en bolsas en lugar seco.



Detalle de la inflorescencia.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Marrubium_vulgare_KZ.jpg

Hábito natural



http://www.todoplantasm.net/plantas_medicinales/ver_planta.jsp?id=1127943372640

94. TORONJIL CUYANO / MARRUBIO (*Marrubium vulgare*), sumidades floridas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: enfermedades respiratorias (catarros, tos, bronquitis, resfríos, gripes, faringitis, asma); fiebre; falta de apetito, diarreas, digestiones difíciles de tipo crónico (dispepsias); trastornos menstruales.

La infusión se prepara con 1 cucharada de sumidades floridas para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: lesiones cutáneas, heridas superficiales y quemaduras; afecciones del cuero cabelludo.

La misma infusión sirve para uso externo en lavados.

Efectos: diaforético¹, expectorante², febrífugo³, balsámico⁴, emenagogo⁵, antidiarreico, digestivo.

Precauciones: no administrar por vía oral durante el embarazo. Administrar con precaución a personas con gastritis, úlceras digestivas y arritmias cardíacas. Puede potenciar los efectos de medicamentos hipoglucemiantes y antihipertensivos.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar un médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso como expectorante, mucolítico y estimulante del apetito tiene alguna evidencia científica.

1. Estimula la transpiración.

2. Provoca la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

3. Baja la fiebre.

4. Modera la secreción bronquial.

5. Estimula el flujo menstrual.

Triqui-triqui / Trique

Libertia sessiliflora (Poepp.) Skottsb

Nombres vernáculos: trique, calle-calle, tequeltequel, huilmo.

Descripción: hierba rizomatosa de 45-110 cm de altura. Rizoma pardo oscuro, duro, provisto de raíces gruesas. Hojas lineares puntiagudas, de 21 a 73 cm de largo por 0,5 a 1,2 cm de ancho. Flores numerosas, azulinas o celestes, dispuestas en verticilastros de 4 a 7 flores en un escapo de 6,5 cm. El fruto es una cápsula con semillas pequeñas, rugosas, de 0,1 a 0,2 cm de largo por 0,15 a 0,2 cm de ancho, brillosas y de color pardo amarillento.

Farmacognosia: por sus propiedades estomacales, laxantes y diuréticas, se utiliza la infusión del rizoma con raíces de la planta para tratar trastornos digestivos y renales; también se le emplea como emenagogo en afecciones menstruales y a veces como febrífugo.

Presentación comercial: uso rústico principalmente. En farmacias se expende un té que contiene: boldo, trique, *Equisetum*, *Tilo* y *Stevia rebaudiana*.

Aspectos agronómicos: el trique es una planta que abunda desde el río Maule hasta Chiloé; crece sobre todo en lugares húmedos, en riberas de ríos y arroyos. Hasta el presente se le considera una especie fuera de peligro de extinción. La reproducción se efectúa por división de rizomas, operación que se hace durante el crecimiento de la planta, para lo cual se la divide verticalmente en dos secciones. La propagación por semillas no es muy alentadora debido al bajo porcentaje de germinación: alrededor del 25%.



Libertia sessiliflora.
Hábito de la planta¹.



Inflorescencia y frutos.

www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Orde...



Izq.: planta florida / <http://www.chilebosque.cl/herb/liber.html>

Der.: inflorescencia / <http://latribunadeltile.blogspot.com/>

¹.Navas (1973-76)

Hábitos naturales



www.florachilena.cl/Niv_tax/Angiospermas/Orde...



VIII Region, Contulmo, Chile.

www.chileflora.com/.../LowResPages/SH0086.htm

95. TRIQUI-TRIQUI / TRIQUE (*Libertia sessiliflora*), planta entera.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: afecciones estomacales, estreñimiento; enfermedades renales; trastornos menstruales; fiebre.

La decocción (cocimiento) se prepara hirviendo 1 cucharada del vegetal en 1 litro de agua durante 10 minutos, luego dejar reposar y filtrar: beber 1 taza 2 – 3 veces en el día.

Efectos: diurético¹, emenagogo², estomacal³, febrífugo⁴, laxante⁵.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos por lo que no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Promueve y aumenta la producción de orina.

2. Estimula o favorece el flujo menstrual.

3. Favorece la digestión.

4. Baja la fiebre.

5. Favorece la evacuación del vientre.

Tusílago

Petasites fragrans (Vill.) C. Presl

Nombres vernáculos: tusílago.

Descripción: hierba siempreverde de unos 50 cm de alto; hojas muy grandes, lisas y brillantes en el haz, acorazonadas, de unos 40 cm de diámetro, con largos peciolo que nacen directamente del rizoma. Capítulos perfumados y flores blancas dispuestas en una inflorescencia purpúrea que brota de los rizomas subterráneos a comienzos de primavera. Los frutos son aquenios dispuestos en copete.

Farmacognosia: se emplean los rizomas y en menor medida las hojas. Antiguamente fue utilizado como sudorífico en tratamientos destinados al control de la peste y a disolver flemas.

Actualmente los preparados a base del rizoma y las hojas de esta planta se usan en afecciones bronco-respiratorias (asma bronquial, tos, ronquera), y para mitigar el dolor de cabeza.

Farmacodinamia: estudios en enfermos con rinitis alérgica han mostrado que el tratamiento con preparados de sesquiterpenos (petasinas) de *Petasites hybridus* puede ser una buena alternativa a la terapia convencional para este malestar; en los casos de prevención de la migraña se han obtenido buenos resultados utilizando la raíz de esta planta. La actividad antiinflamatoria y antiespasmódica de tusílago podría estar relacionada con la capacidad de la petasina de inhibir la síntesis de leucotrienos.

Presentación comercial: uso doméstico y rústico, principalmente; se expende en farmacias un remedio homeopático bajo su nombre.

Antecedentes agronómicos: esta planta herbácea nativa de Europa, norte de África y Asia occidental, vegeta en terrenos umbrosos y húmedos, aunque también se le encuentra en lugares soleados. Es una especie muy invasiva. Se siembra en suelos fértiles, ricos en humus; también se puede mantener en macetas para floración de invierno. Se multiplica por división del rizoma, operación que se recomienda hacer a finales de otoño y principios de primavera. Los rizomas se extraen, sin excesos, de las zonas



Petasites hybridus Gaertn, Thomé (1885).

http://luirig.altervista.org/schedeit/pz/petasites_hybridus.htm



Petasites frigidus.

<http://caliban.mpiz-koeln.mpg.de/~stueber/lindman/25.jpg>

en las que abunda la planta, y tras un cuidadoso lavado se extienden en capas finas a la sombra para su secado; en secaderos la temperatura no debe superar los 40°C; una vez secado el rizoma presenta un olor desagradable y un sabor amargo; las hojas se recolectan y se secan de la misma forma. Ambos productos se conservan en recipientes cerrados, en un lugar seco y fresco. En jardinería el tusílago es muy apreciado como cubresuelo por la gran dimensión de sus hojas. Está considerada una excelente planta melífera y polinífera.



Flor de *Petasites fragrans*.

www.floralimages.co.uk/ppetasfragr1.htm

Hábito natural



(original RC Peña).

96. TUSÍLAGO (*Petasites fragrans*), hojas-rizoma.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: afecciones del tracto respiratorio (tos, asma bronquial, ronquera y rinitis alérgica); prevención de la migraña; anti-inflamatorio y antiespasmódico.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: anti-inflamatorio, antiespasmódico¹, antimigrañoso².

Precauciones: Contraindicado en el embarazo, lactancia y pacientes con afecciones al hígado; no exceder la dosis recomendada ni realizar tratamientos por largos periodos de tiempo. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos por lo que no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad.

Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evitar su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos anti-inflamatorio, antiespasmódico y anti-migrañoso tienen alguna evidencia científica.

¹. Calma los retortijones intestinales.

². Calma la migraña o jaqueca.

Valeriana

Valeriana officinalis L.

Nombres vernáculos: valeriana, hierba de los gatos.

Descripción: hierba permanente, cuya parte aérea se renueva anualmente. Su parte subterránea es un rizoma vertical de 1 - 2 cm de grueso, con brotes laterales más delgados y largos, del que salen numerosas raicillas. Su parte aérea se compone de un tallo cilíndrico, hueco, acanalado, de 70 - 170 cm de alto, ramificado en su parte superior, con hojas compuestas de seis a diez pares de hojuelas opuestas, más una terminal, todas ellas dentadas. Las flores son pequeñas y numerosas, en ramilletes terminales, de color blanco o ligeramente rosado. Fruto seco, coronado de una pelusa plumosa, contiene una sola semilla de unos 3 mm de longitud.

