

# Hierbaluisa



**1.-NOMBRE CIENTIFICO:** *Cymbopogon citratus*.

**2.-CLASIFICACION BOTANICA:**

-**Familia:** Poaceas / Gramináceas

-**Género:** Cymbopogon.

-**Especie:** citratus.

*TONIFICA LOS TEJIDOS, ALIVIA LOS DOLORES MUSCULARES Y DE CABEZA, AUMENTA LA CIRCULACION SANGUINEA, CANSANCIO Y ESTRÉS, ESTIMULANTE DEL ESTOMAGO, FALTA DE APETITO.*

Tonifica los tejidos, alivia dolores musculares y dolores de cabeza, aumenta la circulación sanguínea, es a su vez usada en problemas de cansancio y estrés.

El principal productor de hierba luisa (lemmon grass oil) es la India, seguido de Guatemala. Otros países productores son China, Sri Lanka, Brasil, Argentina, Haití, Indonesia y Tailandia.

El pH puede estar entre 5 y 7.5.

**3.- DESCRIPCCION BOTÁNICA:** La Hierba Luisa es una gramínea que alcanza hasta 2 m de altura. La planta crece en macollos compactos, formados por muchos tallos cortos que salen de rizomas pequeños. Las hojas tienen entre 30 y 100 cm de largo y 1 a 1.5 cm de ancho, con bordes duros y el nervio central fuerte. La parte utilizables por la industria está constituida por las hojas y los tallos tiernos.






Crece adecuadamente en una gama de suelos, pero, su mayor productividad se da en los suelos fértiles de textura media a ligera (franco a franco arenoso) y con buena capacidad retentiva de agua. En los suelos arenosos se tiene mayor producción de follaje pero menor aceite esencial. No tolera las condiciones de mal drenaje. Desarrolla bien en zonas con temperatura media entre 22 y 28° C. Se encuentra en áreas con precipitaciones pluviales en el rango de 1,500 a 4,000 mm/año con lluvias bien distribuidas.

Hay que identificar las plantas que tengan el mayor contenido de aceite esencial y propagarlas para obtener las semillas necesarias. La siembra se puede efectuar al inicio de la estación de lluvias, con distanciamientos de 60 a 120 cm entre filas y 45 a 90 cm entre plantas, densidad de 20,000 plantas por hectárea.

La primera cosecha se produce entre los 3 y 6 meses después de la siembra, con las siguientes cosechas a intervalo de 3 a 4 meses, hasta finalizar el primer año. En los años subsiguientes, las cosechas se efectúan cada tres meses. La duración del cultivo dependerá del rendimiento del aceite en la paja y de la fertilidad del suelo. En general se estiman 5 años como promedio de explotación antes de resembrar la plantación.

El contenido de aceite en la hierba fresca está alrededor de 0.2 a 0.4 %. En Oxapampa, utilizando cultivares con alto contenido de aceites, se obtienen rendimientos de 80 Kg. de aceite/ha/año.

**4.- OTROS NOMBRES COMUNES:** Hierba luisa, Cañita santa, Caña de limón, Cañuela santa, Cañita de limón, Zacate de limon.

	<b>Inglés:</b> Citronella grass, lemon grass.
	<b>Francés:</b> Citronelle.
	<b>Español:</b> Hierbaluisa.
	<b>Italiano:</b> Verbena, Limoncella.
	<b>Alemán:</b>

**5.-COMPONENTES ACTIVOS:**

Aceite esencial, rico en:

- Citral: antibacterial (75-85%), antihistamínico, fungicida, expectorante, anticancerígeno.
- Linalol: antibacterial, antiinflamatorio, antiespasmódico, hepatoprotector.
- Canfeno: antioxidante, expectorante
- Cineol:
- Terpeneol: antiasmático, antibacterial, antitusivo, expectorante
- Cariofileo: antiinflamatorio, antiasmático, antibacterial, antitumoral
- Limoneno: antibacterial, anticancerígeno, antiespasmódico, expectorante

Furocumarinas

Verbenona

Flavonoides

**6.-PARTES UTILES:** Las hojas y los tallos tiernos.

**7.- DISTRIBUICION:** No existen cultivos comerciales de hierba Luisa en el Perú, sin embargo, se puede producir en toda la selva, como en Uchiza, Aguaytía, Puerto Bermúdez, San Francisco, entre otros. Crece en : Cuzco, Loreto, Pasco, San Martín, Ucayali, Huanuco.

**8.- LIMITES MICROBIOLÓGICOS: (Solo válido para el producto esterilizado).**

**DIGESA – NORMA SANITARIA SOBRE CRITERIOS MICROBIOLÓGICOS DE CALIDAD SANITARIA E INOCUIDAD PARA LOS ALIMENTOS Y BEBIDAS DE CONSUMO HUMANO.**

**Artículo 7°.-** Los métodos de análisis utilizados deberán estar estandarizados según las normas establecidas por la **Comisión del Codex Alimentarius**, o falta de ellas por las establecidas por los organismos internacionales competentes en materia de microbiología de los alimentos.

