



Nombre de la especie:

- **Común:** Hierba Luisa.
- **Científico:** *Aloysia triphyla* (L. Herit) Britt = *Aloysia citriodora* Ort. Ex Pers. = *Lippia citriodora* (L) HBK

Familia a la que pertenece: Verbenaceae.

Parte utilizada: Follaje

Descripción botánica: Arbusto caducifolio, de entre 3 a 7 m de altura, con tallos subleñosos o leñosos en la parte superior. Presenta hojas verticiladas de hasta 7 cm, de forma lanceolada, apicada, con el margen liso o dentado y el peciolo muy corto, son de color verde claro por el haz, con el envés marcado por glándulas oleosas bien visibles. Despiden una fuerte fragancia a limón. Flores pequeñas blanquecinas o blanquecino-violáceas, agrupadas en espigas. También tiene flores de color rosa. Florece en verano, formando inflorescencias en espigas laxas, de hasta 10 cm de largo, de color pálido o lila. El cáliz posee dos labios laterales; la corola es acampanada, simpétala, con los lóbulos imbricados. El gineceo está formado por dos carpelos unidos. El fruto es una drupa que se divide en dos núculas monoseminadas^{1, 2}.

Hábitat y Distribución geográfica: Nativa de Sudamérica, crece de forma silvestre en el Perú, Chile, Argentina, Paraguay, Uruguay, Río Grande del Sur (Brasil) y México desde donde los conquistadores la introdujeron a Europa en el siglo XVII. En Europa puede cultivarse en regiones templadas. Se cultiva en jardines en climas subtropicales de América Latina y el Caribe^{3, 4}.

Parámetros agrotécnicos: Se cultiva en climas templados y templado-cálido a pleno sol pero al abrigo del viento, requiere suelo fresco, permeable fértil, de consistencia media, mullido, pH 6,5. Se propaga por esquejes, acodos o división de la raíz. Los esquejes se obtienen de tallos tiernos de unos 10 cm con un pequeño trozo de tallo viejo, se entierra 5 cm y se mantiene riego diario y protección del sol fuerte, el enraizamiento es bajo (40-60%), pero puede mejorarse con fitohormonas; los acodos se hacen de ramas bajas de plantas adultas (3-5 años), enraizan en 2-3 meses. Se trasplantan al inicio de las lluvias a una separación entre líneas de 1,0-1,2 m y entre plantas de 60-80 cm. Requiere fertilización orgánica y química⁵.

Composición química: Las hojas y tallos del cedrón son ricos en un aceite esencial, cuyo componente principal es el citral, responsable de su aroma, y que contiene además limoneno, linalol, cineol, terpineol, y cariofileno⁶, ácidos fenólicos flavonoides taninos hidrolizables, flavonas y alcaloides⁷.

Usos: Su infusión —realizada con entre 5 y 20 g por litro— se utiliza como digestivo, carminativo y antiespasmódico, para casos de dispepsia o dolores de estómago. Se la consume también como sedante ligero. Posee una importante cantidad de melatonina, sustancia que se usa como relajante natural y que favorece el sueño nocturno. Los

elementos usados en infusión se recogen dos veces al año, a fines de la primavera y comienzos del otoño. Se emplean las hojas tiernas y las sumidades floridas⁶, Se le atribuye propiedad aromática, carminativa, digestiva, espasmolítica, estimulante, estomáquica⁸, expectorante, febrífuga, pectoral, sedante, sudorífica^{2, 9} y emenagoga¹⁰. En gastronomía, las hojas secas y picadas se emplean en marinadas, aderezos y salsas para dar un toque de aroma cítrico. Se elabora con ella también un helado aromático.

Actividades Farmacológicas demostradas: Se demostró actividad antimicrobiana, no así sobre microorganismos causales de infecciones respiratorias. Tampoco se ha demostrado el efecto sedante atribuido¹¹.

Toxicidad: No presenta efectos tóxicos

Reacciones Adversas y Contraindicaciones: No se señalan

Interacciones con alimentos o medicamentos: No se señalan

Bibliografía:

1. Font Quer P (1976) Plantas Medicinales. Barcelona, Labor, pp 639
2. Morton JF (1981). Atlas of Medicinal Plants of Middle America. Springfield, Charles C Thomas. pp 732
3. Bézanger-Beauquesne L, Pinkas T, Torck M (1975) Les Plantes dans la Therapeutique Moderne, Paris, Maloine, pp 302
4. Kowalchik C, Hylton WH (1987) pp 358
5. Muñoz F (1987) Plantas Medicinales y Aromáticas. Estudio, cultivo y Procesado. Madrid, Ed. Mundi-Prensa, pp 175
6. http://es.wikipedia.org/wiki/Aloysia_triphylla 30 ene 2010.
7. Torren MT (1976) Rev R Acad Farm Barcelona 14:39
8. Shaunberg P, Paris F (1972) Guía de las Plantas Medicinales, Barcelona, Ed. Omega, pp266
9. Martínez M (1992) Las Plantas Medicinales de México, México, Ed. Botas, pp 66
10. The Wealth of India Vol I:A (1985) New Dehli , Council of Scientific & Industrial Research, pp 194
11. Wannmacher L, Fuchs FD, Paoli CL, Fillman HS, Gianlupi A (1990) Plants employed in the treatment of anxiety and insomnia: I. An ethnopharmacological survey in Porto Alegre, Brazil, Fitoterapia 61: 445