Farmacodinamia: desde el tiempo de Dioscórides ya se conocían las propiedades sedativas de valeriana, uso que se prolonga hasta nuestros días y que reconocen todas las Farmacopeas que la mencionan. Se utiliza como sedante nervioso, en malestares tales como dolor de cabeza, ansiedad, insomnio, colon irritable, cólicos gastrointestinales, asma y trastornos asociados a la menopausia. En nuestro país la *Valeriana officinalis* de venta en el comercio es importada por la industria farmacéutica; sin embargo existen antecedentes del uso de especies autóctonas en el norte y sur del país; así, en el sur se emplea popularmente la especie nativa *Valeriana carnosa* Smith, llamada ñancu-lahuén, a la que se reconocen similares propiedades que a la planta oficial y se la utiliza con los mismos fines, a los que han incorporado otros dos: diurético y digestivo.

Contraindicaciones: no usar en el embarazo y la lactancia, ni administrar a niños menores de 3 años.

Presentación comercial: en farmacias se puede encontrar una mezcla de las siguientes plantas secas: buchú, alcaravea, bailahuén, hinojo, menta, quinchamalí, sen, uva ursi y valeriana, indicado como estimulante hepático y laxante suave; cápsulas con valeriana, flor de lupino (*Humulus lupulus*) y pasiflora, recomendadas para tratar neurosis, ansiedad, depresión, histeria, jaquecas e insomnio; tintura de la planta como tranquilizante; una mezcla de tinturas de pasiflora, espinillo blanco (*Crataegus*), melisa y valeriana, señalada como ansiolítico, tranquilizante, antiespasmódico y analgésico.



Valeriana officinalis L, Koehler (1887).

<http://caliban.mpiz-koeln.mpg.de/~stueber/koehler/BALDRIAN.jpg>



Detalle de la flor.

http://www.todoplantas.net/plantas_medicinales/ver_planta.jsp?id=1127943728218

Interés agronómico: originaria de Europa y Asia occidental, la valeriana crece en prados bajos y arenosos, sitios húmedos y sombreados, bosques, tierras cercanas a los cursos de agua, y zonas montañosas hasta los 2000 metros. Se cultiva en varios países, entre ellos Bélgica, Holanda y Alemania.

La multiplicación se hace por semilla o por división de matas. La semilla de valeriana es muy pequeña (1.000 semillas pesan 0,5 g); para una siembra directa en terreno se requieren alrededor de 2 a 3 kg por ha.; sin embargo su bajo poder germinativo y el peligro de las primeras heladas hace que sea más conveniente iniciar el cultivo en vivero, bajo cubierta. Cuando las plántulas han alcanzado una altura de 10 cm aproximadamente se llevan al terreno definitivo, operación que se debe hacer a mediados de invierno. La multiplicación por división de matas se realiza sobre plantas ("pie") de más de un año de edad con raíces y yemas bien desarrolladas; un pie puede suministrar de 10 a 20 plantas. Ambos trabajos, los de división de pies y plantación, deben realizarse en otoño. En cuanto a los suelos, los más convenientes son aquellos ricos en humus, pero sueltos y con buen drenaje, por ser los que facilitan y reducen las tareas de limpieza de los rizomas y las raíces en la poscosecha.

Hábito natural



Valeriana lepidota

Región Metropolitana, Parque Nacional El Morado, Chile.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraSpanish/HighResPages/SH0695.htm>

97. VALERIANA (*Valeriana officinalis*), rizoma-raíz.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: trastornos nerviosos (ansiedad, insomnio, nerviosismo y dolor de cabeza); trastornos digestivos (colon irritable, cólicos intestinales); asma bronquial; trastornos de la menopausia.

La decocción (cocimiento) se prepara con 1 cucharada del vegetal en 1 litro de agua, hervir 5 minutos, dejar reposar y filtrar: beber 1 taza 2 a 3 veces al día.

Efectos: antiespasmódico¹, sedante².

Precauciones: no administrar durante el embarazo y la lactancia ni a menores de tres años. Administrar con precaución a pacientes que manejan vehículos motorizados o trabajan con maquinarias peligrosas. Puede potenciar los efectos de medicamentos tranquilizantes y antihistamínicos.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto sedante está avalado por estudios clínicos. Su efecto en dolores gastrointestinales de origen nervioso tiene alguna evidencia científica.

¹. Calma los retortijones estomacales.

². Modera la actividad del sistema nervioso

Verbena

Verbena litoralis Kunth

Nombre vernáculo: verbena.

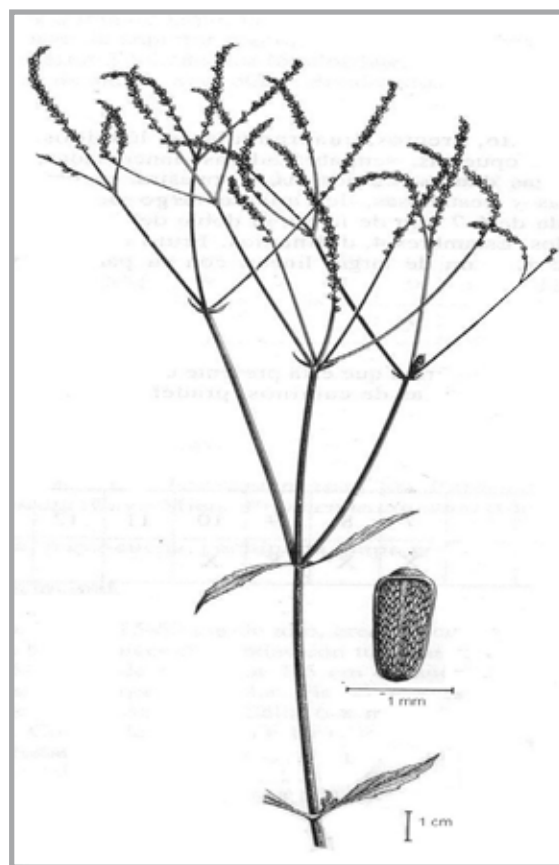
Descripción: hierba siempreverde, aromática, de (60) 80 - 150 cm de altura, erecta, lisa; tallo cuadrangular, a veces con ángulos ásperos. Hojas opuestas, enteras, oblongo-lanceoladas, base atenuada, márgenes aserrados, de 4-11 cm de largo por 0,5 - 1,5 cm de ancho, las superiores generalmente enteras. Inflorescencia con espigas cilíndricas, primero cortas y luego muy largas, de 1,5 - 10 cm de largo por 4 mm de diámetro. Flores de 3 - 3,5 mm de longitud, violáceo-pálido. Fruto seco, protegido por el cáliz, al madurar se disgrega en 4 pequeñas nueces lineales, rojizo-oscuros, de 1,5 - 2 mm de longitud.

Farmacognosia: en la medicina popular del país se emplean las sumidades floridas de verbena en casos de fiebres, diarreas, úlceras estomacales y dolencias hepáticas; externamente la decocción se utiliza para lavar y cicatrizar heridas.

Presentación comercial: solamente uso rústico.

Aspectos agronómicos: planta americana, crece desde México hasta Chile; en nuestro país vegeta entre las provincias de Coquimbo y Chiloé, principalmente en el litoral; también se la encuentra en el archipiélago de Juan Fernández. A nivel nacional, desde 1964 está considerada como maleza. No hay antecedentes sobre el cultivo de esta especie de Verbena en nuestro país.

La verbena también puede usarse como planta ornamental.



Verbena litoralis.

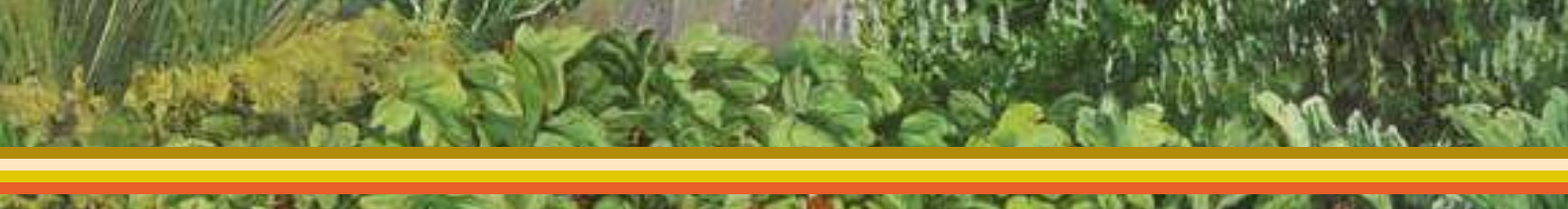
Detalle de la parte apical y de la semilla de verbena¹.



VII Región, Colbún, Chile.

www.chileflora.com/.../HighResPages/EH0217.htm

¹.Matthei (1995).



Hábito natural



Tamaño relativo de *Verbena litoralis*.

http://calphotos.berkeley.edu/cgi/img_query?query_src=&enlarge=000+0000+0704+0761



VII Región, Colbún, Chile.

www.chileflora.com/.../HighResPages/EH0217.htm

98. VERBENA (*Verbena litoralis*), ramas-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: fiebre, diarreas, úlceras estomacales, afecciones al hígado.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: heridas, afecciones de la piel.

La misma infusión es útil para el uso externo.

