**Monografía de la Ortiga**

***Urtica dioica* L.**

**Monografía de la materia**

**Medicina tradicional de México y plantas medicinales**

****

**Autor: Ana Cruz Navarrete**

**Tutor: Mario Rojas Alba**

**Revisión: Zuleima Ocampo Viveros**

Morelos, México, a 13 de Octubre, 2010

Tlahui: todos los derechos reservados. la edición digitalizada de la tesina monografía del chichicastle, hortiga, Urtica dioica L. de la materia de medicina tradicional de mexico y sus plantas medicinales, de la escuela de enfermería, UAEM, TlahuiEdu, de la autora Ana Cruz Navarrete, es una obra intelectual protegida por los derechos de autor reconocidos internacionalmente, igualmente en lo conducente por la legislación de mexico y canada, © copyrights a favor de Tlahui y la autora, quienes detentan los derechos exclusivos para su uso en la internet, en disquetes, compact-disk, o en cualquier otra foma de explotación. esta prohibida y penada su copia, reproducción total o parcial en cualquier forma, esta copia es para el uso gratuito de los estudiantes inscritos a los cursos de tlahuiEdu, para los lectores de Tlahui ([www.tlahui.com](http://www.tlahui.com)) y publico en general; esta penada cualquier copia uso con fines de lucro, y prohibida la transferencia por cualquier medio que no sea desde el sitio oficial de tlahui. la inscripción a los cursos y diplomados se puede realizar en: [www.tlahui.edu.mx](http://www.tlahui.edu.mx). este trabajo puede solicitarse gratuitamente a educa Tlahui.com

Advertencia / warning / avertissement /warnung: se advierte al lector que la autora y editor de esta tesina no se responsabilizan de los errores u omisiones, ni tampoco de las consecuencias que pudieran derivarse de la aplicación de la información contenida en esta obra; por esta misma razón, no se emite ninguna garantía, formal o implícita, sobre el uso y contenido de la publicación. Igualmente se informa que este material se edita sin fines de lucro y con el propósito de dar a conocer la medicina tradicional, en todo caso, la responsabilidad es solo de quien le de alguna aplicación.

**Resumen**

La presente monografía se referente a la ortiga (Urtica dioica), es una investigación basada a experiencia e información electrónica de la misma, sus nombres con la que se le conocen, algunos sinónimos, su hábitat, las características su fitoquímica, y algo muy importante sus usos medicinales, ya que varias personas ignoran esta información, también se dan algunas recetas que se pueden preparar fácilmente en casa, ya que en la mayoría de las casas se encuentra este tipo de planta.

**ORTIGA** (*Urtica dioica L*.)

**TSN (ITIS):** 19152

**** Clasificación Científica

Reino: Plantae

 División: Magnoliophyta

Clase: Magnoliopsida

 Orden: Rosales

 Familia: Urticaceae

Género: Urtica

 Ortiga (Urtica dioica). Foto: www.floresyplantas.net

Las urticáceas se subdividen en 52 géneros y 1.050 especies, suelen estar en climas tropicales y que se encuentren templados.

Del genero Urtica son 45 especies de los cuales tienen sus hojas y tallos cubiertos por pelusillas urticantes, salen en suelos ricos en nitrógeno, contienen una alta concentración de clorofila y hierro. Solo los brotes jóvenes son muy ricos en vitamina C. las raíces producen demasiados brotes que desarrollaran en tallos erectos y sin rama. Las hojas pecioladas y alternas tienen forma de corazón con su punta larga y su margen dentada.

Las flores se unen por espigas, estas se van a diferenciar por masculinas y femeninas.

|  |  |
| --- | --- |
| Masculino | Femenino |
| * espigas erectas
* espigas más cortas
 | * espigas péndulas
* espigas más largas
* frutos chicos aquenios ovales encapsulados en cáliz resistente.
 |

**Nombres comunes**

Atapilla negra, ortiga hembra, ortiga macho, Ortiga (Morelos) brava, pica-pica, purichi, pringamoza, mala mujer, chichicaste (hidalgo), nigua, guaritoto, ishanga, dominguilla (Jalisco), soliman (puebla), Guechi-bidoo, guichi-bidu, ghuchibdu (lengua zapoteca, Oaxaca), Stinging nettle, tall nettle, slender nettle, California nettle

 **Características botánicas**

La Urtica dioica es una planta abultase perenne, dioica, tosca y llega alcanzar 1,5 m de altura.

La planta posee pelusillas urticantes las cuales tienen el diseño de pequeñas ampollas saturadas del líquido irritante, culpable de producir lesiones en la piel por contacto, derramando así su contenido provocando comezón, ronchas y prurito.

Estos pelillos son duros pero frágiles en la punta, provocando así su ruptura con un simple roce; su raíz es riquísima en tanio que le atribuye una acción astringente.

