

RAÍZ DE VALERIANA

Nombre Científico : Valeriana officinalis.

Familia : Valerianáceas

Nombre Español : Valeriana.

Nombre Francés : Valeriane.

Nombre Inglés : Valerian root.

Descripción : La valeriana es una planta herbácea, vivaz, de tallo erguido, hueco, liso que alcanza 2m. de altura.

La raíz es un rizoma de 2 a 3 cm. de longitud, amarillento al exterior, blancuzco al interior, provisto de numerosas radículas que miden de 10 a 20 cms.

Las hojas son opuestas y pecioladas, ligeramente vellosas en la cara inferior. Tienen un sabor amargo intenso. Sus flores son pequeñas, de color rosa pálido y el fruto posee una sola semilla.

Partes de la planta usada : Raíz.

Principales componentes : Aceite esencial, ácidos (valeriánico, fórmico, acético, málico, valerianotánico), alcaloides.

Usos : Los principios activos de la valeriana ejercen un efecto tranquilizante sobre el sistema Nervioso Central, de ahí a que es utilizada como sedante en los casos de insomnio debido a agotamiento nervioso y a exceso de trabajo intelectual, en los estados de excitación y de intranquilidad, así como en los trastornos cardíacos nerviosos.

Gracias a sus propiedades antiespasmódicas y carminativas, la valeriana puede emplearse también en los trastornos gastro intestinales de origen nervioso.

El aceite esencial de valeriana se emplea en la elaboración de saborizantes en especial el sabor de manzana; también se emplea para aromatizar el tabaco o la cerveza y también en la industria de perfumería.

Formas de uso : Cataplasma, decocción, compresas, infusiones, jarabe, tintura, ácido, aceite esencial, alcaloide.