Efectos: anti-inflamatorio, astringente¹, cicatrizante², madurativo³

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

2. Favorece la curación de úlceras y heridas.

3. Hace madurar los abscesos.

Vira-Vira

Pseudognaphalium viravira (Mol.) A. Anderb

Nombres vernáculos: vira vira, hierba de la vida, hierba de la diuca, wenanwe (Mapudungún)¹. El término wenánwe, en mapudungún, significa “hierba para quitar la pena”²

Descripción: hierba siempreverde, de 10 - 50 cm de alto, densamente vellosa lanosa. Hojas alternas, enteras; las inferiores oblongo lineales, de hasta 4,5 cm de largo; las tallinas lineales, de 3 a 6 cm de largo. Capítulos numerosos, reunidos en glomérulos de panículas. Flores marginales femeninas, filiformes; las centrales hermafroditas, tubulosas. Aquenios glabros, de 0,5 mm de largo.

Farmacognosia: el género *Pseudognaphalium* está conformado por varias especies usadas en medicina popular, todas designadas con el nombre vernáculo de “vira vira”.

Farmacodinamia: se ha señalado propiedades antibióticas para algunos compuestos de *P. viravira*. En la obra de Murillo³ se le atribuyen propiedades vulnerarias. El decocto de vira-vira se utiliza en casos de dispepsia y dolores abdominales. El infuso de las flores mezcladas con las de sauco, violeta, malva y amapola da excelentes resultados en el tratamiento de problemas bronquiales⁴. Popularmente, a las flores de esta planta se le atribuyen propiedades expectorantes, sudoríficas y febrífugas; se emplean en infusión como tratamiento de diversas afecciones respiratorias: asma, tos, bronquitis. En la actualidad la población aymara que habita en la precordillera y altiplano nortino utiliza las flores de *Pseudognaphalium lacteum* (huira-huira, wira wira blanca) como mate para la tos; además entra en la preparación de un cocimiento tradicional, a base de carne y verduras de la zona, llamado “guatia”. Con los mismos fines también se usan *P. glandulosum* (Klatt) A. Anderb. y *P. tarapacatum* (Phil.) A. Anderb. Se menciona que el extracto acuoso de *Pseudognaphalium* sp. se administra en el tratamiento de enfermedades urinarias⁵.



Pseudognaphalium luteoalbum, Sturm (1796).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Gnaphalium_luteoalbum_Sturm27.jpg



Ejemplares secos de vira-vira,
Izq.: en herbario / Der.: triturado en bolsa.

http://www.ics.trieste.it/MAPs/MedicinalPlants_Plant.aspx?id=645&family=0&country=all

¹.Baeza (1930). / ².Gunckel (1959). / ³.Murillo (1889). / ⁴. Zin y Weiss C. (1980) / ⁵.Castro y cols. (1982), San Martin (1983).

Presentación comercial: principalmente uso rústico; en farmacias se encuentra a la venta un jarabe para la tos que contiene extractos de *Persea americana* (palto), *Eucalytus globulus* (eucalipto), *Gnaphalium vira-vira* (vira-vira) y *Lomatia hirsuta* (radal).

Interés agronómico: la vira-vira es una planta de crecimiento rápido que florece a partir del primer año. Se propaga por semillas que pueden sembrarse directamente en lugar definitivo, aunque es más conveniente hacerlo primero en almácigo normal en primavera o estratificado en otoño, en una mezcla de suelo de una parte de arena, una de compost y una de tierra de jardín. Se trasplanta a pleno sol y se riega en forma mediana. Es una especie que necesita alta luminosidad, algo de humedad y suelo con buen drenaje. A finales de otoño conviene podarla baja para que rebrote con fuerza en primavera.

Hábitos naturales



<http://agronomia.utalca.cl/horticulturaornamental/presentacion/Floranativa-PotencialUso.pdf>

99. VIRA-VIRA (*Pseudognaphalium viravira*), planta entera.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: tos, asma, bronquitis, resfrío; fiebre.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día (se puede endulzar con miel).

b) uso externo: heridas.

Lavar con la misma infusión.

Efectos: antibacteriano¹, expectorante², sudorífico³, febrífugo⁴.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evitar su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antibacteriano tiene alguna evidencia científica.

1. Impide el desarrollo de bacterias.

2. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

3. Aumenta la transpiración.

4. Baja la fiebre.

Yerba de la plata

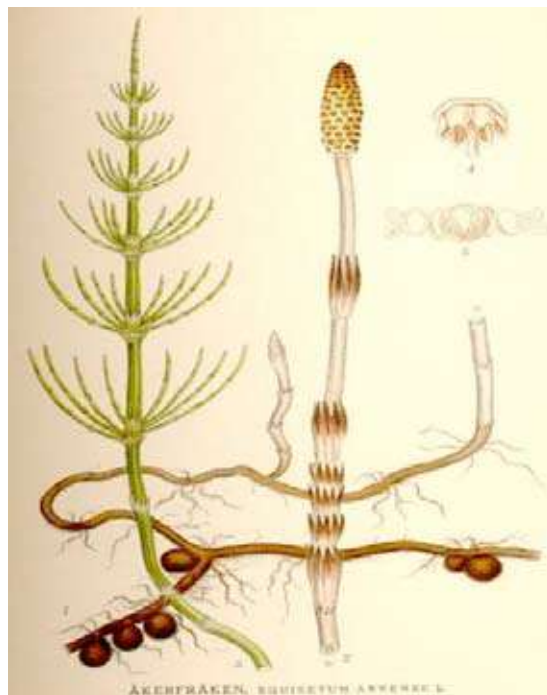
Equisetum bogotense Kunth

Nombres vernáculos: limpiaplata, hierba del platero, canutillo, cola de caballo, huiñal, ngëchai-ngëchai, quelü laguen, kalcha-lahuén, Tujchi wichchinca (oblitas 1969)¹.

Descripción: planta siempreverde de 30 - 60 cm de altura. Parte subterránea es un rizoma muy ramificado, con nudos y entrenudos. Parte aérea consiste en tallos de 1 - 2 mm de diámetro, huecos, acanalados, con nudos cada cierto trecho: el más largo crece primero desde el rizoma, es estéril, de cuyos nudos salen hojas pequeñas, de 3 - 6 mm, soldadas entre sí a manera de escamas; los más cortos nacen también en los nudos del anterior y terminan en cabezuelas donde se encuentran las esporas.

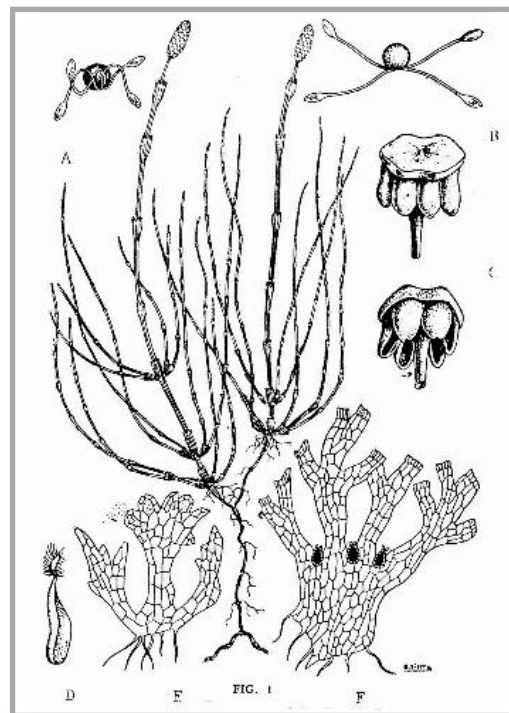
Farmacognosia: la droga está constituida por los tallos estériles de la planta que se recolectan a finales del verano. Sin olor, se vende en el comercio en haces frescos (verdes) o secos, y seco cortado en trocitos. La hierba de la plata o *Equisetum bogotense* que se expende en Chile suele estar adulterado con *E. giganteum*, otra especie del género, medicinalmente no recomendable.

Farmacodinamia: el uso como diurético es el más generalizado de las plantas del género *Equisetum*; en la medicina popular de todos los grupos donde se menciona esta planta, este uso es recurrente, así como la patología a ella asociada: afecciones de la vejiga y los riñones, cálculos renales, retención de orina, cistitis, uretritis; se le considera un buen estimulante de la función renal, y por lo tanto de utilidad en enfermedades como reumatismo y gota; también se le atribuyen propiedades hemostáticas, astringentes y cicatrizantes, y como tal se le emplea en hemorragias internas (intestinales, rectales, vaginales) y externas (nasales), heridas, úlceras. Además la población chilena utiliza la hierba del platero para malestares estomacales y hepáticos, diarreas, afecciones respiratorias (bronquitis, tos, asma, congestión pulmonar), para tratar menstruaciones abundantes y para eliminar la caspa. Una propiedad interesante del equiseto es la de ser un buen mineralizante, ya que puede proveer silicio soluble al organismo, elemento indispensable en procesos patológicos del colágeno y de los huesos (osteoporosis, artritis).