Su tallo es color rojo amarillento con mucha ramificación y un poco ahuevado entre sus nudos. Está dotado de pares de hojas recubiertas de pelillos urticantes, sus hojas son ovaladas, dentadas y puntiagudas que llegan a medir 15 cm, esta planta suele florecer a partir del mes de julio.

Sus flores son verdes amarillentas en panículas asilares, son unisexuales y se encuentran en racimos colgantes largos y las masculinas en inflorescencias cortas.

**Origen y distribución**

La nativa subespecie Urtica dioica se distribuye de una forma circumpolar, localizándose en todos los estados del país.

**Hábitat**

Se encuentra en parcelas, orillas de las carreteras, ríos, inclusive en los jardines y sitios baldíos. Bosques caducifolios y bosques de encinos.

Para que esta planta se pueda desarrollar necesita una temperatura moderada, suelos bejucosos, sus suelos pueden estar secos o húmedos e inclusive en el agua, pero algo que debe de cumplir estos suelos es su riqueza en nitrógeno.

Respecto a la taxonomía de la Urtica, antes había una gran variedad de subespecie, pero ahora solo una pequeña parte de esas son aceptadas. Dando como resultado 5 subespecies:

|  |  |
| --- | --- |
| Urtica dioica subsp. dioica | Europa Asia Africa del norte |
| Urtica dioica subsp. afghanica | Sudoeste y Asia central |
| Urtica dioica subsp. gansuensis | Este de asia China |
| Urtica dioica subsp. gracilis | Norteamerica |
| Urtica dioica subsp. holosericea | Norteamerica |

**Propiedades medicinales**

Se le conoce las siguientes propiedades medicinales:

Analgésica, antialérgica, antianémica, antigotosa, antihistamínica, antiinflamatoria, antirreumática, astringente, colagoga, depurativa, diurética, galactogena, hemostática, hipoglucemiante, estimulante digestivo (laxante suave), alopecia, activador de la circulación sanguínea.

**Composición química**

Acorde a la investigación realizada en san Luis tlaxialtemalco, Xochimilco, D.F. identifican la composición química de la ortiga dando como resultado:

*De la raíz de U. dioica se han identificado los esteroides 24-etil-3-6-diol-colestano, daucosterol, 7-alfa y 7-beta-hidroxi- y 6-metil-daucosterol, beta-sitosterol y sus 7-alfa y 7-beta-hidroxi-derivados; los lignanos isolariciresinol, seco-isolariciresinol y neolivil; y el componente fenílico derivado 24 estireno de Urtica y alcohol vainillínico. En las flores se han detectado los flavonoides astragalín, camferol, su rutinósido quercetín e isoramnetín y sus glucósidos y rutinósido, y el neohesperidósido de isoramnetín, y el alcaloide colina histamina e hidroxitriptamina. En las hojas se ha detectado la presencia de los carotenoides beta-caroteno, su alfa-hidroxi-derivado, epóxido de luteína, luteoxantina y violaxantina, una lectina y tanino. En la planta completa se encuentran los compuestos fenílicos ácidos caféico, ferúlico y sinápico; la cumarina esculetín y la proteína betaína*. [1]

Esta planta contiene clorofila, flavonoides que propician la acción antioxidante y antiinflamatoria, resina, provitamina A y C, serotonina y acido formico.

La planta contiene secretina un excelente estimulante de secreción estomacal, páncreas y bilis, mejora el movimiento de perístasis. También tiene un gran efecto diurético por alto contenido de clorofila y acidos organicos.

Sus extractos son hipogluceminates, bactericidas y efectivo en afecciones de la piel.

**Usos medicinales**

La Urtica dioica tiene diversos usos medicinales como preparase en alcoholato para las reumas y mialgias, y así mismo se utiliza para incitar la circulación sanguínea.

**Farmacología**

Estudios realizados mediante el método de aldunate y Mardones, por el Dr Pereda Quiroz detremina:

 *La musculatura uterina de Cavia porcellus, por efecto del decocto y alcoholaturo[[1]](#endnote-2) de Urtica dioica, es estimulado en menor intensidad que oxitócica.* [2]

Otros estudios farmacológicos demostraron que la Urtica dioica, demuestra actividad en el SNC y sus efectos bactericidas, mitogenica y disminución del efecto de la adrenalina.

 **Forma de empleo**

Se emplean las hojas en maceración, aceite, tintura, y extracto, uso externo, tés.

 **Recetas**

Uno de sus grandes beneficios los gozan las personas con reumas ya que dando ligeros golpes en el área afectada donde se encuentra el dolor reumático quita los dolores en un tratamiento constante, al momento del golpe con la ortiga se puede llegar a sentir calientito, pero esto es pasajero.

Otro beneficio es cocinarla diariamente como cualquier otra verdura, se puede utilizar como ingrediente en grandes cantidades y supera los beneficios y propiedades que otras verduras.



 Sopa de ortiga (Urtica dioica). Foto: [www.abajarcolesterol.com](http://www.abajarcolesterol.com)

Tortilla de ortiga

Otra forma de preparar es en forma de tortilla de ortiga, siendo esta muy rica y excelente para las personas que padecen el colesterol muy elevado.

