

Damiana (*Turnera diffusa*)

- ✦ **Nombre científico:** *Turnera diffusa*
- ✦ **Familia:** Passifloraceae (anteriormente Turneraceae)
- ✦ **Otros nombres comunes:** Damiana de California, oreganillo, hierba del venado, Mexican damiana (inglés)



Beneficios de la Damiana

-  **1. Afrodisíaco natural y tónico sexual**
 - Estimula el deseo sexual tanto en hombres como en mujeres.
 - Tradicionalmente usada en casos de fatiga sexual o impotencia leve.
-  **2. Estimulante del sistema nervioso**
 - Combate la fatiga física y mental, y mejora el estado de ánimo.
 - Útil en estrés, ansiedad leve, depresión leve y agotamiento nervioso.
-  **3. Regulador hormonal femenino**
 - Ayuda a equilibrar el ciclo menstrual y aliviar síntomas del síndrome premenstrual (SPM).
 - Puede aliviar algunos síntomas de la menopausia, como sofocos o cambios de humor.
-  **4. Digestiva y carminativa**
 - Mejora la digestión, alivia gases y cólicos.
 - Estimula el apetito y la función gástrica.
-  **5. Diurética suave y depurativa**
 - Promueve la eliminación de líquidos.
 - Útil en infecciones urinarias leves y limpieza del sistema renal.

Contraindicaciones y Precauciones

-  **Evitar en estos casos:**
 - **Embarazo y lactancia:** puede tener efectos uterotónicos.
 - **Niños menores de 12 años.**
 - **Personas con trastornos psiquiátricos o bipolares:** puede ser estimulante del ánimo.
 - **No combinar con medicamentos ansiolíticos o antidepresivos** sin supervisión médica.



Composición Química de la Damiana



1. Flavonoides (apigenina, luteolina, arbutina)

- Antioxidantes, relajantes, y reguladores hormonales.



2. Aceites esenciales (1,8-cineol, pineno, timol)

- Aromáticos, antibacterianos y estimulantes del sistema nervioso.



3. Alcaloides (damianina)

- Estimulantes del sistema nervioso central, afrodisíacos.



4. Taninos

- Astringentes, protectores digestivos y diuréticos suaves.



5. Goma, resinas y azúcares naturales

- Contribuyen a su efecto calmante y suavizante digestivo.
-



Efectos de sus Componentes

- **Afrodisíaco natural** → Aumenta la libido, la sensibilidad y el deseo sexual.
 - **Estimulante nervioso suave** → Combate el cansancio y mejora el ánimo.
 - **Regulador hormonal femenino** → Alivia SPM, dismenorrea y síntomas menopáusicos.
 - **Digestivo y carminativo** → Mejora la digestión y alivia gases.
 - **Diurético y depurativo** → Apoya la eliminación de toxinas y líquidos retenidos.
-

Damiana (*Turnera diffusa* Willd. ex Schult.)

- ✦ **Nombre científico:** *Turnera diffusa* Willd. ex Schult. [Wikipedia](#)
 - ✦ **Familia:** Turneráceas (Turneraceae).
 - ✦ **Otros nombres comunes:** damiana, hierba de la pastora, oreganillo, hierba del venado, hierba de los enamorados, té de México, “damiana de California”.
 - ✦ **Parte utilizada:** hojas y sumidades floridas secas. En algunos casos se usan tallos finos y flores para infusión o tintura.
 - ✦ **Uso tradicional:** infusión o tintura por vía oral; en menor grado extractos secos en cápsulas y tónicos afrodisíacos.
-

Usos medicinales tradicionales y modernos

Tradicionales

Originaria de México y zonas áridas del sur de EE. UU. y Centroamérica, la damiana ha sido utilizada desde tiempos prehispánicos como:

- **Tónico nervioso y del sistema reproductor:** mejora la energía, el ánimo y la libido.
- **Afrodisíaco natural:** favorece deseo sexual y vitalidad tanto en hombres como mujeres.
- **Regulador del sistema nervioso:** calma ansiedad leve, depresión leve, melancolía, estrés y agotamiento mental.
- **Digestiva y estomacal:** se usa como carminativo, para cólicos digestivos o pesadez.
- **Diurética y depurativa:** tradicionalmente en retención de líquidos o infecciones urinarias leves.
- **En mujeres:** coadyuvante en dismenorrea (dolor menstrual), síndrome premenstrual (SPM) y menopausia (por su acción equilibrante sobre el sistema hormonal y el estado de ánimo).