Equisetum arvense, C.A.M. Lindman (1917).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Equisetum_arvense_nf.jpg



Equisetum bogotense.

a. Plantas con esporangios, b. Espora con eláteres en espiral, c. Verticilo de los esporangios, d. Espermatozoide, e. Prótalo con anteridios, f. Prótalo con arquegonios. (original Sierra Rafols).

¹. Oblitas E (1969).

Presentación comercial: la hierba del platero forma parte de diversas mezclas para infusión de venta en farmacias.

Interés agronómico: los miembros de esta familia (Equisetáceas) derivan, sin mayores transformaciones, de gigantescos antecesores que en la era mesozoica formaban grandes bosques en diferentes partes del planeta. Todas las especies del género se parecen y tienen una composición y usos similares. *Equisetum bogotense* crece desde América Central hasta América Austral (Perú, Bolivia, Chile, Argentina). En nuestro país se le encuentra desde Arica hasta Aysén, en terrenos baldíos, arcillosos, arenosos y húmedos, en forma silvestre a orillas de los caminos, lechos de ríos, a lo largo de canales de regadío; en Europa oriental hay algunos cultivos de la especie *E. arvense* L. Se propaga por división de rizomas los que se siembran horizontalmente a una profundidad de 1 a 2 cm, en un sustrato (de 10-12 cm de hondo) formado por una mezcla de musgo *Sphagnum*/perlita/vermiculita. La hierba del platero que se encuentra de venta en el comercio se recolecta de ejemplares silvestres, y es una suerte que los equisetos sean plantas rizomatosas, ya que permite –si se colecta en forma cuidadosa- dejar secciones de rizomas que se pueden regenerar y crecer dando origen a una nueva planta.

Hábito natural



Pirque, Prov. Cordillera (original de RC Peña).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Equisetum_bogotense_Kunth.jpg

100. YERBA DE LA PLATA / LIMPIAPLATA (*Equisetum bogotense*), ramas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones de vía urinaria (cálculos renales, retención de orina, cistitis o inflamación de la vejiga, uretritis); sangrado intestinal, rectal y vaginal; bronquitis, tos y congestión pulmonar; reumatismo, gota; diarreas.

La infusión se prepara con 1 cucharada de vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: heridas y úlceras; hemorroides.

Usar misma infusión en lavados y baños de asiento calientes.

Efectos: hemostático¹, diurético², cicatrizante, anti-inflamatorio.

Precauciones: administrar con cuidado a personas con insuficiencia cardiaca o renal. Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto diurético tiene alguna evidencia científica.

¹. Detiene el sangrado o hemorragia.

². Promueve y aumenta la producción de orina.

Yerba del clavo / Leliantú

Geum chilense Balb. ex Ser.

Nombres vernáculos: hierba del clavo, hallante; llalante y leliantú (Mapudungún).

Descripción: hierba perenne rizomatosa, de hojas lobado-dentadas. Flores amarillas, de pétalos libres, numerosos en la de cultivo de rojo amarillo; estambres numerosos. Fruto es un poliaquenio.

Farmacodinamia: la parte usada de la planta son el rizoma y las raíces. El uso popular fundamental de la hierba del clavo en nuestro país es como afrodisíaco, y el usuario predilecto es la población masculina; en menor medida se utiliza en el tratamiento de afecciones de las vías urinarias, por ser considerada una planta depurativa y diurética; en trastornos menstruales, donde *Geum* actúa como emenagogo; para lavar heridas, ulceraciones dérmicas, encías irritadas, por ser muy astringente. El compuesto eugenina obtenido de otra especie de *Geum* (*Geum japonicum*) presenta interesantes propiedades *antiherpéticas*. "Los preparados de hierba del clavo interfieren con el fármaco ciclosporina y altera sus niveles sanguíneos, por lo que constituyen un riesgo potencial para pacientes sometidos a trasplante¹.

Presentación comercial: en farmacias se encuentran algunos preparados de hierba del clavo: tabletas que contienen extractos secos de raíz de hallante, horizonte, genciana y canela; una mezcla para infusión (té) de las mismas plantas, ambas indicadas como estimulantes de la función sexual, y otra mezcla con *Geum chilensis* asociado a *Lepidium meyenii* y maca, recomendado también para incentivar las funciones sexuales y en la frigidez.

Interés agronómico: esta planta chilena siempre verde, excepto en climas muy fríos, se cultiva sobre todo como planta de ornato por sus hermosas flores anaranjadas o amarillentas. La remoción periódica de las flores muertas permite la extensión del período de floración. Existen diversos proveedores de cultivares, incluso en países tan lejanos como Rusia donde hallante goza de gran popularidad, y de la que se han obtenido variedades de flores grandes y colores rojos



Geum urbanum, Kops (1800).

http://luirig.altervista.org/photos/g/geum_urbanum.htm



Geum canadense.

http://luirig.altervista.org/photos/g/geum_peckii.htm

¹.Duclos y Goecke (2001).

intensos. Por cuanto la parte usada de esta planta son las porciones subterráneas (rizoma y raíces), y su demanda en el mercado ha ido en aumento, existe cierta preocupación entre los proveedores respecto a que su recolección en nichos naturales sin el correspondiente cuidado de dejar partes del rizoma en el sitio de colecta pueda llevar al agotamiento del recurso.



Izq.: variedad 'Mrs Bradshaw' www.keeshiddinga.nl
Der.: variedad 'Lady Stratheden' www.pref.kyoto.jp

Hábito natural



Geum chilense, variedad Georgenberg.
<http://www.chileflora.com/Florachilena/FloraEnglish/HighResPages/EH0158.htm>

101. YERBA DEL CLAVO / LELIANTU (*Geum chilensis*), rizoma-raíces.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: impotencia masculina; afecciones de las vías urinaria.

La decocción (cocimiento) se prepara con 1 palito seco de unos 5 centímetros para 1 litro de agua, hirviendo 20 minutos: beber 1 taza 3 veces en el día o como agua para la sed. También se puede preparar un macerado o licor dejando 1 palito seco de unos 5 cm. por 10 a 15 días en alcohol potable (por ej., ½ litro de aguardiente de 30°): beber una copita al día.

b) uso externo: heridas y ulceraciones de la piel; encías irritadas.

La misma preparación se usa en compresas, lavados o enjuagues bucales.

Efectos: depurativo¹, diurético², astringente³, afrodisíaco⁴.

Precauciones: interfiere con ciclosporina alterando sus niveles sanguíneos, por lo que constituyen un riesgo potencial para pacientes sometidos a cualquier trasplante. Se recomienda no utilizar durante el periodo de embarazo. No usar el licor en caso de alcoholismo (dependencia alcohólica).

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales

2. Promueve y aumenta la producción de orina

3. Contrae y endurece los tejidos orgánicos

4. Estimula el apetito sexual.

Yerba del lagarto / Calahuala

Polypodium feuillei Bertero

Nombres vernáculos: calahuala, hierba del lagarto, fillcún (lagarto), penal-fillcún (lagarto pegado), cūnal-fillcún (lagarto espantajo), fillcún-mamëll (palo lagarto), filu-lahuén (hierba de la culebra), tregua-lahuén (hierba del perro) (Mapudungún)¹.

Descripción: helecho epifito con rizoma carnoso de 5 a 10 mm de diámetro, sencillo o ramificado, densamente escamoso. Hojas lisas, de hasta 46 cm de largo, pecíolo glabro, articulado al rizoma, cilíndrico, estriado, a veces con 2 alas. Soros ovalados de hasta 6 mm de longitud, en ángulo de aproximadamente 45° con el nervio medio.

Farmacognosia: “hierba del lagarto” es el nombre que hoy día se usa con más frecuencia para este helecho y, como puede verse, en la sección de nombres vernáculos, es simplemente la traducción al castellano del nombre original en idioma mapuche (Mapudungún). El nombre de yerba del lagarto es bastante apropiado, pues los largos rizomas gruesos, carnosos y escamosos de este helecho, se arrastran como lagartos sobre los troncos de los grandes árboles que le sirven de sostén. El rizoma, raíces y tallos de *Polypodium feuillei* se usan en infusión o decocción en afecciones pulmonares crónicas, catarros bronquiales, tos, malestares gástricos, cólicos, fiebre; se le considera un depurativo, expectorante y sudorífico. En el sur de Chile, la población considera que la hierba del lagarto de mejores propiedades medicinales es la que crece sobre los manzanos.

Presentación comercial: sólo uso rústico.

Antecedentes agronómicos: la hierba del lagarto crece en los bosques húmedos y sombríos de las provincias centrales de Chile, de preferencia sobre los árboles; este helecho también se da en Argentina (Ponce et al., 2002). El material que se encuentra en los numerosos puntos de venta de plantas medicinales en el país se recolecta de plantas silvestres. No existen antecedentes agronómicos sobre *Polypodium feuillei*.



Polypodium vulgare, Thomé (1885).

<http://www.biolib.de/>



Jan Kops (1832) www.meemelink.com/.../prints.Pteridophyta.htm

¹. Mösbach (1992).

