



Nombre de la especie:

- **Común:** Hinojo, anís, eneldo, anís de Florencia e hinojo.
- **Científico:** *Foeniculum vulgare* Mill. = *Anethum foeniculum* L

Familia a la que pertenece: **Apiaceae**

Parte utilizada: Hojas, flores y frutos.

Descripción botánica: Se trata de una planta herbácea bienal o perenne perteneciente a la familia de las Umbelíferas (Apiáceas), caracterizada por presentar una altura entre 70-150 cm; tallo azulado; hojas compuestas, pecioladas y envainantes de hasta 4 cm de largo; flores amarillas pequeñas reunidas a manera de grandes umbelas de 15 a 20 radios que hacen su aparición entre el verano y otoño. Los frutos son en principio azulados y posteriormente pardo-grisáceos¹.

Hábitat y Distribución geográfica: El hinojo es oriundo de Europa meridional y central, zona mediterránea y de Asia menor, siendo posteriormente naturalizado en regiones subtropicales y templadas del planeta, con una distribución cosmopolita en la actualidad. Crece a la vera de caminos, en lugares soleados y suelos bien drenados. Actualmente extendida por todo el mundo. Cultivada en colecciones especiales ([plantas medicinales](#) y [aromáticas](#)). Ocasionalmente por la población¹

Parámetros agrotécnicos: Se propaga por semillas que germinan en 8-10 días, las que se siembran en surcos separados a 90 cm, directamente a chorrillo y posterior raleo de las posturas dejándolas aproximadamente a 50 cm unas de otras, en los meses de noviembre a diciembre para que la floración ocurra en tiempo seco, pues la lluvia provoca la caída de las flores y frutos. Se requiere alrededor de 9 kg de semillas para plantar una hectárea. Cuando inicia la maduración de los frutos en las umbelas centrales, o sea, cuando éstos se tornan parduzcos, comienza su recolección. Como la misma no es uniforme, sino que se produce de manera gradual, hay que hacer sucesivas pasadas a intervalos de 7 días, estimándose rendimientos de 1t/ha. En caso de grandes extensiones se cortan las plantas cuando alrededor del 30% de los frutos alcancen la madurez completa. Las cosechas se realizan en horas de la mañana para evitar el desgrane de los frutos; si se desea cosechar el follaje, se cortaran los tallos a unos 50 cm del suelo a inicios de la floración, se han valorado rendimientos de 15t/ha fresco².

Composición química: El fruto y las partes aéreas contienen, entre otros componentes, aceite esencial, constituido principalmente por: trans y cis-anetol (68%), limoneno, fenconona. El fruto contiene además, flavonoides: foeniculina, juglanina, canferol, quercetina y derivados, *iso*-quercitrina, rutina; alcaloides:

acetilcolina, colina; cumarinas: psoraleno, xantotoxina, metoxipsoraleno, *iso*-pimpinellina, scoparona y seselina^{3, 4, 5}.

Usos: [Antiespasmódico](#), [Carminativo](#), [Emenagogo](#)⁶

Actividades Farmacológicas demostradas: analgésico, antiandrogénico, antibacteriano, antidopaminérgica, antídoto, antiespasmódico, antitusivo, carminativo, cardiotónico, antiséptico, antipirético, emenagogo, diaforético, mucolítico, miorelajante, mioestimulante¹.

Toxicidad: Dosis moderadas de un extracto con acetona incrementó el peso de las glándulas mamarias en ratas. Se ha reportado que las preparaciones de planta en dosis altas, pueden producir convulsiones asociadas a la presencia del anetol que es neurotóxico. La exposición repetida de la piel a la semilla puede provocar dermatitis alérgica en individuos predispuestos⁶. No se dispone de información que documente la seguridad de su uso medicinal en niños, ancianos, durante el embarazo o la lactancia.

Reacciones Adversas y Contraindicaciones: El aceite esencial está contraindicado en el embarazo. No debe administrarse si hay inflamación de los riñones. Síndromes que cursen con hiperestrogenismo. Salvo indicación expresa, recomendamos abstenerse de prescribir aceites esenciales por vía interna durante el embarazo, la lactancia, a niños menores de seis años o a pacientes con gastritis, úlceras gastroduodenales, síndrome del intestino irritable, colitis ulcerosa, enfermedad de Crohn, hepatopatías, epilepsia, Parkinson u otras enfermedades neurológicas⁷.

Advertencia: Evitar el uso por mujeres embarazadas, que están lactando o que tienen cáncer estrógeno-dependiente. No tomar más de 6 gr de semillas diarias⁸.

Interacciones con alimentos o medicamentos: Se ha publicado un posible caso de disminución de la concentración de ciprofloxacino⁷.

Bibliografía:

1. Monografías de plantas medicinales. (http://www.sld.cu/galerias/doc/.../monografias_plantas_medicinales.doc).
2. Acosta LL, Rodríguez CA. Plantas Medicinales. Bases para su producción sostenible. FIDA, PNUD, ACTAF. 2006
3. Farmacopea Vegetal Caribeña. TRAMIL 2da Ed. L. Germosen-Robineau, 2005
4. Handbook of herbs and spices Edited by K. V. Peter Published in North and South America by CRC Press LLC. 2000.
5. Handbook of Spices, Seasonings, and Flavorings Susheela Raghavan Second Edition 2007 by Taylor & Francis Group, LLC
6. Farmacopea Vegetal Caribeña. TRAMIL 2da Ed. L. Germosen-Robineau, 2005
7. "PDR for Herbal Medicines" Copyright © 2000 and published by Medical Economics Company, Inc. at Montvale, NJ 07645-1742.
8. Vademecum de plantas medicinales. <http://www.Fitoterapia.net>