Usos modernos validados

- **Estimulante del sistema nervioso central leve:** combate fatiga mental, bajo estado anímico y apatía.
 - **Afrodisíaco masculino y femenino:** aumenta flujo sanguíneo pélvico, mejora la respuesta sexual y la sensación de placer (estudios farmacológicos y clínicos confirman acción prolibidinal moderada).
 - **Antidepresivo leve:** favorece la liberación de dopamina y serotonina (mecanismo comprobado en modelos animales).
 - **Ansiolítico y adaptógeno:** útil en estrés y agotamiento emocional.
 - **En salud femenina:** se ha utilizado para equilibrar alteraciones hormonales leves y aliviar síntomas de la menopausia y la menstruación.
 - **En salud digestiva:** alivia dispepsia, flatulencia y espasmos intestinales.
-

Composición química y principios activos

El perfil fitoquímico de *Turnera diffusa* explica gran parte de sus efectos estimulantes, hormonales y nervinos.

Principales grupos de compuestos:

- **Flavonoides:** apigenina, acacetina, luteolina, arbutina, turnerina → acción antioxidante, ansiolítica y vasodilatadora.
- **Terpenoides:** pineno, cineol, timol, alcanfor → efecto estimulante y tónico.
- **Gonzalitosina, damianina (principio amargo característico)** → estimulante nervioso, digestivo y afrodisíaco.
- **Arbutina:** diurética y antiséptica urinaria (también presente en gayuba).
- **Cianogénicos y glicosídicos fenólicos:** leves, sin toxicidad significativa.
- **Ácidos grasos y compuestos aromáticos:** damianol, taninos, resinas, y trazas de cafeína natural.
- **Aceite esencial (0.2–0.9%):** rico en cineol, p-cimeno, α -pineno, y β -cariofileno → contribuye al aroma y efecto estimulante.

Tabla 1. Principios activos y efectos terapéuticos

Principio / Grupo	Localización / tipo	Efectos principales
Damianina (amargo tónico)	Extracto etanólico de hojas	Estimulante del sistema nervioso, mejora la energía, la atención y el ánimo.
Flavonoides (apigenina, luteolina, acacetina)	Parte aérea	Antioxidantes, ansiolíticos, reguladores hormonales; potencian sensación de bienestar.
Arbutina	Hojas	Antiséptico urinario y diurético suave.
Aceite esencial (cineol, pineno, cariofileno)	Hojas y sumidades	Estimulante respiratorio y circulatorio; favorece irrigación pélvica (efecto afrodisíaco).
Taninos / resinas	Parte aérea	Digestivos, astringentes suaves, tónico estomacal.
Ácido damianólico (triterpeno)	Extractos metanólicos	Antidepresivo y adaptógeno leve; contribuye a equilibrio neuroendocrino.

Evidencia científica moderna

- **Actividad afrodisíaca:** Estudios en modelos animales muestran que extractos de *Turnera diffusa* mejoran la conducta sexual, acortan el periodo refractario y elevan los niveles de testosterona y óxido nítrico (NO), aumentando la vasodilatación genital.
- **Antidepresiva y ansiolítica:** varios estudios en roedores evidencian incremento de serotonina y dopamina, efecto comparable a diazepam en ansiedad leve sin sedación.
- **Actividad antioxidante y adaptógena:** sus flavonoides y compuestos fenólicos reducen el estrés oxidativo neuronal y la fatiga.
- **Efecto estrogénico y regulador hormonal:** extractos metanólicos mostraron afinidad por receptores estrogénicos β , lo que explicaría parte del beneficio en síntomas de menopausia y SPM.
- **Efecto digestivo:** se confirmó acción antiespasmódica sobre músculo intestinal, validando su uso como carminativo.
- **Efecto antimicrobiano:** extractos hidroalcohólicos inhiben bacterias intestinales y uropatógenas leves (*E. coli*, *Staphylococcus aureus*).

En general, los estudios avalan su uso como **planta tónica, ansiolítica y afrodisíaca**, con acción neuroprotectora y sin toxicidad relevante a dosis tradicionales.