Hábito natural



Soros ovalados y margen irregularmente crenado-serrado.



latribunadeltile.blogspot.com/



Izq.: fronda infértil / Der.: detalle de rizoma carnoso.
www.florachilena.cl/Niv_tax/Helechos/Filicops...

102. YERBA DEL LAGARTO / CALAGUALA (*Polypodium feuillei*), hojas-tallo-rizomas-raíces.

PROPIEDADES

Usos tradicionales: fiebre, afecciones pulmonares crónicas, catarros bronquiales y tos; malestares gástricos y cólicos.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

La decocción (cocimiento) se prepara hirviendo 1 cucharada de rizoma y raíces en 1 litro de agua durante 10 minutos: beber 1 taza 3 veces en el día.

Efectos: depurativo¹, expectorante², sudorífico³.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos por lo que no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

¹. Limpia de impurezas la sangre y otros humores corporales.

². Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

³. Estimula la sudoración.

Zarzaparrilla

Ribes punctatum R. et P. y *Ribes cucullatum* H. et A.

Nombres vernáculos: zarzaparrilla, parrilla, uvilla, mulul, milul.

Descripción: arbusto siempreverde, de 50 - 60 cm de altura, liso, glanduloso. Hojas rombo-lanceoladas, generalmente trilobadas, márgenes almenado-aserrados o dentados, base cuneada, láminas de 1,5 - 5 cm de long., cara inferior cubierta de glándulas amarillas; pecíolos de 0,5-15 cm de largo. Inflorescencia en racimos péndulos, de 5-8 cm de largo. Flores de 5 - 7 mm de largo. Fruto en baya.

Farmacognosia: las hojas de estas plantas se emplean tradicionalmente en el tratamiento de afecciones de las vías urinarias, diarreas y disenterías, enfermedades de la piel; también se usan como hipotensor y en casos de hemorragias; se le atribuyen propiedades depurativas y hemostáticas. Sus frutos son muy apreciados por su sabor dulce y levemente astringente; con ellos se preparan bebidas refrescantes.

Química: sin antecedentes.

Presentación comercial: uso rústico principalmente; en farmacias se expenden una tintura recomendada para tratar la ciática, gota y reumatismo; hay té en base a una mezcla de genciana, cascarilla, centáurea, eucalipto, hualtata, nogal, zarzaparrilla y zarzamora, indicada para el tratamiento de la diabetes.

Antecedentes agronómicos: con el nombre de "zarzaparrilla" se conocen en nuestro país dos especies autóctonas: *Ribes cucullatum* y *Ribes punctatum*, ambas utilizadas indistintamente con los mismos fines medicinales. Son arbustos trepadores, enredaderas que crecen silvestres en campos y bosques del centro y sur del país; prefieren zonas de clima suave, sin heladas, suelos húmedos y bien drenados, limosos, de calidad media. Son plantas tolerantes, crecen bien a la sombra o semi-sombra, aunque en esta situación su fructificación es más bien pobre; se multiplican por semillas y esquejes. La multiplicación por semillas se hace en almácigos mediante estratificación, donde deben permanecer durante 3 meses a temperaturas



Diferentes variedades de *Ribes*, BESLER (s/d).

www.swsbn.com/HOMEPAGE/GenusIndex.html



Ribes antarcticum.

<http://www.nhm.ac.uk/resources/nature-online/online-exhibitions/endeavour-botanical/pictures/X/B004340X.jpg>

entre 0-5°C; se trasplantan bien entrada la primavera del año siguiente; las semillas son viables hasta por 17 años. También se pueden reproducir por estacas; se cortan trozos de tallos de 10 –15 cm de largo de plantas adultas, y se ponen en bolsas con una mezcla de tierra, arena y humus. Estas plantas son fácilmente atacadas por enfermedades producidas por hongos (de la miel, del pino), por lo que se recomienda plantarlas en lugares alejados de bosques de pinos.

Conservación: *Ribes punctatum* se presenta desde Fray Jorge (IV Región) al sur hasta Nahuelbuta (Smith-Ramírez et al., 2004). Ambas especies crecen también en Argentina.



Rama florida, Parque Nacional Fray Jorge.

<http://www.ecolyma.cl/galeria/displayimage.php?album=33&pos=50>

Hábito natural



VII Region, Laguna Maule, Chile.

www.chileflora.com

103. ZARZAPARRILLA (*Ribes cucullatum*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones de las vías urinarias; diarrea; hemorragias; hipertensión; afecciones articulares (gota y reumatismo).

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 taza de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: enfermedades de la piel (psoriasis, dermatitis crónica y eczemas).

Lavar la zona afectada con la misma infusión.

Efectos: depurativo¹, astringente², hemostático³, antiséptico⁴.

Precauciones: no administrar en dosis alta ni por un periodo prolongado de tiempo ya que puede producir irritación de las mucosas.

Estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmele que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Aumenta la diuresis.

2. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

3. Disminuye el sangrado o hemorragia.

4. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

Glosario

A

Abaxial: la parte inferior de la lámina foliar, envés.

Acícula: hoja delgada con forma de aguja (de las coníferas).

Actinomorfa: simetría radial, la flor se puede dividir en dos, partes iguales. Se opone a zigomorfo.

Adaxial: la parte superior de la lámina foliar, haz.

Ala: uno de los pétalos de las fabáceas.

Amento: inflorescencia racimosa densa, comúnmente pedunculada, formado por florcitas poco aparentes.

Androceo: conjunto de los órganos masculinos de la flor, los estambres..

Antera: parte alta del estambre donde se ubican los sacos polínicos.

Anteridio: órgano que produce los gametos sexuales masculinos de las briofitas

Ápice: extremo superior de un órgano (ápice de la hoja, del fruto, etc.).

Aquenio: fruto pequeño, seco, indehiscente, con una sola semilla.

B

Baya: fruto indehiscente, con la cáscara (epicarpio) muy delgada y la pulpa (mesocarpio y endocarpio) carnosa y jugosa (ej.: palta).

Bráctea: cualquier órgano foliáceo situado en la proximidad de las flores y distinto por su forma, tamaño, consistencia y color de las hojas normales.

Bractéola: pequeño órgano como una bráctea situada en un eje secundario de una inflorescencia.

Braquiblasto: ramilla de crecimiento limitado y entrenudos muy cortos.

C

Cáliz: parte externa de la flor, usualmente verde y formada por varias divisiones llamadas sépalos, que protegen la yema.

Capítulo: inflorescencia racimosa, consta de pequeñas flores (flósculos), generalmente numerosas, agrupadas densamente hasta formar una cabeza.

Cápsula: fruto seco, dehiscente, derivado de 2 ó más carpelos, que usualmente contiene numerosas semillas.

Carozo: hueso o semilla de una drupa.

Carpelo: estructura femenina que contiene los óvulos y soporta al estigma.

Cepellón: capa de tierra adherida a la raíz del vegetal al transplantarlo.

Cicatricoso: a modo de cicatriz.

Cima: flor terminal que se abre primero, mientras que las demás flores nacen sobre ramas que se originan desde más abajo.

Cinorrodón: fruto del rosal, especialmente la rosa silvestre (escaramujo). Fruto carnoso en el cual el receptáculo floral tiene forma cóncava (de copa) y contiene en su interior numerosos aquenios.

Cipsela: fruto seco indehisciente formado por una parte basal, el aquenio, y una apical, el vilano.

Clusa: núcula o nuecesilla, fruto indehisciente, monospermo o polispermo, procedente de la división longitudinal de la hoja carpelar de un gineceo sincárpico en dos o más partes.

Conceptáculo: cavidad en determinadas algas.

Cono: relacionado con las inflorescencias en las coníferas (a menudo referido también al estróbilodel equisetum) y que comprende óvulos dispuestos en espiral y escamas ovíferas leñosas.

Contorto: (1) Torcido o retorcido. (2) En la estivación y dicho de pétalos o sépalos imbricados, que se disponen de manera que cada uno de ellos se solapa al siguiente y está solapado por el precedente, dando la sensación de estar la corola o el cáliz retorcidos. (3) En la vernación y dicho de una hoja, que la inmediata siguiente y queda cubierta por la precedente.

Coriáceo (a): de consistencia recia aunque de cierta flexibilidad, como el cuero.

Corimbo: inflorescencia, cuyos pedúnculos arrancan de diversas alturas, quedando las flores a un mismo nivel y donde las flores exteriores se abren primero.

Corola: estructura que comprende a los pétalos.

Costilla: resalte linear, más o menos pronunciado en la superficie de un órgano, se dice que es costato si el órgano tiene dichas salientes.

Cotiledón: hoja(s) constitutiva(s) de la semilla y que la envuelve(n) (hay plantas mono o dicotiledóneas).

Crenado: margen de un filoma (hoja en sentido amplio), que presenta dientes redondeados; borde con diminutas ondas.

Crenulado: margen de un filoma (hoja en sentido amplio), que presenta pequeños dientes redondeados; más fino que crenado.

