

Salvia

Salvia officinalis L.

Nombres vernáculos: salvia, salvia de jardín.

Descripción: arbusto ramoso siempreverde de más o menos 50 cm de altura, con la parte baja leñosa y la superior con tallos cuadrados cubiertos con pelitos finos. Hojas de 2,5 – 5 cm de largo, opuestas, oblongo-lanceoladas, cubiertas de vellosidades verde-grisáceas. Flores de color blanco-violáceas, algo azuladas, se agrupan en espigas terminales. Frutos en nuececilla, 2-3 mm de largo, color café-rojizo.

Los romanos también la consideraban como una panacea, buena para sanar todo. Su nombre procede de la palabra latina *salvare* (curar).

Farmacognosia: la hoja de salvia es oficial, aunque popularmente se también se emplean las sumidades floridas. En Chile también se llama “salvia” a *Sphacele salviae*, una planta de la misma familia (Labiada).

Farmacodinamia: la población del país la utiliza para tratar afecciones estomacales y renales, como diurético y calmante nervioso, en casos de menstruación abundante y malestares de la menopausia, para lavados vaginales.

Recomendaciones: evitar el uso de salvia y sus preparados durante el embarazo y la lactancia.

Presentación comercial: la salvia tiene usos culinarios, medicinales y cosméticos, por lo que es posible encontrarla en diversas presentaciones. Forma parte de materia médica homeopática. Desde hace algunos años varias marcas de pasta dentales han incorporado plantas medicinales con propiedades antisépticas (salvia, menta, romero, manzanilla) en sus productos.

Interés agronómico: la salvia es una planta nativa del sur de Europa. Se cultiva desde tiempos remotos y aún hoy es muy apreciada en jardinería; existen muchas variedades según su procedencia. Se propaga por semillas y esquejes. Las semillas pueden sembrarse directamente en el terreno o hacerlo primero en semilleros y después trasplantar las plántulas; en ambos casos las semillas tardan entre 18-20 días en germinar; la mejor época para ejecutar esta labor son



Salvia officinalis L, Koehler (1887).

<http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Koeh-126.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/ps01.htm>

Hábito natural



http://luirig.altervista.org/photos/s/salvia_officinalis.htm

los meses de febrero y marzo. Para la multiplicación por esquejes, primero hay que obtener vástagos de una planta madre. Habitualmente se recurre a plantas de 2 ó 3 años y la operación de cortar ramitas de 8-10 centímetros de longitud con al menos cuatro yemas se hace en los meses de marzo y abril. Por lo general, arraigan con facilidad y no se precisan sustancias arraigantes o técnicas particulares. El trasplante se hace entre mayo y junio. La ventaja de este método es el de poder obtener dos cosechas ya el primer año.



Ejemplares floridos.

Izq.: <http://es.wikipedia.org/wiki/Salvia>

Der.: http://luirig.altervista.org/photos/s/salvia_officinalis.htm

86. SALVIA (*Salvia officinalis*), tallo-hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: afecciones estomacales, renales y nerviosas; alteraciones del ciclo menstrual, en la menopausia y contracciones uterinas; sudoración excesiva (hiperhidrosis).

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

b) uso externo: infecciones vaginales; estomatitis y gingivitis.

Usar la misma infusión en lavados y gargarismos.

Efectos: antiespasmódico¹, antibacteriano², antisudoral³, diurético⁴, emenagogo⁵, sedante⁶, tocolítico⁷.

Precauciones: no utilizar por periodos prolongados de tiempo. Emplear con control médico durante embarazo y lactancia.

Puede interferir con terapias hipoglucémicas y anticonvulsivantes. Puede potenciar el efecto sedante de otras drogas.

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 antiespasmódico, antisudoral y emenagogo tienen alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.

2. Mata las bacterias o impide su crecimiento.

3. Disminuye la sudoración.

4. Promueve y aumenta la producción de orina.

5. Estimula o favorece el flujo menstrual.

6. Modera la actividad del sistema nervioso.

7. Disminuye las contracciones uterinas.