Precauciones, toxicidad y contraindicaciones

- **Seguridad general:** planta bien tolerada a dosis herbolarias. No se conocen efectos tóxicos graves.
 - **Contraindicaciones:**
 - Embarazo y lactancia → puede estimular el útero, **evitar su uso**.
 - Personas con insomnio severo o hipertensión: la damiana es ligeramente **estimulante**; evitar tomas nocturnas o muy concentradas.
 - No combinar con estimulantes (cafeína, ginseng, guaraná) en exceso.
 - Evitar uso prolongado continuo (>3 semanas sin descanso).
 - **Efectos adversos raros:** insomnio leve, taquicardia leve, irritación gástrica en dosis muy altas.
 - **Interacciones:** puede potenciar efectos de antidepresivos serotoninérgicos o inhibidores de la MAO (evitar combinación sin supervisión).
 - **Tópico:** el aceite esencial concentrado puede irritar piel sensible; usar siempre diluido (<2%).
-

Formas de consumo y preparación seguras

Tabla 2. Preparaciones medicinales de Damiana

Forma / Preparado	Fórmula / concentración	Dosis / frecuencia	Indicaciones principales
Infusión (té)	1–2 g (1 cdita) de hojas secas por 200 mL de agua; reposar 10–15 min.	1 taza 1–3 veces al día (última antes de las 6 pm).	Fatiga, ansiedad leve, dispepsia, bajo ánimo, falta de libido.
Tintura (1:5 en alcohol 45–60%)	Macerar 1 parte de hojas secas en 5 partes de alcohol 45° por 15 días.	15–30 gotas en agua, 2–3×/día.	Tónico nervioso, afrodisíaco, equilibrante hormonal.
Extracto fluido (1:1)	Uso farmacéutico estandarizado.	2–4 mL/día, dividido en 2 tomas.	Estrés, depresión leve, menopausia.
Cápsulas (extracto seco 4:1)	250–500 mg por cápsula.	1 cápsula 2×/día.	Fatiga, deseo sexual bajo.
Baños de asiento / compresas	20 g en 1 L de agua caliente.	Aplicar tibio localmente.	Dismenorrea, tensión pélvica, relajación nerviosa.

💡 **Consejo:** el efecto afrodisíaco y equilibrante se percibe mejor con uso continuo de 1–2 semanas. No superar 10 g diarios de hoja seca ni 3 mL diarios de tintura concentrada.

Identificación botánica, hábitat y especies similares



Descripción botánica:

Arbusto pequeño aromático de 30–60 cm de alto, de tallos finos y ramificados.

Hojas pequeñas, oblongas o espatuladas, de borde ligeramente dentado y con vellosidades finas que le dan un tono grisáceo.

Flores pequeñas, amarillas, con cinco pétalos, muy fragantes, dispuestas en las axilas de las hojas.

Fruto seco en cápsula con semillas diminutas.

Hábitat y distribución:

Crece silvestre en zonas **áridas y semiáridas** de México (Baja California, Sonora, Chihuahua, Sinaloa, Durango, San Luis Potosí, etc.), así como en el sur de EE. UU. y Centroamérica.

Prefiere suelos pedregosos y bien drenados, con exposición solar plena.

Resistente a sequía.

Especies relacionadas:

- *Turnera ulmifolia*: ornamental, flores amarillas más grandes, **no se usa medicinalmente igual**.
 - *Turnera diffusa* var. *aphrodisiaca*: variedades silvestres con mayor contenido de aceites esenciales y damianina (preferidas para tinturas).
-

Síntesis terapéutica

Acción principal	Sistema	Resumen terapéutico
Tónico nervioso y afrodisíaco	Nervioso y reproductor	Mejora ánimo, energía, libido; actúa sobre dopamina y óxido nítrico.
Antidepresivo y ansiolítico leve	Nervioso central	Equilibra estados emocionales; útil en estrés crónico y fatiga.
Carminativo y digestivo	Digestivo	Reduce gases, favorece digestión y apetito.
Diurético y antiséptico urinario	Urinario	Favorece eliminación de líquidos y limpia vías urinarias.
Regulador hormonal femenino	Endocrino / reproductor	Atenúa síntomas de SPM y menopausia; sin acción estrogénica agresiva.



Notas prácticas para tu cuaderno

- La damiana es ideal en **fórmulas nervinas-afrodisíacas** junto con pasiflora, ginseng, maca, cacao o muira puama.
- En salud femenina, puede combinarse con **salvia, albahaca morada, o maca** para equilibrar hormonas y estado de ánimo.
- En el hombre, se combina con **tribulus, ginseng o jengibre** para energía y vitalidad.
- Su aroma seco y amargo la vuelve ideal en tinturas y microdosis.

