

Ruda

Nombre científico: Ruta graveolens L.
Ruda, Rue, Rue fétide, Ruta, Raute



ORIGEN

La Ruda es reconocida desde antaño como una planta de grandes poderes. Ya los antiguos chinos la usaban en preparaciones medicinales y aún forma parte de la farmacopea suiza. Originaria del sur de Europa, se extendió por todo el mundo y ha ocupado un papel relevante en la medicina popular hasta nuestros días. La palabra Ruta deriva del griego reuo, cuyo significado es salvar, liberar, proteger, y graveolens significa de olor fuerte y desagradable. Hipócrates la recomendaba a manera de contraveneno y los griegos le otorgaban poderes contra brujas y hechizos. En Chile, las primeras noticias sobre su uso aparecen en los documentos de las boticas de la Colonia y primeros años de la Independencia. En 1767 la Botica de los Jesuitas de Santiago, la más importante de la época, la expendió como agua, aceite, hierba y simiente. Importante ingrediente del ungüento nervino y del mitridates que en la antigua farmacopea se usaban contra múltiples afecciones.

CARACTERÍSTICAS Y COMPUESTOS

Características

Arbusto perenne de la familia Rutaceae, que mide hasta 100 cm de alto, de base leñosa y ramas blandas, de color verde blanquecino. Las hojas están divididas en segmentos ovalados de color verde azulado y contienen abundantes aceites esenciales de olor muy característico. Sus flores son amarillas y se agrupan en inflorescencias terminales que florecen en primavera y verano, produciendo, a principios de otoño, frutos en forma de cápsula de 4 a 5 lóbulos que contienen varias semillas negras y rugosas.

Compuestos

Su aceite esencial contiene principalmente metilnonilcetona (75%) y otras sustancias activas (cetonas, alcoholes, terpenos). También vitamina C y alcaloides.

CUIDADOS

Aunque crece espontáneamente en suelos pobres y calcáreos a expensas de las aguas lluvias solamente, se comporta mejor en suelos fértiles y arcillosos, a pleno sol y con buen drenaje. Siendo una planta muy sana y de fácil cultivo, debe evitarse la falta de riego. Se reproduce por división de matas en invierno, por esquejes (trozos de tallos con hojas) tomados en primavera y principio del verano y por semillas, las que se siembran en almácigos en primavera para luego trasplantar al terreno. Las semillas germinan con facilidad y son de rápido crecimiento. Puede cultivarse en macetas y durante todo el año podemos sacar hojas o despuntar tallos para usarlos preferentemente frescos. En regiones frías y con viento debe protegerse.

PRINCIPALES USOS

Medicinal

Uso interno
Sus hojas frescas o secas en infusión actúan como emenagoga (provoca flujo menstrual), diaforético (sudorífica), estomacal y antihelmítica. Incrementa el flujo de sangre al sistema gastrointestinal ayudando en caso de cólicos y dolores estomacales. Es igualmente útil como diurético, antiespasmódico, para tratar úlcera y llagas, y como calmante nervioso. Históricamente se ha usado contra la epilepsia, la fiebre, vértigos, gripe, tos, inflamaciones de garganta, dolor de pecho, reglas dolorosas, várices,

edemas y problemas de retorno venoso. También para enfermedades como la artritis y la gota.

Uso externo
Una infusión de sus hojas y/o flores se usan para tratar enfermedades de la piel, para sanar heridas, en neuralgias, reumatismos y en loción para los ojos y oídos. También para gárgaras bucales y como loción para el cuero cabelludo. Precauciones: Es planta tóxica por lo que cuando se administra en dosis altas es venenosa, pudiendo inducir abortos, provocar vómitos, diarreas, menstruaciones excesivas, desórdenes psíquico

e incluso la muerte cuando se trata del aceite. El manipular la planta puede causar reacciones alérgicas, irritando la piel y/o mucosas. Las personas que sufren afecciones y dolencias en los riñones deben abstenerse de consumirla.

Culinario

En pequeñas cantidades sus hojas de sabor amargo se mezclan con ensaladas. También puede usarse como aromatizante de bebida alcohólicas, como en algunas zonas de Europa, en donde las hojas las mezclan con coñac para producir un licor digestivo.



Místico

Es una planta que desde la antigüedad ha tenido gran estima por parte de los magos. Se dice que echada en el agua del baño rompe hechizos y confiere protección; y que, colgada al cuello, tiene el poder de alejar a las brujas. También los mapuches le confieren poderes y la emplean para echar a los espíritus malignos.

Aromático

Su aceite es de utilidad en perfumería.