Té

Para preparar un te de ortiga es hervir agua y colocar 3 ramitas de ortiga en ¾ de agua y por ultimo agregar el jugo de 3 limones para combatir las infecciones, este té no es amargo y como resultado final el agua se pone de color amarillo claro



 Té de Ortiga (Urtica dioica). Foto: www.cuidadodelasalud.com

Para preparar la ortiga y poder cocinarlas hay dejarlas remojando unos minutos antes de manipularlas retirándole previamente los tallos ya que es desagradable masticarla por su consistencia lechosa y así no abra ningún problema a la hora de cocinar.

Crema de ortigas

Esta receta es indicada para cuatro personas, el tiempo de preparación es de 30 minutos y es muy sencillo aprenderla.

Los ingredientes son los siguientes:

*1kg de ortigas tiernas, 2 patatas medianas, 1 cebolla grande, aceite de oliva, 40 g de mantequilla, sal, ½ l leche.*

*Lavar las ortigas. Seguidamente, pondremos una cazuela al fuego con el aceite de oliva y la mantequilla; cuando está este fundida, sofreiremos la cebolla que habremos trinchado previamente muy pequeña. Cuando este algo dorada añadiremos las patatas también cortadas en trozos pequeños y a continuación añadiremos las ortigas y algo de sal y agua para ahogarlas. Las dejamos cocer a fuego lento y con la cazuela tapada. Una vez ahogadas, añadiremos algo más de agua y las haremos hervir con el fuego más alto. Una vez cocido, trituraremos el contenido de la cazuela y pasar la crema por el colador. Después las volveremos a hervir otra vez añadiendo la leche caliente y rectificaremos de sal, si hace falta. Esta crema la podemos servir caliente o fría según la estación del año.*[3]

Otro consejo es en la alopecia (caída del cabello) combinándola con vinagre y usándola como si fuera un enjuague.

Otra recta que ayuda a las personas con reumas y el frio es en un embase grande colocamos ¼ de litro de alcohol seguido de un manojo de hojas de ortiga (Urtica dioica) bien picada y se deja remojar durante 20 días, al termino de estos días se cuela y se aplica untado dos veces al día hasta que desaparezca el dolor

**Cuidados y contraindicaciones**

No se debe de utilizar en personas con edema causada por insuficiencia renal crónica o cardiaca, y en niños menores de 2 años o en quienes estén en tratamiento de desintoxicación etílica, HTA.

Las hojas al roce con la piel provocan urticaria comenzando en una pápula con sensación de quemadura.

La raíz puede causar molestias en el estomago y reacciones alérgicas. Las preparaciones de Urtica dioica están exentas de alguna toxicidad.

**Bibliografía**

[1] La ortiga. *Biblioteca Digital de la Medicina Tradicional Mexicana*. 2009. <http://www.infored.com.mx/articulos/la-ortiga-y-sus-caracteristicas.html>.

[2] Jaimes Serkovic**,** santos*. Ortiga.1 de octubre de 2010.* URL:http://www.google.com.mx/search?sourceid=navclient&hl=es&ie=UTF8&rlz=1T4SNYO\_esMX310US315&q=musculatura+uterina+de+Cavia+porcellus.

[3] Yepes cayuela, laura*. La ortiga, una planta con dos caras*. 12 de octubre de 2010. http://www.botanical-online.com/lesortigues8castella.htm

 [7] Urtica dioica L. 26 de septiembre de 2010. URL: <http://www.otramedicina.com/2010/09/24/plantas-medicinales-de-mexico/>.

[8] Urtica dioica L. 28 de septiembre de 2010. URL: <http://www.medicinatradicionalmexicana.unam.mx/presenta.html>.

[9] *propiedades de las plantas, plantas medicinales*. 9 de mayo de 2008. URL:<http://propiedadesplantas.jaimaalkauzar.es/mas-informacion-y-propiedades-de-la-ortiga.html>.

 [10] Ortiga. 22 de septiembre de 2010. wikipedia.URL:<http://es.wikipedia.org/wiki/Urtica>.

[11] Gutiérrez, miguel angel*. ORTIGA, CHICHICASTLE. Urtica dioica L. var. angustifolia Schltdl.* 14 de febrero de 2009. URL:http://jardindelasalud.blogspot.com/2009/02/ortiga-chichicastle-urtica-dioica-l-var.html.

[12] Hernández del toro. G. Yerbas Curativas mexicanas. plantas medicinales,editores mexicanos unidos, mayo 2008, p.63.

[13] Urtica dioica L. 6 de octubre de 2010. URL: [www.cuidadodelasalud.com](http://www.cuidadodelasalud.com).

[14] Urtica dioica L. 24 de septiembre de 2010. URL: [www.floresyplantas.net](http://www.floresyplantas.net)

1. [↑](#endnote-ref-2)