



HOJA INFORMATIVA DE LA PLANTA

Ruta (planta)

Ruta



Ruta chalepensis

Taxonomía

Reino: Plantae

División: Magnoliophyta

The complex block contains a green header with the word 'Ruta' in black. Below the header is a photograph of a Ruta chalepensis plant, showing several upright stems with clusters of small yellow flowers. Underneath the photograph is the scientific name 'Ruta chalepensis' in blue italics. Below the photograph is a green header with the word 'Taxonomía' in blue. Underneath this header, the taxonomic classification is listed: 'Reino: Plantae' and 'División: Magnoliophyta'.

Clase:	Magnoliopsida
Orden:	Sapindales
Familia:	Rudaceae
Subfamilia:	Rutoideae
Género:	<i>Ruta</i> L., 1753
Especies	
Entre 8-40 especies:	
<ul style="list-style-type: none">• <i>Ruta angustifolia</i> - ruda egipcia• <i>Ruta chalepensis</i> - ruda• <i>Ruta corsica</i> - ruda de Córcega• <i>Ruta graveolens</i> - ruda común• <i>Ruta montana</i> - ruda de la montaña	
Sinonimia	
<ul style="list-style-type: none">• <i>Desmophyllum</i> Webb y Berthel.	

La **ruda** (*Ruta*) es un género de **subarbustos siempreverdes** fuertemente aromatzados de 20-60 cm de altura, de la familia de las **Rutaceae**, nativas de la región del **Mediterráneo**, **Macaronesia** y el suroeste de **Asia**. Diferentes autores aceptan entre 8-40 **especies** en el género. La especie más conocida es la ruda común (*Ruta graveolens*). Usada tradicionalmente como **planta medicinal**, tiene una muy fuerte **toxicidad**, según los usos y dosis.

Hojas bipinnadas o tripinnadas, con una apariencia correosa, de verde a fuertemente azul verdoso glauco. **Flores** amarillas, con 4-5 **pétalos**, de cerca de 2 cm de diámetro, y en cimas. **Fruto** 4-5 lobulado, cápsula con numerosas **semillas**.

Fue extensamente usada en la cocina europea en la antigüedad, así como en muchas recetas de la Roma Antigua (de acuerdo con **Apicio**), pero por su extremo amargor ya no es apetecible para el gusto contemporáneo. Sin embargo, aún se la usa en ciertas partes del mundo, particularmente en el norte de África.

Efectos de la planta

La ruda fresca contiene aceites volátiles que pueden dañar el riñón y el hígado.

Es probablemente más conocida por sus efectos en el tracto reproductor femenino. Los químicos de la ruda pueden estimular músculos del útero, que pueden iniciar un periodo menstrual, actuando como agente contraceptivo y causando abortos. También contiene químicos que pueden bajar la fertilidad y bloquear el implante de un óvulo fertilizado. En animales machos de laboratorio, dosis orales de ruda disminuyen la motilidad y la cantidad de espermatozoides y reducen el deseo de actividad sexual. Sin embargo, son altos los riesgos de la contracepción y del aborto; se han producido decesos por hemorragias uterinas causadas por dosis repetidas de ruda, y modernamente su toma oral está fuertemente desaconsejada.

Ocasionalmente, el [aceite de ruda](#) se aplica a la piel para aliviar el dolor de la artritis y para tratar heridas. Los químicos de la ruda pueden interrumpir la liberación corporal de [óxido nítrico](#) y de [ciclooxygenasa II](#) (involucrados en el proceso de inflamación).

Usos



Ruda, planta aromática (Mas de Flors).

Los principios activos o [aceites esenciales](#) de esta planta se encuentran principalmente en sus hojas. Por este motivo, para aprovechar las propiedades medicinales de esta planta será necesario utilizar sus hojas.

