

Ortiga

Urtica dioica L.

Nombres vernáculos: ortiga, ortiga mayor, ortiga caballuna.

Descripción: hierba siempreverde que puede alcanzar 1 – 1,5 m de altura, densamente cubierta de pelos urticantes. Raíz gruesa. Tallo cuadrangular y acanalado, con escasas ramificaciones. Hojas grandes de hasta 12 cm. de largo, opuestas, ovales o acorazonadas, de bordes aserrados. Flores muy pequeñas, verde amarillentas, recogidas en espigas dioicas, a veces monoicas: las masculinas de 2 - 3 mm de largo y las femeninas de 1,5 - 2 mm de largo. Florece desde agosto hasta noviembre. El fruto es un aquenio aovado, marrón-amarillento, de 1-1,8 mm de longitud, con una sola semilla en su interior.

Farmacognosia: de la ortiga se utilizan las hojas, tallos, y en menor medida el rizoma o las otras partes de la planta, así como el jugo fresco prensado.

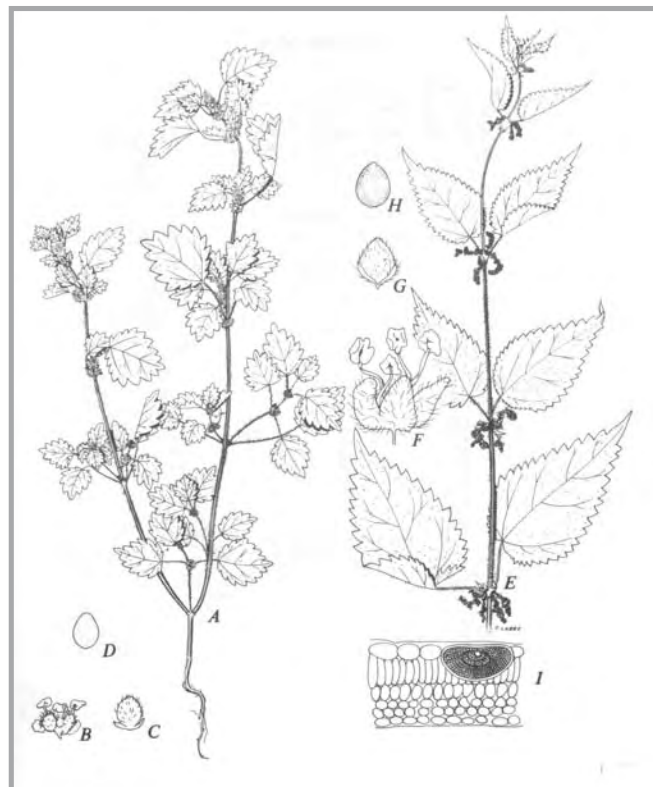
Farmacodinamia: en medicina popular la ortiga está considerada un magnífico depurativo y diurético, además de astringente, hemostático, mineralizante y estimulante del sistema circulatorio; por vía oral, en infusión o el jugo recién exprimido, se le emplea en afecciones de las vías urinarias, sangrado interno o externo, tratamiento de la anemia, trastornos respiratorios (tos) y digestivos (colitis), reumatismo, gota. En cocimiento y en aplicaciones locales o baños se emplea en dolores reumáticos, artritis, gota, neuralgias, hemorroides (pomada de ortiga), afecciones de la piel y del cuero cabelludo (caspa y caída del cabello; en este último caso mezclada con hojas de romero Castilla y toronjil cuyano). La ensalada de ortiga apenas escaldada es considerada muy eficaz para combatir la anemia. Para el empleo de ortiga en afecciones renales existen incluso datos clínicos. En fitoterapia clínica se emplea como drenador hepático y diurético de tipo volumétrico y eliminador de ácido úrico.



Urtica dioica L., Thomé (1885).
http://es.wikipedia.org/wiki/Urtica_dioica

Presentaciones comerciales: existen un extracto alcohólico de *Urtica dioica* recomendado como desintoxicante orgánico, renovador de las funciones digestivas y circulatorias; una fórmula con ortiga y árnica, entre otros compuestos, indicada como anti-inflamatorio y analgésico homeopático; un té compuesto con raíz de altea, ortiga, hierba del platero, folículos de sen y flores de tilo, recomendado para tratar el resfrío y la gripe, y un shampoo indicado en la fragilidad capilar.

