



PLANTAS MEDICINALES CON POTENCIAL ORNAMENTAL

Camilo Pérez

ACERCA DE ESTE TEXTO

Desde los principios de la civilización hasta nuestros días, la humanidad ha utilizado plantas con fines medicinales. Hoy donde se viven tiempos de grandes incertidumbres en cuestiones alimentarias y de sanidad, se crea esta revisión, la cual busca brindar herramientas a quienes diseñan y mantienen espacios verdes, para incluir plantas con interés medicinal en sus respectivos trabajos y hogares.

Este trabajo recopila algunas especies herbáceas que, tanto por lo atractivo de sus atributos morfológicos, como por su porte y ciclo de vida, resultan más o menos aptas para el cultivo.





BORRAJA

Borago officinalis

Naturalizada

Plantas anuales provistas de gran cantidad de tricomas largos y blancos que le dan gran aspereza a la planta. **Hojas** alternas, simples; **Flores** azules de 5 pétalos triangulares de ápice acuminado dispuestas en inflorescencias escorpioides. Florece en primavera.

Por su gran producción de néctar **atrae abejas** y ayuda a la polinización de frutales y tomateras. Por esta razón, también sus flores son utilizadas en ensaladas y para la realización de té.

Es utilizada en decocción azucarada para aliviar y curar **resfriados, bronquitis e infecciones respiratorias** en general. También es diurético y sudorífico, por lo que es utilizada para **bajar la presión arterial, colesterol** y para la retención de líquidos.

Los médicos naturistas utilizan la borraja para regular el metabolismo y el sistema hormonal, y la consideran un buen remedio para el **síndrome premenstrual** y los síntomas de la **menopausia**.





CALÉNDULA

Calendula officinalis

Naturalizada

Plantas anuales. Hojas alternas, simples, algo gruesas, de oblongas a obovado-oblongas. **Flores** muy vistosas de color amarillo blanquecino hasta anaranjado, agrupadas en capítulos solitarios que se cierran por la noche. Florece todo el año.

La decocción de flores de caléndula es utilizada en el tratamiento de **gastritis, úlceras, hepatitis y otras enfermedades gastrointestinales.** También para el tratamiento de la **hipertensión, taquicardia y arritmia,** y en el tratamiento de diversas afecciones del **sistema urinario.**

Si se realiza una crema o ungüento (o simplemente aplicando las hojas humedecidas) tiene **acción cicatrizante y fungicida** siendo muy útil para tratar el **pie de atleta.**

El secado de la planta tiene gran importancia para la preservación de los principios activos, por lo que se recomienda secarlas en horno a 80°C.





CARQUEJAS

Baccharis trimera & *B. articulata*

Nativa

Subarbustos dioicos (existen individuos masculinos y femeninos). **Tallos alados** (con tres alas *B. trimera*; dos alas *B. articulata*, esta última de color verde grisáceo). **Hojas** muy reducidas, salvo en estadios juveniles. **Capítulos** femeninos blanquecinos, los masculinos amarillentos. Florecen en primavera.

En infusión preparando 10 gramos por litro de agua se utiliza para tratar **malestares del estomago**. Tres tazas por día son utilizadas para tratar la **impotencia en el varón y la esterilidad en la mujer** (Lombardo y Villartino, describen de esta propiedad solamente a *B. articulata*).

En decocción se utiliza para lavar **heridas y úlceras** para su cicatrización.





MARCELA
Achyrocline satureioides

Nativa

Hierbas perennes. Tallos recubiertos de tricomas que le dan su característico color blancuzco. **Hojas** alternas, angostas. **Capítulos** pequeños con **flores diminutas, filarias** amarillentas que son la parte vistosa del mismo. Florece en Abril y Marzo siendo el día tradicional de cosecha el viernes santo.

Su uso más tradicional es la infusión de sus flores como **digestivo**, aunque también se utiliza para calmar **dolores menstruales**.

Últimamente, se ha popularizado su uso para el **control de enfermedades cardiovasculares**, ya que se cita como **reductora del colesterol**.

Externamente se utiliza como **antiinflamatoria y antiséptica**. Estudios recientes afirman que esta planta tiene **propiedades neuroprotectoras**.

El uso externo incluido en cremas, por sus propiedades antioxidantes, son utilizadas para la **prevención del envejecimiento natural de la piel** y el cuidado frente a los **efectos dañinos de la radiación ultravioleta**.





Yerba del lagarto
Stomatanthus oblongifolius

Nativa

Subarbustos de 60-80 cm de altura, glabros. **Hojas** opuestas, a veces las superiores alternas, de color verde claro, obovadas. **Capítulos** con un solo tipo de flores de color blanco amarillento, agrupados en corimbos terminales.

Es cultivado por sus capítulos sumamente aromáticos en seco, utilizándolas **para aromatizar el tabaco y la ropa**.

Los capítulos son utilizados en infusión ya que dan un té aromático y **es-tomacal**.



Bibliografía consultada

Arrillaga, B. (1969). Plantas medicinales. Ediciones Nuestra Tierra N° 31. Montevideo.

Davies, F. (2004). La marcela: revisión bibliográfica In: Estudios en domesticación y cultivo de especies medicinales y aromáticas nativas. INIA Montevideo p. 194-201.

Gupta, M. y Singh, S. (2010). Borago officinalis Linn. An important medicinal plant of Mediterranean region: a review. International Journal of Pharmaceutical Sciences Review and Research, 5(1), 27-34.

Lastra Valdés, H. & Piquet García, R. (1999). Calendula officinalis. Revista Cubana de Farmacia, 33(3), 188-194.

Lombardo, A. & Villarino, A. (1960). Plantas de la medicina vulgar del Uruguay. Montevideo.

Sequeira, A. (2019). Hierbas; especies medicinales y aromáticas usadas en Uruguay. Ediciones de la Plaza. Montevideo.

Hojas informativas de la Escuela de Jardinería Prof. Julio Muñoz
Intendencia de Montevideo. Departamento de Cultura. División Artes y Ciencias
Coordinación de Museos, Salas de Exposición y Espacios de Divulgación
Montevideo, noviembre de 2020



ESCUELA DE JARDINERÍA PROF. JULIO MUÑOZ