



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

# *Aloysia citrodora*

## *Aloysia citrodora*



### Taxonomía

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida
Subclase:	Asteridae
Orden:	Lamiales

Familia:	Verbenaceae
Género:	<i>Aloysia</i>
Especie:	<b><i>Aloysia citrodora</i></b> PALÁU, 1784 <sup>1</sup>
<b>Sinonimia</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Aloysia triphylla</i> Britton, 1925<sup>2</sup></li></ul>	

***Aloysia citrodora***, conocida como **cedrón**, **cidrón**, **hierba luisa** o **verbena de Indias**, es una planta de la familia **Verbenaceae** originaria de **América del Sur**. Se cultiva como planta ornamental y por sus propiedades medicinales.



Inflorescencia

## Descripción

Es un **arbusto caducifolio** de hasta tres metros de altura. Sus **hojas** aparecen agrupadas en **verticilos** trímeros, que tienen hasta 7 cm de longitud, son lanceoladas, apicadas, con el margen liso o muy finamente aserrado y un **pecíolo** muy corto, de color verde claro por el haz, con el envés marcado por glándulas oleosas bien visibles. Despiden una fuerte fragancia a limón y algo mentolada.

Florece en verano, las **flores** son pequeñas, rosadas, blanquecinas o blanquecino-violáceas, agrupadas en **panículas** terminales laxas, de hasta 10 cm de largo. El cáliz posee dos labios laterales; la **corola** es acampanada, simpétala, con los lóbulos imbricados, de color blanco o rosado. El gineceo está formado por dos carpelos unidos. El **fruto** está formado por dos **núculas**.

## Distribución y hábitat



Detalle flores

Nativa de [América del Sur](#), comprendiendo países como [Chile](#), [Paraguay](#), [Brasil](#), [Uruguay](#), [Argentina](#), [Bolivia](#), [Colombia](#), [Perú](#), [Venezuela](#) y [Ecuador](#). En el [siglo XVII](#), tras las expediciones de conquista fue llevada a Europa, donde empezó a cultivarse en las zonas templadas.



Como planta ornamental



Vista de la planta

## Taxonomía

*Aloysia citrodora* fue descrita por [Antonio Palau y Verdera](#) y publicada en *Parte práctica de Botánica*, vol. 1, p. 768 en 1784.<sup>41</sup>

## Etimología

- **Aloysia**: nombre genérico que fue otorgado en honor de [María Luisa de Parma](#), 1751-1819, esposa del rey [Carlos IV de España](#).<sup>5</sup>
- **citrodora**; epíteto latino que significa "con aroma a limón"<sup>6</sup>

## Importancia económica y cultural

---

### Uso ornamental

Se cultiva en los jardines y huertos como planta aromática. Prefiere un clima cálido constante, exposición soleada y humedad; resiste bien las heladas, aunque si son continuadas pierde las hojas. Las heladas intensas matan también las ramas más finas, aunque usualmente la [madera](#) más vieja soporta hasta -10 °C, y permite a la planta recuperarse en la estación cálida. Necesita buen drenaje, suelo fértil y húmedo en verano. Se multiplica por [semilla](#) con facilidad, y es posible reproducirla mediante [esqueje](#).

### Usos medicinales

Las hojas del cedrón son ricas en un [aceite esencial](#), cuyo componente principal es el [citral](#), responsable de su aroma, y que contiene además [limoneno](#), [linalol](#), [cineol](#), [terpineol](#), y [cariofileno](#), un [aldehído sesquiterpénico](#) al que se atribuye acción [eupéptica](#) y [espasmolítica](#).

Los extractos de *Aloysia citrodora* son ricos en fenilpropanoides, especialmente verbascósido, que presentan actividad biológica como antioxidantes.

Su infusión (realizada con entre 5 y 20 gramos por litro) se utiliza como [digestivo](#), [carminativo](#) y antiespasmódico, para casos de [dispepsia](#) o dolores de estómago. Se la consume también como sedante y relajante muscular. Posee una importante cantidad de [melatonina](#), sustancia que se usa como relajante natural y que favorece notablemente el sueño nocturno.



Detalle de la hoja

Los elementos usados en infusión se recogen dos veces al año, a finales de la primavera y comienzos del otoño. Se emplean las hojas tiernas y las sumidades floridas.

En [Argentina](#) es una planta medicinal oficial, posee una monografía en la Farmacopea Nacional Argentina, VI edición.<sup>9</sup> En [Ecuador](#) se encuentra incorporada en la medicina tradicional de la región andina del país, siendo común su consumo en las familias.

**Capacidad antioxidante:** La suplementación con extracto de *Aloysia citrodora* protege los neutrofilos del daño oxidativo, disminuyendo los marcadores del daño muscular ocasionado por la práctica de ejercicio físico.

El extracto de esta planta PLX muestra propiedades antioxidantes que pueden desempeñar un papel importante en la protección contra el estrés oxidativo ocasionado por la práctica de ejercicio físico intenso.

## Usos gastronómicos

Las hojas secas y picadas se emplean en marinadas, aderezos y salsas para dar un toque de aroma cítrico. Se elabora con ella también un sorbete aromático y una [infusión](#) digestiva y refrescante. En [Paraguay](#) y en el [Noreste de Argentina](#) se utiliza en el [tereré](#) y el [mate](#), mientras que en el resto de [Argentina](#) y en [Uruguay](#) es una de las hierbas con las que se puede saborizar el [mate](#). A su vez, es usada como infusión por sí sola.

## Nombres comunes

---

- Argentina: Cedrón, Cedro
- Chile: Cedrón
- Ecuador: Cedrón
- Paraguay: Cedrón
- Perú: Cedrón, Cidrón, Yerba Luisa, Yerba Cidera, Yerba de la princesa.