



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

Melissa officinalis





Estado de conservación



Preocupación menor (UICN)

Taxonomía

Reino:	Plantae
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida
Orden:	Lamiales
Familia:	Lamiaceae
Subfamilia:	Nepetoideae
Tribu:	Mentheae
Género:	<i>Melissa</i>
Especie:	<i>M. officinalis</i> L., 1753

La **melisa**, **sándalo**, **limoncillo**, **menta melisa**, **hoja de limón** o **toronjil**¹ (*Melissa officinalis*) es una **hierba perenne** de la **familia** de las **lamiáceas**, nativa del sur de **Europa** y de la **región mediterránea**. Apreciada por su fuerte aroma a limón, se utiliza en **infusión** como **tranquilizante** natural, y su **aceite esencial** se aprovecha en perfumería.



Ilustración



Hojas



Flor

Descripción

Melissa officinalis es una hierba perenne, **hemicriptófito**, con los tallos herbáceos rastreros, ligeramente **lignificados** en la base, de sección cuadrangular y hasta casi un **metro** de altura. Presenta **hojas** opuestas, claramente **pecioladas**, de hasta 9 x 7 **cm**, con el limbo ovado y el margen dentado, de color verde intenso, con la superficie pilosa.

En verano florece, dando lugar a **flores** primeras, pedunculadas, dispuestas en **verticilastos**, con el cáliz de hasta 1,2 **cm**, bilabiado, tubular, y la **corola** blanquecina, también en tubo abierto con dos labios cortos. Los **estambres** son cuatro, didínamos, fusionados con la corola. El ovario es súpero. Son ricas en néctar, atrayendo **polinizadores himenópteros**, a lo que deben su nombre (*melissa* significa "abeja melífera" en griego). El fruto es una **legumbre** tetraseminada.

Hábitat y distribución

La melisa es originaria de la cuenca del **Mar Mediterráneo**. Difundida por el cultivo, se ha naturalizado en toda la Europa templada. Crece de forma silvestre en prados húmedos, claros de bosque, a la vera de los ríos o en setos y campos cultivados, sobre suelos ricos en materia orgánica.

Nace principalmente en suelos arcillosos, bien drenados, que retienen el agua y los nutrientes. las raíces de esta planta suelen ir hacia abajo buscando aireación; no es exigente en materia de sol. Salvo en climas cálidos, pierde el ramaje en invierno, volviendo a brotar a comienzos de primavera.

Propiedades

Las partes herbáceas poseen un intenso aroma a limón cuando se machacan, debido a su contenido en **terpenos**, **citronella**, **citronelol**, **citral** y **geraniol**. Se utilizan en **aromaterapia**.

Se le atribuyen propiedades antispasmódicas; se emplea en la reanimación de desmayados y como **calmante** natural. Se consume sobre todo en infusión ligera.

Propiedades medicinales

Taquicardias o palpitaciones: en las palpitaciones de origen nervioso, la melisa tiene la propiedad de tranquilizar el músculo cardíaco y restablecer el ritmo normal del corazón.

También se utiliza como repelente de mosquitos, sin afectar a mascotas, niños ni bebés. Además, se usa como infusión para curar el dolor estomacal.

Se han encontrado propiedades antidepresivas, antioxidantes y ansiolíticas en sus compuestos.

Usos

El toronjil o limoncillo es utilizado en algunos dentífricos, debido a sus propiedades antisépticas y aromáticas. En **Argentina** es uno de los "yuyos"

(hierbas) con los que en muchas ocasiones se aromatiza el [mate](#) bebido con [bombilla](#)

Química

El bálsamo de limón contiene [eugenol](#), [taninos](#) y [terpenos](#). *Melissa officinalis* también contiene [1-octen-3-ol](#), [10-alfa-cadinol](#), [3-octanol](#), [3-octanona](#), [alfa-cubebeno](#), [alfa-humuleno](#), [beta-bourboneno](#), [ácido cafeico](#), [cariofileno](#), [óxido de cariofileno](#), [catequineno](#), [ácido clorogénico](#), [cis-3-hexenol](#), [cis-ocimeno](#), [citral A](#), [citral B](#), [citronellal](#), [copaeno](#), [delta-cadineno](#), [acetato de eugenilo](#), [gamma-cadineno](#), [geranial](#), [geraniol](#), [acetato de geranilo](#), [germacreno D](#), [isogeranial](#), [linalool](#), [luteolin-7-glucosido](#), [methylheptenono](#), [neral](#), [nerol](#), [octil benzoato](#), [ácido oleanólico](#), [ácido pomólico](#), [ácido protocatéquico](#), [rhamnazina](#), [ácido rosmarínico](#), o [ácido rosmarínino](#), [estaquiosa](#), [ácido succínico](#), [timol](#), [trans-ocimene](#) y [ácido ursólico](#). El bálsamo de las flores contiene [harmina](#).

Taxonomía

Melissa officinalis fue descrita por [Carlos Linneo](#) y publicado en *Species Plantarum* 2: 592. 1753.

Nombres comunes

- **Español:** abejera, abeyera, albedarumbre, apiastro, bedarxnjí, cidronela, cidronella, citraria, hierba cidra, hierba huerto, hierba limonera, hierba luna, hoja de limón, limoncillo, limonera, limonera borde, melisa, melisa oficial, té de calazo, torojil, torongil, torongil cidrado, torongil de limón, torongilla, torongina, toronja, toronjil, toronjil falso, toronjina, verde-limón, yerba cidrera.⁸