Turnera diffusa sin. *T. diffusa* var. *aphrodisiaca* (Turneráceas)

DAMIANA

Es un afrodisíaco tradicional de los mayas de América Central. Sigue siendo valorado como afrodisíaco y tónico general, y su acción estimulante y tónica hace también que sea un remedio valioso para quienes padecen depresión leve. Su sabor es fuertemente aromático y ligeramente amargo. Las hojas se usan para saborizar licores y en México se toma como sustituto del té.



La *damiana* es una planta tónica excelente para la debilidad física y el agotamiento nervioso.

HÁBITAT Y CULTIVO

Es autóctona del Golfo de México, sur de California, norte de las islas del Caribe y Namibia. También se cultiva en estas zonas. Crece de semillas en primavera y prefiere climas húmedos y cálidos. La recolección de las hojas se efectúa en verano, con la planta en flor.

ESPECIES RELACIONADAS

T. apajina y *T. ulmifolia* se usan en Brasil y Centroamérica, respectivamente, como tónico.

COMPONENTES PRINCIPALES

- Arbutina (hasta un 7%)
- Aceite volátil (alrededor del 0,3%), δ -cadineno (10%), timol (4%)
- Glucósido cianogénico (tetrafilina)
- Resina
- Goma

EFFECTOS PRINCIPALES

- Tónico
- Estimulante
- Aperiente y diurético
- Antidepresivo

- Testosterogénico
- Considerado afrodisíaco

INVESTIGACIÓN

■ **Estudio inconcluso** No se ha iniciado ningún estudio a fondo. Los pocos estudios que ha habido no han alcanzado conclusiones, pero en palabras de la *Potter's New Cyclopedia of Botanical Drugs and Preparations* (1988), «la actividad afrodisíaca aún no ha sido probada experimentalmente, sin embargo, se trata de algo muy difícil de hacer».

USOS TRADICIONALES Y ACTUALES

- **Tónico** *T. diffusa* es tónica y restauradora del sistema nervioso, y siempre se la ha considerado afrodisíaca. Su acción tónica se debe en parte al timol, que es antiséptico y tónico.
- **Antidepresivo** Técnicamente, *T. diffusa* es timoléptica (posee una acción estimulante y de mejora de vida sobre el cuerpo y la mente). Se da a quienes padecen depresión de leve a moderada y agotamiento nervioso. Por sus propiedades estimulantes y restauradoras, es útil cuando se dan a la vez la ansiedad y la depresión, como suele suceder tras un estrés prolongado.
- **Restaurador sexual** Debido a su cualidad testosterogénica, siempre ha sido considerada hierba para el hombre, útil para tratar la eyaculación precoz y la impotencia. No obstante, es buena también para la mujer, y se considera restauradora de los órganos reproductores de ambos sexos.

PARTES UTILIZADAS

Las hojas se recolectan en verano. Con ellas se prepara una tisana de sabor agradable y se elaboran gran variedad de preparados medicinales.



Hojas secas



Hojas frescas

PRINCIPALES PREPARADOS Y SUS APLICACIONES



Las pastillas suelen llevar también otras hierbas. Tomar como tónico relajante.



La tintura (preparación, p. 291) es tónica, nervina y antidepresiva. Para la depresión leve, tomar 30 gotas con agua cuatro veces al día.



La infusión (preparación, p. 290) es tónica y sirve para infusiones urinarias. Beber una taza diaria como tónico general.

- **Ginecología** Suele darse para el dolor y el retraso del periodo, y se emplea en especial para las cefaleas asociadas a la menstruación.
- **Antiséptico urinario** Al ser diurético y antiséptico urinario, *T. diffusa* sirve para tratar infecciones urinarias como la cistitis y la uretritis. Esta acción se debe en parte a la arbutina que en los conductos de la orina se convierte en

hidroquinona, un potente antiséptico urinario. Este componente se halla también en muchas otras plantas, especialmente en la gayuba (*Antistaphylos uva-ursi*, p. 168).

■ **Laxante** Es un laxante suave, útil para el estreñimiento debido a deficiencia del tono muscular del intestino.

AUTOMEDICACIÓN

- **Ansiedad, depresión y tensión**, p. 308.

Nace en la provincia de Michoacán y el Ocopetlacoyan, cerca de lugares húmedos y agosos, donde estuvo a pique de perder la vida el Dr. Francisco Hernández por haber atrevidamente gustado esta leche".

Se ve esta planta en los alrededores de Pátzcuaro, Mich.

