

# Cedrón

*Aloysia citrodora* Paláu

**Nombres vernáculos:** cedrón, hierba Luisa, verbena olorosa.

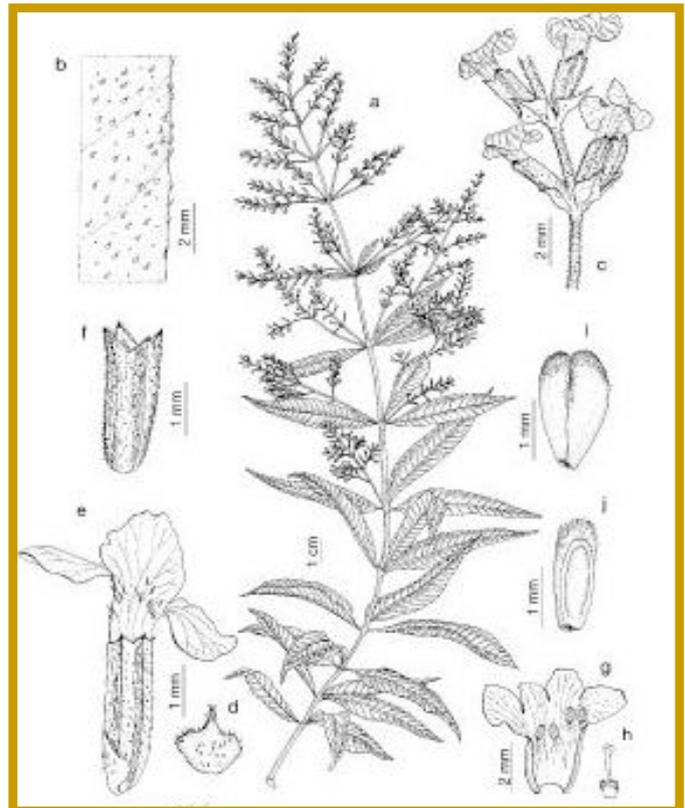
**Descripción:** arbusto 3 - 3,5 m de altura, tallo leñoso. Hojas angostas y alargadas, ásperas, delgadas, de 5 - 10 cm de largo, de olor agrídulce muy característico, que se caen en otoño. Flores pequeñas, blancas o violeta pálido, dispuestas por lo general en espigas terminales.

Por mucho tiempo ha existido cierta confusión sobre la nomenclatura de esta especie. Así, en la edición de 1999 de *The Plant Finder* se la cita como *A. triphylla* (L'Herit.) Britton. Sin embargo en el libro *World Economic Plants* se la designa con el nombre *A. citrodora* Paláu, un descriptor diferente al generalmente citado, nombre considerado correcto y prioritario .

**Farmacodinamia:** el cedrón es una de las plantas medicinales más populares en el país. La decocción o infusión de sus hojas y tallos se usa preferentemente para el tratamiento de afecciones gastrointestinales (cólico, diarrea, dispepsia, flatulencia, indigestión, náuseas, vómito, etc); también se emplea como calmante el sistema nervioso (ansiedad, insomnio) y en los resfriados febriles.

**Química:** las hojas de cedrón son muy aromáticas. En la industria alimentaria y en farmacia, así como en perfumería y cosmética, la esencia se emplea con frecuencia como corrector de sabor y olor. Se utiliza en la preparación de bebidas y dulces, así como en repostería para dar sabor a limón a galletas y postres.

**Interés agronómico:** planta originaria de Sudamérica, crece silvestre en suelos ligeros y bien drenados, en clima templado a templado cálido; resiste bastante bien las heladas. Se propaga generalmente a través de esquejes recolectados a fines de invierno antes del brote de las yemas. Se cortan estacas de entre 15 a 25 cm de largo con 4 a 5 yemas, y se embeben en una solución acuosa de ácido indolbutírico durante 1 minuto y luego se entierran en cama caliente. También puede propagarse por acodos, enterrando ramas bajas de la planta madre a 15-20 cm de profundidad que se transplanta en primavera, con clima cálido y libre de heladas. La distancia recomendada entre plantas debe ser de 30 a 38 cm.



*Aloysia citrodora* Paláu (1788).

- a. Rama florifera, b. detalle del indumento de la hoja, c. detalle de la inflorescencia, d. bráctea, e. flor, f. cáliz, g. corola abierta y androceo, h. gineceo, i. mericarpos, j. mericarpo por la cara interior.



Izq.: detalle aumentado de la inflorescencia del cedrón  
Der.: parte apical del cedrón.

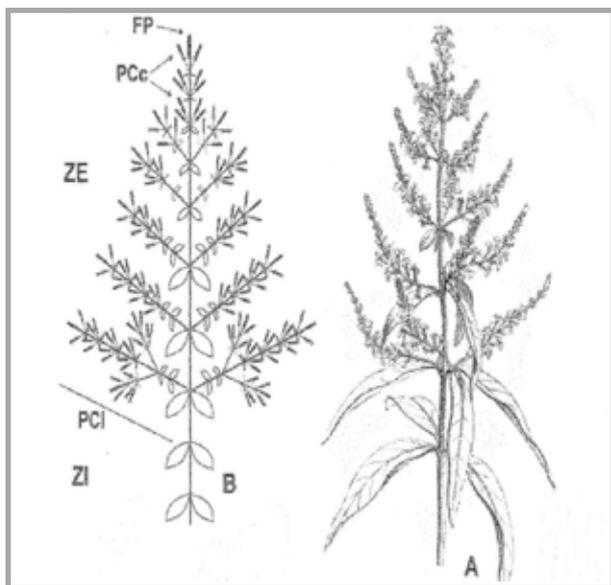
[http://www.uni-graz.at/~katzer/engl/Lipp\\_cit.html](http://www.uni-graz.at/~katzer/engl/Lipp_cit.html)

## Hábito natural



commons.wikimedia.org/wiki/File:Aloysia\_citro...

La época de cosecha afecta el rendimiento de la planta, siendo el rendimiento de hojas frescas más alto en marzo, si bien la mayor concentración de aceite esencial se logra en octubre, antes de la floración. Se aconseja regar el cedrón antes de recolectar sus hojas, que deben ser secadas a la sombra a una temperatura menor de 40°C.



Esquema y dibujo de espigas de *Aloysia citrodora*. (denominadas como "pleiobotrio" Mulgura et al., 2002)<sup>1</sup>.

## 20. CEDRÓN (*Aloysia citrodora*), tallo-hojas.

### PROPIEDADES

**Usos tradicionales:** en trastornos digestivos (diarrea, cólicos, indigestión, náusea, vómitos y flatulencia); en trastornos del sistema nervioso (insomnio y ansiedad); en estados gripales (resfriados con fiebre).

La infusión se prepara con 1 cucharada de la planta para 1 litro de agua recién hervida, dejar reposar: beber 1 taza 3 a 4 veces al día.

**Efectos:** antiespasmódico<sup>1</sup>, antibacteriano<sup>2</sup>, carminativo<sup>3</sup>, sedante<sup>4</sup> suave.

**Precauciones:** no administrar por un periodo prolongado de tiempo ni infusiones muy concentradas.

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, carminativo y sedante suave tienen alguna evidencia científica.

1. Calma los retortijones estomacales.
2. Mata las bacterias o impide su desarrollo.
3. Previene y favorece la expulsión de gases.
4. Modera la actividad del sistema nervioso.

<sup>1</sup>Mulgura y cols. (2002).