Cuneado: con forma de cuña.

Cupela: inflorescencia de las rosáceas.

D

Dehiscencia: manera en que se abre un fruto capsular o antera por valvas o poros, con el fin de liberar su contenido (semillas o polen, respectivamente).

Diadelfo: estambres soldados por sus bases en dos grupos.

Dioico: flores masculinas en un individuo y flores femeninas en otro.

Drupa: fruto indehisciente en el cual la parte externa de su pared es suave y generalmente carnosa, pero la parte interna como piedra (ej.: aceituna, fruto del nogal, etc.).

E

Envés: vista externa o cara inferior de la hoja (cara abaxial).

Epifito: vegetal que vive sobre otra planta, pero sin alimentarse de ella (no la parasita).

Escapo: tallo sin hojas que en su extremo tiene una flor o inflorescencia.

Escrobiculado: determinada superficie con orificios.

Espiciforme: inflorescencia con aspecto de espiga.

Espícula: inflorescencia de las gramíneas.

Espiga: inflorescencia formada por un pedúnculo sobre el cual están prendidas numerosas flores, sésiles o casi sésiles.

Espolón: prolongación tubulosa y cerrada en la base de algunas corolas.

Esporangio: cualquier recipiente en que se contengan esporas.

Esqueje: tallo o cogollo que se introduce en tierra para reproducir la planta.

Esquizocarpo: fruto procedente de un gineceo formado por 2 o más carpelos monospermos que se dispersan individualmente en la madurez, como el característico de las umbelíferas (inflorescencia de las *apiaceae*, como hinojo, o de las *malvaceae*, como malva).

Estambre: órgano masculino de la flor, que produce polen, generalmente formado por un filamento y una antera.

Estaminado: que tiene estambres (la flor masculina). La flor femenina se denomina pistilada.

Estaminodio: estambre que ha perdido su función y permanece estéril al final de su desarrollo. Generalmente presenta una forma atrofiada en relación a un estambre normal.

Estandarte: pétalo extremo de corola de las fabáceas.

Estigma: parte del órgano femenino de una flor, en la parte superior del estilo, es el lugar en donde se recibe el polen. Parte del estilo adecuado para retener el polen.

Estilo: parte del órgano femenino de una flor. Se trata de finos conductos que desembocan en el ovario, por donde penetran los granos de polen que la fertilizan.

Estipe: estructura de soporte, como el talo de las algas, el pecíolo de hoja verdadera en los helechos o el pie de algunos hongos.

Estipela: pequeña lámina o escama que se halla en la base de los folíolos o de los segmentos foliares.

Estípula: pequeño apéndice en la base de la hoja; estructuras laminares, en ocasiones glándulas o espinas, situadas en la base del pecíolo de algunas hojas.

Estolón: tallo que crece paralelo al suelo y que enraíza cada cierto trecho, bien sea por encima del suelo o enterrado.

Estoma: diminuta abertura de ventilación presente en la superficie de las hojas u otras partes verdes de los vegetales superiores.

Estomáquico: relativo al estoma.

Estróbilo: inflorescencia con un eje rígido entorno al cual se disponen brácteas en helicoidal o cíclicamente y entre ellas esporangios (en algunos helechos) o escamas seminíferas (en las coníferas).

F

Falcado (a): de forma más o menos aplanada y curva, como una hoz.

Fascículo: 1) haz o manojo. (2) cima muy contraída, aunque menos que el glomérulo.

Filamento: parte alargada del estambre, que sustenta la antera.

Filaria: determinada brácteas, que intercala con los floretes en el capítulo.

Fimbriado: pétalo u otro órgano laminar, que está dividido en lacinias muy finas o fimbrias.

Fistuloso: tallo, tubuloso, que está hueco en su interior, como el de las cañas.

Flavedo: hoja o un segmento foliar, que tiene forma de abanico.

Folíolo: cada una de las partes finales en que se divide una hoja compuesta.

Fronda: nombre utilizado para referirse a las hojas de los helechos.

G

Gálbulo: estróbilo redondeado, carnoso e *indehisciente* que encierra varias semillas en su interior. Fruto propio de enebros y sabinas.

Gineceo: conjunto de los órganos femeninos de la flor.

Glabro (a): desprovista de pelos o pelusas.

Glomérulo: inflorescencia globosa y muy contraída.

H

Haz: vista interna o cara superior de la hoja (cara adaxial).

Hesperidio: fruto con materia carnosa entre el endocarpio y las semillas (ej.: limón, naranja).

Hermafrodita: ambos sexos en la misma flor.

Hialino: fino y traslúcido, como el ápice de algunas hojas.

Hipantio: la porción basal de las partes florales (sépalos, pétalos, estambres) cuando se encuentran unidas alrededor del ovario.

I

Imbricado: las partes yacen unas encima de otras en orden regular, como las tejas de un tejado.

Imparipinado (a): hoja compuesta que termina en una sola hojuela, haciendo que el total de folíolos sea impar.

Indumento: conjunto de pelos, glándulas, escamas, etc. que recubren a un órgano de una planta.

Indusio: en los pteridofitos, órgano protector de los esporangios (soros), de forma característica para cada género.

Inflorescencia: disposición de las flores sobre ramas o extremidad del tallo.

Involucro: conjunto de brácteas que rodean a las flores en una inflorescencia tales como capítulos o umbelas.

L

Lacinia: cualquiera de los lóbulos del cáliz o de la corola de una flor, y también las diferentes tiras o segmentos en que están divididas las hojas de algunas plantas.

Laciniado: margen dividido irregular y profundamente en dientes angostos y diferentes.

Legumbre: fruto seco de una leguminosa.

Lignificación: fenómeno por el que se deposita lignina en la membrana celular, lo que le hace aumentar de volumen y de rigidez (aspecto de madera), a la vez que impide a la célula seguir creciendo.

Lígula: apéndice membranoso, pubescente o piloso en la línea que une la lámina y la vaina de sus hojas, cada una de las flores exteriores de un capítulo.

Ligulado: con lígula.

Limbo: parte ancha de la hoja.

Lóbulo: división redondeada de la lámina o la corola.

M

Mazorca: choclo.

Mesocarpio: la pulpa comestible de los frutos carnosos.

Mericarpo: cada una de las porciones individuales en las que se divide un esquizocarpo.

Monoadelfo: estambres que están soldados por sus filamentos formando un solo grupo o penacho.

Monoico: posee flores masculinas y femeninas en el mismo individuo.

N

Nuez: fruto simple y seco que ni se abre ni se fragmenta al llegar a la madurez (castaña, bellota, avellana. El fruto del nogal no es una nuez, en sentido botánico, sino una drupa).

O

Obovoide: con el contorno ovado, con forma de huevo, pero con la parte más ancha en la zona apical.

Orbicular: circular, redondo.

Ovario: parte del órgano femenino de una flor en donde se ubican los óvulos que finalmente darán origen a las semillas.

P

Palea: bráctea superior, membranosa, de las dos que se encuentran en la flor de las gramíneas; también se denomina glumela superior.

Panícula: inflorescencia muy ramificada.

Papus: vilano, cáliz especializado en los frutos (aquenios), compuesto por pelos, cerdas, aristas o escamas.

Paripinado (a): hoja compuesta que termina en par.

Pecíolo: rabillo que une la lámina de la hoja al tallo.

Pedúnculo: eje de una inflorescencia, lo que une el talamo a la rama.

Pericarpio: la parte de la fruta que cubre a la semilla. Consta de tres secciones: epicarpio (cáscara), mesocarpio (pulpa) y endocarpio (parte dura, a veces leñosa exterior a la semilla).

Perigonio: flor donde los pétalos y estambres nacen del talamo acoplado que rodea y está unido al ovario.

Pétalo: cada una de las partes de la corola.

Pistilo: órgano femenino con frecuencia con forma de botella, compuesto por un carpelo o por varios carpelos soldados, en el que suele distinguirse el ovario, donde se encuentran los óvulos que darán lugar a las semillas, el estilo, y el estigma.

Pixidio: fruto o cápsula que se abre transversalmente (por ej., eucaliptos).

Placenta: tejido formativo de la hoja carpelar sobre el que se desarrollan uno o varios rudimentos seminales.

Procumbente: inclinado, se dice de una planta postrada, que tiene tallos rastreros cuyos ápices son ascendentes y casi erectos. Se aplica también al tallo que presenta dicho hábito de crecimiento.

Puberulento: cubierta con pelos suaves muy cortos.

Pubescente: cualquier órgano vegetal cubierto de pelo fino y corto.

Q

Quilla: conjunto de los dos pétalos inferiores o delanteros de una flor papilionada.

R

Racimo: inflorescencia con flores pediceladas dispuestas sobre un solo tallo, la parte baja se abre primero.

Receptáculo: extremo del pedicelo o del pedúnculo, más o menos ensanchado, en el que se insertan los verticilos florales (cáliz, corola, androceo o gineceo) o las flores en el caso de los capítulos.