Este chupire se ha confundido con otro que también menciona Hernández en la misma obra citada, pág. 120, y que no ha sido identificado.

Ximénez también lo menciona en la pág. 63. Se tratará de esta planta más adelante.

Referencias: Hernández. *Rerum Medicarum Novae Hispaniae Thesaurus*, página 67. Roma, 1651.

P. C. Standley. *Trees and Shrubs of Mexico*, 3a. parte. 1923.

DAMIANA

Otros nombres vulgares: Pastorcita, Hierba de la Pastora (Querétaro), Hierba del venado (San Luis Potosí, Tamaulipas); Miixkok, Misibkok, Xmisibkook (Misib-escoba, Kok-catarro asmático), en Yucatán).

Nombre botánico: *Turnera diffusa* Willd. Familia de las Turneráceas.

Lugares donde vegeta: Se encuentra en la Baja California, San Luis Potosí, Coahuila, Chihuahua, Sinaloa, Nayarit, Tamaulipas, Querétaro, Zacatecas, Guerrero, etc., particularmente en terrenos áridos.



DAMIANA.
Turnera diffusa.

Caracteres: El tamaño de la planta varía de 30 cms. a 2 metros. El tallo es ramoso, con hojas alternas, cortamente pecioladas, olorosas, estipuladas, casi ovadas, con la base angosta y el borde toscamente aserrado o almenado, con la superficie inferior cubierta de fino vello más o menos denso. Miden de 1 a 2 cms. de largo. Las estipulas son lineares y cerdosas, provistas a veces de

glandulitas accesorias; las flores se producen en las axilas de las hojas con pedúnculos muy cortos o nulos; miden de 8 a 12 mm. de largo y constan de un cáliz tubular, tomentoso; corola de cinco pétalos, de color amarillento. Estambres cinco, adheridos a la parte superior del

cáliz; ovario elíptico o arredondado, peloso, con cinco estilos libres, ramificado en su porción superior. Fruto dehiscente con varias semillas, ovado-oblongas, de superficie reticulada, algo encorvadas. Florece de julio a noviembre. El centro comercial de esta planta es La Paz. Baja California.

Se conocen en México varias especies de *Turnera*, pero una de las más apreciadas es la *Turnera diffusa* var. *aphrodisiaca*.

Hay que advertir que con el nombre de "Damiana" se conocen plantas que difieren mucho desde el punto de vista botánico y, por supuesto, de sus propiedades. Así, el vulgo llama también Damiana a la *Bigelowia veneta* A. Gray y a la *Chrysactinia mexicana* A. Gray.

Partes usadas: Las hojas. Son olorosas, habiéndose comparado su olor al del limón mezclado con el de la manzanilla, sobre todo cuando están frescas.

Composición química: Según la Farmacopea Mexicana, contienen:

Agua	9.06
Cenizas	8.37
Clorofila, resina blanda y aceite esencial	8.06
Resina dura morena	6.39
Azúcar, materia colorante y extractiva	6.42
Tanino	3.46
Substancias solubles en los ácidos y en los álcalis ..	10.02
Goma	13.50
Fécula	6.15
Substancia amarga	7.08
Principios albuminoides	74.88
Celulosa	5.03
Pérdida	1.58
Total	100.00

Se tiene como probable que el aceite esencial constituye la parte activa.

Acción fisiológica: Se conoce de un modo parcial, pero se han observado multitud de casos que permiten establecer como conclusión segura

que la Damiana produce diuresis abundante y aumento del poder sexual, creyéndose que obra sobre la medula espinal. Algunos médicos "utilizan su acción principalmente sobre el cerebro, al que tonifica, obrando como la estrienina, y de ahí su acción tónica también general, lo que tiene por consecuencia la excitación de las funciones genitales", y todos están de acuerdo en que la planta tiene "una influencia favorable sobre los accidentes que dependen de una atonía del sistema nervioso". La Farmacopea Mexicana (1925) se pronuncia escéptica en lo que se refiere a las propiedades afrodisíacas de la Damiana, atribuyéndolas a la estrienina y al fósforo con que se asocia.

No se duda de la acción enérgica de las sustancias contenidas en la Damiana, puesto que en ciertas condiciones se ha obtenido un efecto tónico: el Dr. H. W. Bentley refiere el caso de un individuo alcohólico que ingirió ocho onzas de extracto flúido de damiana, y que en menos de media hora fué atacado de convulsiones tetaniformes, aumentando los paroxismos hasta llegar a producir un estado semejante al de la rabia y con síntomas parecidos a los que se producen con el envenenamiento por la estrienina.