**Artículo 10 °.-** Los microorganismos indicadores de higiene, son aquellos que no deben estar presentes en el alimento o bebida en límites superiores a los especificados en el cuadro adjunto.

**Artículo 15°.** El exceso de estos microorganismos indica que las condiciones de higiene en el procesamiento de los alimentos o bebidas son deficientes; estos productos deben ser rechazados, debiendo establecerse las medidas sanitarias que el caso amerite y disponerse de acuerdo al artículo 9° según corresponda. Son microorganismos indicadores de higiene:

- a) *Escherichia coli*
- b) *Staphylococcus aureus* coagulasa +
- c) *Bacillus cereus*
- d) *Clostridium perfringens*

**Artículo 15°.-** Los alimentos y bebidas deben cumplir con los siguientes criterios:

17.2 Té y Hierbas para infusiones						
Agentes microbianos	Categoría	Clases	n	c	Limite por g/ml	
					m	M
Aerobios mesofilos	5	3	5	2	10 <sup>4</sup>	10 <sup>5</sup>
Mohos y Levaduras	5	3	5	2	10 <sup>2</sup>	10 <sup>3</sup>
Salmonella en 25g.	10	2	5	0	0	.....
Echerichia coli.	10	2	5	0	0	.....

**9.- USOS:** El producto que se obtiene es el aceite esencial, que puede ser utilizado como aceite o para la obtención del citral. El aceite tiene olor característico parecido al limón, pero esta fragancia herbácea no se encuentra en el limón.

**Acción farmacológica:**

**Carminativo:** Muy útil para expulsar los gases del aparato digestivo, evitando las **flatulencias y la aerofagia**.

(Infusión de una cucharada de hojas secas por taza de agua. Dos tazas al día)

**Estómago:** Para facilitar la **digestión** o en estómagos débiles o nerviosos, ejerce una función tónico estomacal, digestiva y tranquilizante, evitando los **espasmos y la dispepsia** - malas digestiones acompañadas de gases, sensación de vómito y ardor de estómago - El borneol y el limoneno son los responsables de esta última propiedad. (Infusión de una cucharada de hojas secas por taza de agua. Tres tazas al día, después de comer)

**Mal aliento:** Cuando se tiene la tendencia a tener halitosis, o mal aliento resulta muy útil realizar enjuagues con la infusión de una cucharada de hojas y flores secas por taza de agua.

**Aparato respiratorio:** La infusión de una cucharada de hojas y flores secas resulta beneficiosa para las afecciones del aparato respiratorio, especialmente para expulsar las **mucosidades**, por lo que ejerce una función expectorante. De igual manera el mismo preparado resulta adecuado para combatir la **tos**.

**Relajante:** Resulta muy adecuada la infusión de hierba luisa para relajar y tonificar los nervios.

**Otros usos:** Industria alimentaria y de perfumería; para **aromatizar** piensos, como fuente de **citral**, de utilidad en la síntesis de vitamina A, como **forraje** (después de destilado el aceite). Para evitar la erosión en terrenos inclinados.

**Usos generales:** Inhalaciones, vaporizaciones, fricciones y masajes.

**Propiedades:** Tonifica los tejidos, alivia dolores musculares y dolores de cabeza, aumenta la circulación sanguínea, es a su vez usada en problemas de cansancio y estrés.

**Beneficios Aroma terapéuticos:** Levanta el ánimo y refresca. Revitaliza y limpia. Equilibra y calma. Es especialmente recomendada para pieles grasas ya que abre los poros y luego purifica y limpia profundamente.

**Sinergias:** Aceites esenciales de **citronela**, **vetiver**, y **palmarosa** combinan muy bien con el aceite esencial de hierba limón.

**10.- PREPARACION Y DOSIS:**

**INFUSION:** Verter 10-20 g de hojas frescas y desmenuzadas en un litro de agua hirviendo. Reposar por 10-15 minutos. Para consumo interno filtrar utilizando un paño o lienzo fino.

**Por vía oral** tomar 500-700 ml al día en 2-3 dosis.

**Tópicamente** aplicar la infusión directamente sobre la zona afectada 2-3 veces al día.



**11.- CUIDADOS Y PRECAUCIONES:** No se han descrito según las dosis indicadas.

Uso ordinario.

**La sílice** presente en las hojas puede causar úlceras.

Usar con cuidado y evítelo durante el embarazo.

**REACCIONES ADVERSAS:**

-No se han descrito reacciones adversas a las dosis terapéuticas recomendadas.

-Sin embargo, se han recogido en la base de datos FEDRA (Fármaco vigilancia española, Datos de Reacciones Adversas) del Sistema Español de Fármaco vigilancia datos sobre posibles reacciones adversas: Hepáticas. Cirrosis hepática.