Las propiedades de la ruda son muchas, pero se destacan principalmente las relacionadas con problemas digestivos cólicos y ansiedad. Conoce a continuación las principales propiedades de la ruda:

- **Digestivas:** debido a esto, la ruda facilita los procesos digestivos ya que estimula la función biliar. Por eso es muy recomendable beber infusiones de la hoja de ruda para tratar casos de **estreñimiento** o **desórdenes digestivos**. se recomienda beber estas infusiones de manera posterior a las comidas.
- **Antiespasmódica:** es por este motivo que la ruda es muy útil para tratar casos de cólicos estomacales, de la misma forma sirve para tratar las diarreas. Para estos casos lo mejor es consumir la ruda.
- **Emenagoga:** debido a esto la ruda sirve para disminuir los malestares ocasionados por la menstruación. El consumo de la ruda reduce los dolores de cabeza y la sensación de irritabilidad, periodo menstrual y del síndrome menstrual. También se emplea en casos de amenorrea.
- **Sedante:** debido a que ejerce un efecto calmante y relajante, la ruda se utiliza para disminuir la sensación de dolor en golpes o heridas. Además, las infusiones de esta planta reducen la **ansiedad** y el **nerviosismo**.

- **Circulatoria:** la ruda puede tener efectos muy positivos para tonificar arterias y normalizar el flujo sanguíneo.

Referencias en la cultura popular

- La ruda ha sido llamada la «hierba de la gracia» en contextos literarios anglosajones. Es una de las flores distribuidas por la loca **Ofelia** en **William Shakespeare** (*Hamlet* (IV.5):

Hay **hinojo** para ti, y **Aquilegia**:

hay ruda para ti; y aquí hay algo para mí:
podemos llamarla hierba de la gracia de los domingos:
o usarás tu ruda con una diferencia...

- En la canción «Her Ghost in the Fog» de la banda de **black metal**, **Cradle of Filth** en su álbum *Midian*.

An inquisitive glance, like the shadows, they cast
On my Love picking rue by the light of the Moon.

- La banda de **metal progresivo** **Symphony X** bautizó una canción como «Absinte and Rue» en su primer álbum, *Symphony X*.

Absinte and Rue
vibrant wings of paranoid
twilight runs through eyes of ignorance...

- Muchas canciones folclóricas tradicionales inglesas usan a la ruda para simbolizar la pena. Con frecuencia es emparejada con el **tomillo**, que simboliza la virginidad, y la ruda la pena.
- La canción *El yerbero moderno* de Néstor Milí Bustillo,² hecha famosa por **Celia Cruz**, dice «...traigo la ruda pa'l qu'estornuda...».
- En la obra *Remedia amoris* (*Remedios de amor*) del poeta latino **Ovidio**, se menciona la ruda como una planta cuyo consumo es aconsejable.
- La ruda es la **Flor Nacional de Lituania**; es la hierba que más frecuentemente se menciona en las canciones folclóricas lituanas, como un atributo de las **doncellas**, pues se asocia con la virginidad y la femineidad.
- La ruda tiene una importancia clave en la novela de fantasía *El paquete parlante* (*The talking parcel*) de **Gerald Durrell**, ya que la mordedura de comadreja que han comido esta planta resulta tóxica para los basiliscos.
- *Chervona ruta* (Червона Рута) *Ruda Roja*: canción, escrita por Volodimir Ivasyuk, popular poeta y compositor **ucraniano**.
- Caña con ruda, **chamamé** que evoca la tradición del **Paraguay** y del litoral argentino de «matar el agosto» tomando un vaso de **caña** con ruda macho el día 1 de agosto para no enfermarse ese mes.
- La ruda en el **Perú** es considerada una hierba de la buena suerte y es usada en ritos de magia por los **chamanes**. Se usa para atraer el dinero y puesta en vasijas con agua en las casas para alejar las malas vibraciones y los malos espíritus.
- La canción "Baño de Ruda" de la agrupación Alcolyrikoz habla de a autenticidad y el sabor de las fiestas en los barrios de Medellín, especialmente en Aranjuez, de donde son originarios