

Vira-Vira

Pseudognaphalium viravira (Mol.) A. Anderb

Nombres vernáculos: vira vira, hierba de la vida, hierba de la diuca, wenanwe (Mapudungún)¹. El término wenánwe, en mapudungún, significa “hierba para quitar la pena”²

Descripción: hierba siempreverde, de 10 - 50 cm de alto, densamente vellosa lanosa. Hojas alternas, enteras; las inferiores oblongo lineales, de hasta 4,5 cm de largo; las tallinas lineales, de 3 6 cm de largo. Capítulos numerosos, reunidos en glomérulos de panículas. Flores marginales femeninas, filiformes; las centrales hermafroditas, tubulosas. Aquenios glabros, de 0,5 mm de largo.

Farmacognosia: el género *Pseudognaphalium* está conformado por varias especies usadas en medicina popular, todas designadas con el nombre vernáculo de “vira vira”.

Farmacodinamia: se ha señalado propiedades antibióticas para algunos compuestos de *P. viravira*. En la obra de Murillo³ se le atribuyen propiedades vulnerarias. El decocto de vira-vira se utiliza en casos de dispepsia y dolores abdominales. El infuso de las flores mezcladas con las de sauco, violeta, malva y amapola da excelentes resultados en el tratamiento de problemas bronquiales⁴. Popularmente, a las flores de esta planta se le atribuyen propiedades expectorantes, sudoríficas y febrífugas; se emplean en infusión como tratamiento de diversas afecciones respiratorias: asma, tos, bronquitis. En la actualidad la población aymara que habita en la precordillera y altiplano nortino utiliza las flores de *Pseudognaphalium lacteum* (huira-huira, wira wira blanca) como mate para la tos; además entra en la preparación de un cocimiento tradicional, a base de carne y verduras de la zona, llamado “guatia”. Con los mismos fines también se usan *P. glandulosum* (Klatt) A. Anderb. y *P. tarapacanicum* (Phil.) A. Anderb. Se menciona que el extracto acuoso de *Pseudognaphalium* sp. se administra en el tratamiento de enfermedades urinarias⁵.



Pseudognaphalium luteoalbum, Sturm (1796).

http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Gnaphalium_luteoalbum_Sturm27.jpg



Ejemplares secos de vira-vira, Izq.: en herbario / Der.: triturado en bolsa.

http://www.ics.trieste.it/MAPs/MedicinalPlants_Plant.aspx?id=645&family=0&country=all

¹.Baeza (1930). / ².Gunckel (1959). / ³.Murillo (1889). / ⁴. Zin y Weiss C. (1980) / ⁵.Castro y cols. (1982), San Martin (1983).

Hábitos naturales

Presentación comercial: principalmente uso rústico; en farmacias se encuentra a la venta un jarabe para la tos que contiene extractos de *Persea americana* (palto), *Eucalytus globulus* (eucalipto), *Gnaphalium vira-vira* (vira-vira) y *Lomatia hirsuta* (radal).

Interés agronómico: la vira-vira es una planta de crecimiento rápido que florece a partir del primer año. Se propaga por semillas que pueden sembrarse directamente en lugar definitivo, aunque es más conveniente hacerlo primero en almácigo normal en primavera o estratificado en otoño, en una mezcla de suelo de una parte de arena, una de compost y una de tierra de jardín. Se trasplanta a pleno sol y se riega en forma mediana. Es una especie que necesita alta luminosidad, algo de humedad y suelo con buen drenaje. A finales de otoño conviene podarla baja para que rebrote con fuerza en primavera.



<http://agronomia.utralca.cl/horticulturaornamental/presentacion/Florativa-PotencialUso.pdf>

99. VIRA-VIRA (*Pseudognaphalium viravira*), planta entera.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: tos, asma, bronquitis, resfrío; fiebre.

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

b) uso externo: heridas.

Lavar con la misma infusión.

Efectos: antibacteriano¹, expectorante², sudorífico³, febrífugo⁴.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan a lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico, infórmelo que está usando esta hierba medicinal. Evitar su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: su efecto antibacteriano tiene alguna evidencia científica.

1. Impide el desarrollo de bacterias.

2. Favorece la expulsión de secreciones bronquiales patológicas.

3. Aumenta la transpiración.

4. Baja la fiebre.