

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.

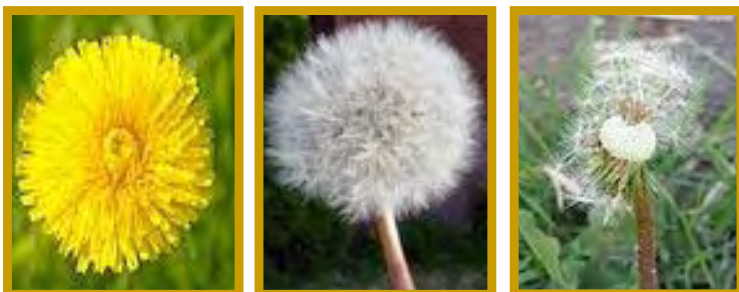
Farmacodinamia: para trastornos del flujo biliar, estimulación de la diuresis, pérdida de apetito y dispepsia. En nuestro país se utiliza popularmente para tratar todo tipo de padecimientos hepáticos y de las vías biliares, usándose todas las partes de la planta, fresca o seca, en infusión.

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.