



Nombre de la especie:

- **Común:** Jengibre, jinjibre, gengibre.
- **Científico:** *Zingiber officinale* Rosc

Familia a la que pertenece: Zingiberaceae

Parte utilizada: Rizomas

Descripción botánica: Se trata de una planta perenne, reptante, perteneciente a la familia de las Zingiberáceas, caracterizada por presentar una altura entre 60 y 120 cm; rizoma tuberoso y grueso; hojas envainantes lanceoladas de 15-30 cm de longitud; flores verdosas con manchas púrpuras dispuestas en espigas radicales de hasta 7 cm de largo, con pedúnculos de 30 cm de largo. Algunos tallos son estériles y no presentan flores, sirviendo únicamente para asimilación. Fructifica raramente¹.

Hábitat y Distribución geográfica: Es originario del Asia tropical, en especial de la región comprendida entre India y China, no habiéndose conocido en estado salvaje. Fue introducido ampliamente en el resto de las regiones, creciendo en terrenos arcillosos y bien drenados, hasta los 1.500 metros de altitud².

Parámetros agrotécnicos: Indicador por 1 millar de Fito Kg: 15; Formas de propagación: Rizomas (Raíces); Época de siembra: De marzo a mayo; Distancia de plantación: 90 cm X 30 cm; Ciclo vegetativo: 270 días; Cantidad de semillas: 1.5 ton/ha

Población: 37 074 plantas/ha; Cosecha: A los 270 días (una sola recogida); Rendimiento: 15 ton³.

Composición química: El rizoma contiene, aceite esencial compuesto por monoterpenos (canfeno, neral, citronelol, 1,8-cineol, beta-felandreno, alcanfor, geranial, borneol, linalol) y sesquiterpenos (zingibereno, zingiberol, β -eudesmol, ar-curcumeno, beta-bisaboleno, beta-bisabolona, (EE)-alfa-farneseno, elemol, beta-sesquifelandreno, furanogermenona). Los sesquiterpenos son los responsables del aroma de la droga.^{4,5,6, 7}. Dentro de los compuestos no volátiles se encuentran las fenilalcanonas y fenilalcanonoles, que constituyen los principios picantes o acres de la droga y se conocen como gingeroles y sogaoles (componentes de las oleorresinas). Los diferentes gingeroles y sogaoles presentes en la droga, se diferencian entre sí en el número de átomos de carbono de la cadena lateral.^{5, 6, 7}. Aldehídos alifáticos (nonanal y decanal), cetonas (metilheptenona), alcoholes (2-heptanol, 2-nonanol), ésteres del ácido acético y caprílico y chavicol.^{5, 6}. Minerales como: Ca, Na, K, Fe, P, Mg, Cl y F. Alto contenido de vitamina C, entre otras vitaminas como la tiamina, riboflavina, niacina, piridoxina y vitaminas A y E6. Contiene también proteínas como la treonina,

prolina y en algunos casos pequeñas cantidades de triptófano. Del extracto acuoso del rizoma han sido aislados aspargina y pipercolina.⁸

Usos: Antiespasmódico, carminativo y emenagogo⁹

Actividades Farmacológicas demostradas: Analgésica, antiagregante, antialcohólica, antialérgica, antibacteriana, anticarcinogénica, anticatártica, anticolinérgica, anticonvulsivante, antidepresiva, antiedémica, antiemética, antiemenagoga, antihistamínica, antiinflamatoria, antileucotrieno, antilipidémico, antinarcótico, antioxidante, cardiotónico, carminativo. Antiséptico, antioxidante, estimulante del apetito, antiinflamatorio en el tratamiento de la migraña y en desórdenes musculares y reumáticos⁷

Toxicidad: No se dispone de información que documente la toxicidad de su uso medicinal en mujeres embarazadas. No exceder de las dosis indicadas, evitando su uso continuado⁷.

Reacciones Adversas y Contraindicaciones: Puede producir dermatitis por contacto. Dosis altas pueden causar irritación gastrointestinal y urinaria. Administrar con precaución en casos de úlcera péptica. No es recomendado para niños menores de 6 años de edad. No debe administrarse en pacientes con desórdenes en la coagulación de la sangre ni con cálculos biliares⁷

Interacciones con alimentos o medicamentos: **Interacciones:** Las personas en tratamiento con anticoagulantes orales o antiagregantes plaquetarios deben consultar con su médico antes de proceder a la administración de los preparados que contengan jengibre, ya que pueden incrementar el riesgo de hemorragias⁷.

Bibliografía:

1. Asociación Argentina de Fitomedicina (Base De Datos)
2. Monografías de plantas medicinales. (http://www.sld.cu/galerias/doc/.../monografias_plantas_medicinales.doc).
3. MINAGRIC.1995. El cultivo de las Plantas Medicinales. Recomendaciones preliminares de algunos aspectos agrotécnicos. 139 p.
4. Thomas S.C. Li. Chinese and Related North American Herbs *Phytopharmacology and Therapeutic Values*. 2002 by CRC Press LLC
5. Vademecum de plantas medicinales. <http://www.Fitoterapia.net>
6. Ravindran, P.N. and Nirmal Babu, K. Ginger. The Genus Zingiber. Medicinal and Aromatic Plants-Industrial Profiles. 2005 by CRC Press
7. WHO monographs on selected medicinal plants. VOLUME 1. World Health Organization. Geneva. 1999.
8. Duke, J. A.; Bogenschutz-Godwin, M. J.; duCellier, J.; Duke, P-A. CRC Handbook of Medicinal Spices. 2003 by CRC Press LLC
9. Fitomed. <http://www.sld.cu/servicios/medicamentos>