Rizoma: tallo subterráneo alargado que lleva los órganos de renuevo.

S

Sépalo: cada una de las partes verdes del cáliz.

Sésil: sin pecíolo.

Silícula: fruto seco dehiscente.

Soro: conjunto de esporangios que se encuentran en las frondas de los helechos y que pueden estar protegidos por una membrana llamada indusio.

T

Tálamo: estructura en forma de copa que soporta las partes de la flor, más allá del pedúnculo que la une a la rama.

Talo: cuerpo vegetal relativamente simple, no diferenciado en raíz, tallo y hojas. Corresponde a algas, hongos, líquenes y bacterias.

Tecas: Cada una de las dos mitades de una antera.

Testa: cubierta externa de la semilla.

Tricoma: excrescencia de morfología variable, formada a partir de células epidérmicas. Son tricomas los pelos, las papilas y las escamas.

Triquetra: de sección triangular, que tiene tres cantos.

Tubular: (1) en forma de tubo. (2) dicho de una corola, un cáliz, etc., que tiene forma más o menos cilíndrica, con los pétalos o los sépalos soldados en un largo trecho.

U

Umbela: tipo de inflorescencia, con flores que salen del mismo punto y llegan a la misma altura (como un paraguas).

V

Valva: cada una de las divisiones profundas mediante las cuales se abren algunos estambres, frutos u otras formaciones seminíferas.

Verticilastro: parecido a verticilo.

Verticilo: la agrupación circular de las hojas u otras estructuras en un solo nudo.

Vilano: limbo del cáliz, con un fruto procedente de un ovario ínfero transformado en pelos simples o plumosos. Su función es la de permitir o asistir a la planta en la diseminación o dispersión de los frutos y, por ende, de las semillas.

X

Xerófilo: dicho de una planta, que vive en medios secos. Se opone a higrófilo.

Xerófito: adaptación para vivir en lugares muy secos.

Y

Yema: rudimento de un vástago, que se forma habitualmente en las axilas de las hojas y en el extremo de los tallos.

Z

Zigomorfo: flor con un solo plano de simetría (un lado diferente del otro).

Zoócora: calidad de poseer pequeñas espinas que permiten al vegetal adherirse al pelaje de los animales a la ropa de las personas que están en su cercanía.

BIBLIOGRAFÍA

Baeza V (1930). *Los nombres vulgares de las plantas silvestres de Chile y su concordancia con los nombres científicos*. Santiago. Imp. El Globo. Ed. 2.

Bauer, Ferdinand (1777). *Illustrationes Florae Novae Hollandiae*. London.

Benoit I (1989) *Red Book on Chilean Terrestrial Flora* (Part one). Creces Ltda., Santiago de Chile.

Besler, Basilius (1613). *Art Poster Print* Utrecht.

BioLib index of Latin plant species names.

<http://www.biolib.de/>

Blanco, Francisco Manuel (1880-1883). *Flora de Filipinas según el sistema de Linneo*. Manila.

Botanical *Listado de plantas medicinales*.

<http://www.botanical-online.com/medicinals.htm>

Botanical A MODERN HERBAL Home Page.

<http://www.botanical.com/botanical/mgmh/comindx.html>

Botta SM (1980). "Las especies del género *Acantholippia*". *Darwiniana*. 22: 511-532.

Burkhardt A (1943) *Leguminosas argentinas silvestres y cultivadas*. Acme Agency.

Chilebosque.

<http://www.chilebosque.cl/>

Castro V, Villagrán C, Kalin MT (1982). "Estudio etnobotánico en la precordillera y Altiplano de los Andes del Norte de Chile (18-19°S)". En Veloso A y Bustos E (Eds.). *El hombre y los ecosistemas de montaña*. MAB G 1. *El Ambiente Natural y las poblaciones humanas de los Andes del Norte Grande de Chile*, Montevideo 2, 133-203.

Chileflora.

<http://www.chileflora.com/Shome.htm>

Cilenšek, Martin (1892). *Naše škodljive rastline*.

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Nsr-slika-431.png>

Culbreth, David MR (s/d). *A Manual of Materia Medica and Pharmacology*.

<http://chestofbooks.com/health/materia-medica-drugs/Manual-Pharmacology/Buchu-Buchu.html>

Diccionario On Line De Las Plantas Medicinales.

<http://www.plantasnet.com/>

Dietrich, David Nathanael Friedrich (1831) *Flora medica, oder, Abbildung der wichtigsten officinellen Pflanzen*. Jena, August Schmid.

<http://herba.msu.ru/pictures/Dietrich/>

Dippel L (1889-1893) *Handbuch der Laubholzkunde*.

<http://caliban.mpiz-koeln.mpg.de/dippel/index.html>

Duclos HJ y Goecke SH (2001). "Hierba del Clavo" (*Geum chilense*) interfiere niveles de ciclosporina: Potencial riesgo para trasplantados. *Rev. méd. Chile* 129 (7):789-790.

Echenique A y Legassa MV, editoras (1999). *La flora chilena en la mirada de Marianne North 1884*. Pehuén Editores, Santiago de Chile.

Enciclopedia de la flora chilena.

<http://www.florachilena.cl/>

Flora of North America.

http://flora.huh.harvard.edu:8080/flora/browse.do?flora_id=1&taxon_id=233500951

Fundación RA Philippi

<http://www.fundacionraphilippi.cl/>

Galería de ECOLYMA. *Ecología y Medio Ambiente en Chile*.

www.ecolyma.cl

Gay C (1845-1852). *Historia física y política de Chile*. Serie Botánica, Imprenta Fain y Thunot, Paris.

Gernot Katzer's Spice Pages *Alphabetic Spice Index*.

http://www.uni-graz.at/~katzer/engl/spice_large.html

Gunckel H (1959). "Nombres indígenas de plantas chilenas". *Boletín de Filología* 11: 191-327.

Gunckel H (1967). "Fitonimia atacameña, especialmente cunza". *Revista Universitaria* 30: 71-80.

Gusinde M (1936). "Plantas Medicinales que los Indios Araucanos Recomendán" *Anthropos*, XXXI: 555-571, 850-873, Austria.

Herbolario la Fuente *Herbario*.

<http://www.herbolariolafuente.com/listado/herbario.htm>

Hofmann A y Santelices B (1997) *Flora marina de Chile Central*. Ediciones de la Universidad Católica de Chile. Santiago.

Holtzbecker, Hans-Simon (1720). *Flora Exotica Ein Botanisches Prachtwerk*. Hamburg.

Ibáñez J (1947 -1948). "Plantas medicinales de Coquimbo". *La Farmacia chilena* (11) (8), en 7 partes.

Koehler (Köhler), Franz Eugen (1887) *Medizinal-Pflanzen in naturgetreuen Abbildungen und kurz erläuterndem Texte* Gera – Germany.

<http://pharm1.pharmazie.uni-greifswald.de/allgemei/koehler/koeh-eng.htm>

Kops J (1800) *Flora Batava*, Volume 1.

http://luirig.altervista.org/photos/g/geum_organum.htm

Lindman, Carl Axel Magnus (1901-1905): *Bilder ur Nordens Flora*.

<http://www.zum.de/stueber/lindman/>

Masclef A (1891) *Atlas des plantes de France*.

Matthei O (1995) *Manual de las malezas que crecen en Chile*. Alfabetá Impresores.

MedlinePlus *Hierbas y suplementos*.

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/druginformation.html>

Mösbach EW (1992) *Botánica Indígena de Chile* (editado por Aldunate C y Villagrán C) Editorial Andrés Bello, Santiago de Chile.

Mulgura de RM, Martínez S, Adkins S y Rotman AD (2002). "Morfología de las inflorescencias de Verbenaceae Verbenoideae III Tribu Lantaneae p.p". *Darwiniana*. 40 (1-4): 1-15.

Muñoz C (1966) *Sinopsis de la flora de Chile*. Ediciones de la Universidad de Chile.

Muñoz M (1980) *Flora de Puyehue*. Editorial Universitaria.

Murillo A (1865). *Memoria sobre las plantas medicinales de Chile i uso que de ellas se hace*. En memorias y trabajos científicos. Imprenta Nacional, Santiago de Chile. 61 155.

Murillo A (1889). *Plantes medicinales du Chili*. Exposition Universelle de Paris, Paris.

Navas LE (1973-76) *Flora de la cuenca de Santiago de Chile*. Vol. II.

<http://www.bibliotecadigital.cl/>

Navas LE (2001) *Flora de la cuenca de Santiago de Chile*.

mazingher.sisib.uchile.cl/repositorio/lb/ciencias_quimicas_y_farmaceuticas/navasl03/portada.html

Oblitas E (1969) *Plantas medicinales en Bolivia Farmacopea Callaway*. Los amigos del Libro, Cochabamba.