Aspectos agronómicos: la ortiga es una planta cosmopolita muy abundante en nuestro país. Crece desde la provincia de Antofagasta hasta Magallanes. Es una planta de clima templado, aunque tolerante al frío, que necesita suelos profundos y húmedos, bien drenados y libres de malezas. En la Región Metropolitana se la encuentra con frecuencia en el cerro San Cristóbal, termas de Colina, Las Condes, El Arrayán, quebrada de Peñalolén, Peñaflor, cajón del Maipo, calles, plazas y sitios abandonados, etc. Se propaga por siembra directa, almácigo-transplante o por esquejes. En Chile no existen antecedentes del cultivo de esta especie, ya que ante la buena disponibilidad de plantas madres se prefiere el transplante de esquejes; éstos pueden obtenerse durante la primavera hasta comienzos de verano, a partir de un tallo que se corta en trozos que se entierran en el suelo, donde echarán raíces después de 4 semanas. Para la siembra directamente en terreno, tarea que se recomienda realizar a mediados de primavera, se necesitan de 4 a 6 kg de semillas /ha, y no es necesario ralea. Por el método almácigo-transplante, primero hay que sembrar de 3 a 5 semillas por contenedor y llevar luego a invernadero; se aconseja transplantar a partir de comienzos de otoño a mediados de primavera, cuando las plántulas tiene 8 semanas de edad. La densidad óptima de plantación va desde 50.000 a 80.000 plantas por hectárea. La cosecha se realiza antes del inicio de floración, en el momento en que se están formando los botones florales o cuando las hojas inferiores se están colocando cloróticas, para lo cual se cortan las partes aéreas a 2- 5 cm sobre el suelo. Las raíces se cosecharán después de haber cosechado el follaje durante varios años. En plantaciones nuevas se pueden hacer hasta tres cosechas (inicio, mediados y fines de verano) y a partir del segundo año incluso 5 (iniciando a fines de primavera). El producto recolectado se troza antes del secado para separa tallos y hojas. El secado debe ser rápido, en secadores con temperaturas



Urtica dioica. Láminas (E – I). E. rama florida, F. Flor masculina, G. Flor femenina, H. Fruto, I. Corte histológico /
Urtica berteroana Lámina (A - D)¹.



<http://www.fitoterapia.net/vademecum/plantas/FOTOS/Urtica%20dioica.JPG>

¹.Navas (1973 -76).



Loasa tricolor Ker.-Gawl u ortiga caballuna².
<http://www.kew.org/mng/gallery/007.html>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/po04.htm>



Detalle del tallo y pelos urticantes de la ortiga mayor europea.
http://es.wikipedia.org/wiki/Urtica_dioica



Detalle de flor de ortiga caballuna (*Loasa tricolor*).
<http://www.enlarutadedarwin.cl/flora/loasa.html>

².Echenique y Legassa (1999).

Hábito natural



<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/ortiga.shtml>



Matorral de ortigas.

62. ORTIGA (*Urtica dioica*), 1) hojas-ramas, 2) raíz-rizomas.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

1) hojas y ramas:

1.1) uso interno: afecciones renales; afecciones reumáticas (artritis, gota); calma la tos y diarreas. El jugo fresco de las hojas (5 gotas) detiene sangrados internos.

La infusión se prepara con 2 cucharadas de hojas y ramas para 1 un litro de agua hirviendo: beber 1 taza 3 veces al día.

1.2) uso externo: dolores reumáticos y neurálgicos; hemorroides; enfermedades de la piel, caspa y caída del cabello.

Se usa la misma infusión en lavados, emplastos o baños. Las ramas frescas se usan para ortigar (acción local de frotar o azotar con ortiga, la que debe comenzar por el lado derecho de la persona), por su efecto rubefaciente favorable en trastornos reumáticos, artríticos y la tonificación de músculos paralizados, seguido de frotación con agua helada y posterior arropamiento.

2) raíz y rizomas:

2.1) uso interno: síntomas de hipertrofia prostática benigna (nicturia, poliuria y retención urinaria); problemas bronquiales.

Se usa como decocción (cocimiento) con 40 gramos (2 cucharadas rasas) de raíz y rizomas para un litro de agua, se hierve 1 a 3 minutos: beber 1 taza 4 veces al día.

Efectos: astringente¹, depurativo², diurético³, rubefaciente⁴, hemostático⁵, anti-inflamatorio.

Precauciones: proteger de la humedad y de la luz.

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: el uso de las raíces y rizomas en la hiperplasia prostática benigna está avalado por estudios clínicos. El uso de sus hojas como diurético y anti-inflamatorio tiene alguna evidencia científica.

1. Contrae y endurece los tejidos orgánicos.

2. Limpia las impurezas de la sangre y otros humores corporales.

3. Promueve y aumenta la producción de orina.

4. Promueve la circulación sanguínea superficial.

5. Detiene o aminora el sangramiento.