

Enebro

Juniperus communis L.

Nombres vernáculos: enebro, junípero.

Descripción: arbusto o árbol perenne, de 4 - 10 m, muy ramificado, con tendencia a echarse, a veces erecto. Corteza marrón, fibrosa, exfoliándose en tiras delgadas; ramillas de 5-10 mm de diám., lisas, las mayores en tiras o placas. Ramas abiertas o ascendentes; ramillas erectas, cilíndricas. Hojas verdes pero a veces aparecen plateadas cuando están claras, cortas y punzantes. Sus frutos, las enebrinas, son unas bolitas de 6 a 13 mm, de color verde el primer año y negro azulado en el segundo, resinosos y lignificados, carnosos, dulces al sabor y con cierto aroma que recuerda la canela; en su interior se encuentran 2-3 semillas de 4 - 5 mm de longitud, que maduran al segundo año.

Farmacognosia: la droga oficial es el fruto del enebro.

Farmacodinamia: planta utilizada desde la antigüedad por griegos y árabes, el enebro ha sido empleado durante muchos siglos principalmente como especie aromatizante de bebidas y alimentos. Desde el punto de vista medicinal, los componentes del aceite esencial le confieren propiedades diuréticas eliminadoras del ácido úrico, digestivas, carminativas, antisépticas de las vías urinarias y respiratorias, expectorantes. Se utiliza la infusión de las "bayas" de enebro en afecciones tales como cistitis, uretritis, cálculos renales y de la vejiga, gota, edemas, bronquitis, faringitis, rinitis, sinusitis; en forma local, en inflamaciones producidas por reumatismo y artritis, neuralgias postherpéticas, dolores musculares, micosis. En los países centroeuropeos las bayas se utilizan para condimentar coles fermentadas, carnes (ahumadas, en conservas), verduras, salsas, sopas, etc; también para aromatizar ginebras (gin) y elaborar miel.

Precauciones: no utilizar en el embarazo ni en la insuficiencia renal; el enebro puede potenciar el efecto de fármacos hipoglucemiantes y diuréticos.



Juniperus communis L., Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-082.jpg>



Juniperus communis, L.

<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pe02.htm>

Hábito natural



Juníperos delante de un cultivo de pinos.

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Jalowiec_grp2.jpg

Presentación comercial: se venden las bayas en bolsitas para uso doméstico; en farmacias se encuentran una emulsión que contiene alquitrán de junípero, pino y hulla, aceite de aráquida y alcohol oleífico, señalado como antiseborreico; un extracto alcohólico de las bayas recomendado como diurético, y de utilidad en hinchazón de piernas y retención de líquidos; también una presentación en tabletas.

Aspectos agronómicos: el enebro es una especie vegetal de origen mediterráneo y su habitat comprende el norte de África, toda Europa y la parte noroccidental del Himalaya. En Chile las bayas de enebro se importan como insumo de farmacias. La planta a raíz desnuda se puede comprar en algunos viveros donde la ofrecen como especie de ornato.

29. ENEBRO (*Juniperus communis*), frutos (bayas).

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: cistitis, uretritis, cálculos renales y de la vejiga; gota e hinchazón (edema); bronquitis, faringitis, dispepsia, mal aliento.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces en el día.

b) uso externo: reumatismo, artritis, neuralgias post-herpéticas, dolores musculares, micosis.

La decocción (cocimiento) se prepara hirviendo 1 cucharada del vegetal en 1 litro de agua durante 10 minutos: usar mediante lavados y compresas.

Efectos: antineurálgico¹, antiséptico² de vías urinarias y respiratorias, aperitivo³, carminativo⁴, diurético⁵, expectorante⁶

Precauciones: no administrar durante el embarazo ni a pacientes con insuficiencia renal; puede aumentar el efecto de fármacos hipoglicemiantes y diuréticos; puede disminuir el efecto de anticoagulantes orales.

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, infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su uso está avalado sólo por la tradición.

1. Disminuye el dolor producido por la inflamación de un nervio (neuralgia)

2. Destruye gérmenes de la piel o mucosas.

3. Estimula el apetito.

4. Previene y favorece la expulsión de gases en estómago e intestinos.

5. Promueve y aumenta la producción de orina.

6. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.