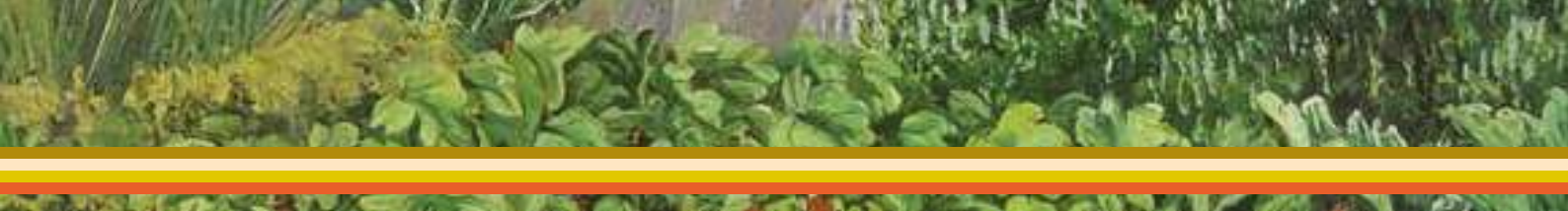
Paláu i Verdera A (1788) *Explicación de la filosofía y fundamentos botánicos de Linneo*. Madrid.

http://es.wikipedia.org/wiki/Antonio_Palau_y_Verdera

Parkinson S (1768-1771).

<http://piclib.nhm.ac.uk/piclib/www/image.php?img=72886>

Peña RC (Penarc) Químico farmacéutico, uno de los autores de las monografías botánicas que originaron los *medicamentos herbarios tradicionales* - penarc@gmail.com



Pignati, E y S (1969) *Folia geobotanica* Trieste, Italia.

Plantas medicinales.

<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/indice.htm>

Pratt A (1852). *Wild Flowers*, 2a edición.

Risso A et Poiteau A (1872) *Histoire et culture des orangers* – Paris, Henri Plon, Editeur.

Rodríguez R, Matthei O y Quezada M. (1983). *Flora arbórea de Chile*. Editorial de la Universidad de Concepción.

Rogers Trees and Shrubs *The trees and shrubs*.

<http://www.rogerstreesandshrubs.com/gallery/default~gid~chr~a.asp>

Ruiz y Pavón (1794). *Florae peruvianae, et chilensis prodromus, sive novorum generum plantarum peruvianarum, et chilensium descriptiones, et icones*. Descripciones y láminas de los nuevos géneros de plantas de la flora del Perú y Chile / por don Hipólito Ruiz y don Joseph Pavón, botánicos de la Expedición del Perú, y de la Real Academia Médica de Madrid.

San Martín J (1983). "Medicinal Plants in Central Chile". *Economic Botany*. 37:217-227.

Sturm, Johann Georg (1796) *Deutschlands Flora in Abbildungen*.

[http://commons.wikimedia.org/wiki/Johann_Georg_Sturm,__\(1796\),_Deutschlands_Flora_in_Abbildungen](http://commons.wikimedia.org/wiki/Johann_Georg_Sturm,__(1796),_Deutschlands_Flora_in_Abbildungen)

Teillier S (s/d) *Curso de Botánica Sistemática*. Universidad Central de Santiago de Chile - Facultad de Arquitectura - Escuela de Arquitectura del Paisaje.

<http://www.chlorischile.cl/cursoonline/index.htm>

Thomé, Prof. Dr. Otto Wilhelm (1885) *Flora von Deutschland, Österreich und der Schweiz* Gera, Germany.

http://www.herba.msu.ru/pictures/Flora_von_Deutschland/

Turpin, Pierre Jean François (1835). Dibujo en el *Traité des arbres fruitiers de Duhamel du Monceau, nouvelle édition augmentée d'un grand nombre d'espèces de fruits obtenus des progrès de la culture* (Poiteau et Turpin).

http://commons.wikimedia.org/wiki/Pierre_Jean_Fran%C3%A7ois_Turpin

http://es.wikipedia.org/wiki/Henri-Louis_Duhamel_du_Monceau

Universiteit Utrecht Botanic Gardens *Drawings by Dr. C.D. Laros*.

<http://botgard.bio.uu.nl/seedlist/Images/>

US Department of Agriculture (1789) *Curtis's Botanical Magazine*.

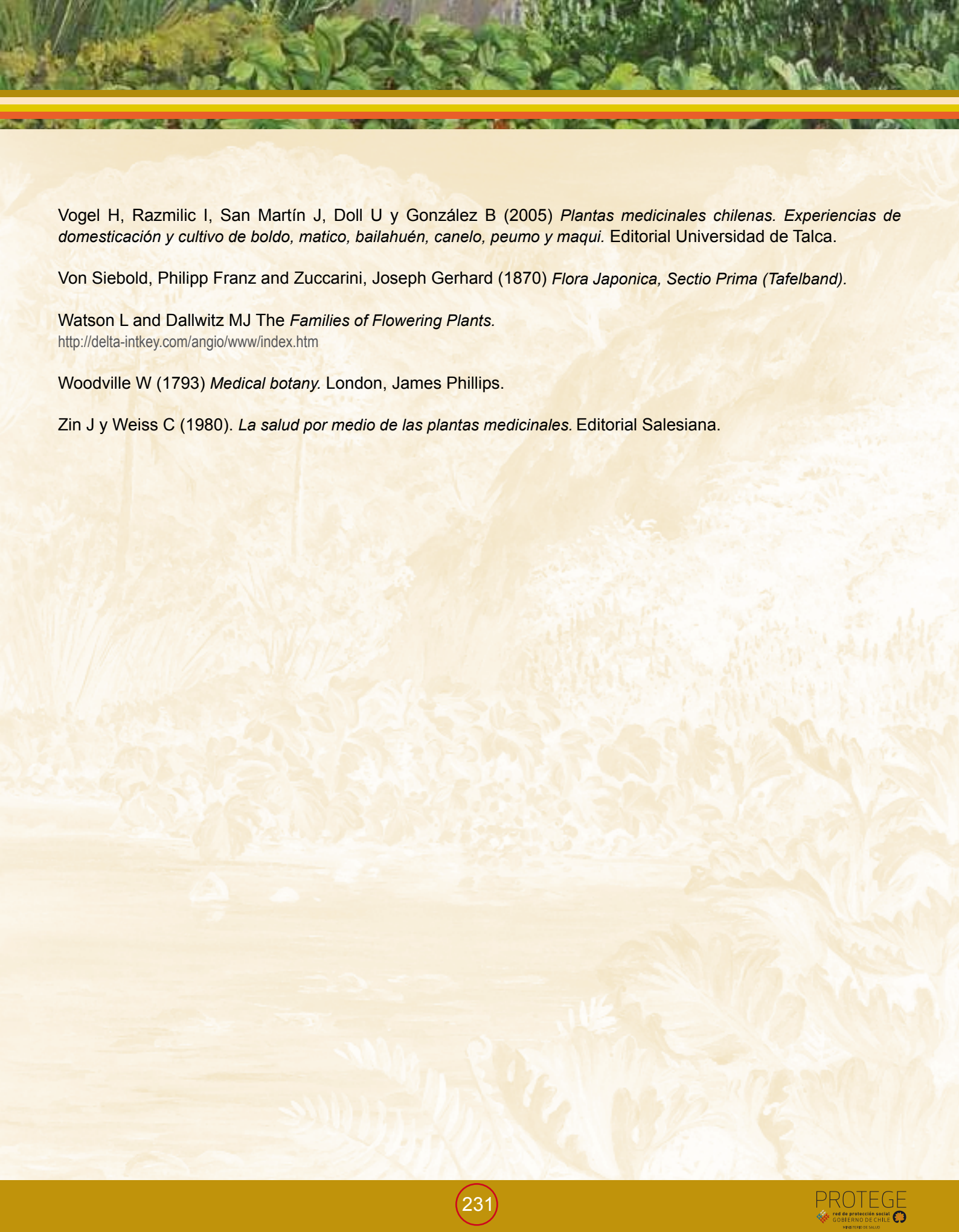
<http://www.nal.usda.gov/curtis/index.shtml>

Vascular Plant Image Library.

<http://botany.csd.tamu.edu/FLORA/gallery.htm>

Vogel H (s/d) *Conservación de plantas nativas de uso tradicional mediante sistemas de producción sustentable*. Facultad de Ciencias Agrarias, Universidad de Talca, Chile.

<http://www.grupobioteecnologia.com.ar/pdf/dia0303.pdf>



Vogel H, Razmilic I, San Martín J, Doll U y González B (2005) *Plantas medicinales chilenas. Experiencias de domesticación y cultivo de boldo, matico, bailahuén, canelo, peumo y maqui*. Editorial Universidad de Talca.

Von Siebold, Philipp Franz and Zuccarini, Joseph Gerhard (1870) *Flora Japonica, Sectio Prima (Tafelband)*.

Watson L and Dallwitz MJ *The Families of Flowering Plants*.

<http://delta-intkey.com/angio/www/index.htm>

Woodville W (1793) *Medical botany*. London, James Phillips.

Zin J y Weiss C (1980). *La salud por medio de las plantas medicinales*. Editorial Salesiana.