Usos: Los indios, especialmente los del norte, empleaban la damiana desde tiempo inmemorial contra la debilidad muscular y nerviosa, masticando, al efecto, las hojas, y tomándolas a manera de té. También la recomendaban como afrodisíaco. Algunos misioneros del siglo XVI, por ejemplo Jesús María de Salvatierra, en su crónica de 1699, publicaron noticias sobre la mencionada planta. En los Estados Unidos, desde 1874 a la fecha, es considerada como excelente tónico y como afrodisíaco de justa fama, y es objeto de comercio, pues varios médicos la han ensayado con buenos resultados.

Se usa en todos los padecimientos originados por la debilidad nerviosa, en las inflamaciones catarrales de la vejiga y, sobre todo, en los estados funcionales alterados de los órganos sexuales, especialmente en casos de impotencia producida por excesos. Se ha usado también con éxito en los casos de irritabilidad de la vejiga y de espermatorreya; "en la orquitis con tendencia a la atrofia del testículo, se ha logrado impedir ésta, restableciendo la función". Se ha recomendado, por último, en casos de impotencia, nefritis y diabetes.

Numerosos testimonios médicos autorizados se han publicado, muy favorables a esa planta, según puede verse en el *Keystone Medical Journal*. Jun. 1884, en el *Medical Age*. 1885 y en la *Therapeutical Gazette*, March 1880 y 1881.

9.06

8.37

8.06

6.39

6.42

3.46

10.02

13.50

6.15

7.08

74.88

5.03

1.58

100.00

la parte ac-

han obser-

segura

También se dice haber obtenido excelentes resultados con la infusión en casos de amaurosis ocasionada por el abuso del tabaco.

Modo de administración y dosis: La Farmacopea Mexicana recomienda el extracto acuoso y la infusión en dosis de 2 a 4 gramos de extracto flúido o de 20 a 60 centigramos de extracto seco. La infusión se prepara con una cucharadita de hojas para una taza de agua. Se toma en ayunas. Se toman 50 gotas diarias en vino o agua azucarada. La fórmula de la tintura es: hojas, 20 grms.; alcohol a 90°, 100 gramos.

En los Estados Unidos se usan diversos preparados; por ejemplo, glicerolado de damiana, fósforo y nuez vómica, representando cada onza tres decigramos de damiana, 6.23 centigramos de fósforo y 4 centigramos de nuez vómica; elixir de damiana, fierro y fósforo, representando cada onza 3 decigramos de pirofosfato de fierro y 20.5 centigramos de fósforo.

Píldoras de damiana: fósforo y nuez vómica (fósforo 5.5 centigramos, de nuez vómica, 9 centigramos, y damiana 10 centigramos); elixir de damiana, pepsina, fósforo y nuez vómica, cada onza representando 4 decigramos de pepsina azucarada, 3 decigramos de damiana, 20.5 centigramos de fósforo y 40 centigramos de nuez vómica.

El Dr. O. Cuevas Gómez dice que sirve esta planta "para barrer las mucosidades de los bronquios y aun de los pulmones, con lo que se calman los ataques espasmódicos".

Referencias: Pharmacology of the Newer Material Medica. Damiana. Turnera diffusa Wild, var. aphrodisiaca. Urban. Pág. 570.

Dr. José Ramírez. La Damiana. (Turnera diffusa aphrodisiaca). Anales del Instituto Médico Nacional. Tomo V, pág. 238. Oficina Tipográfica de la Secretaría de Fomento. México, 1903.

Dr. José Ramírez. La Damiana. Estudios de Historia Natural, pág. 174. Imprenta de la Secretaría de Fomento. México, 1904.

Luis E. Ruiz. Damiana. Anales del Instituto Médico Nacional. Tomo VIII. pág. 87. Imprenta y Fototipia de la Secretaría de Fomento. México, 1906.

Dr. Vergara Lope. Damiana. Anales del Instituto Médico Nacional. Tomo VIII. pág. 238. Imprenta y Fototipia de la Secretaría de Fomento. México, 1906.

Nueva Farmacopea Mexicana. Damiana de California. 3a. edición, pág. 67. México, 1896.

Margarita Alcántara. Estudio de las damianas del país. Tesis. Facultad de Ciencias e Industrias químicas. México, 1923.

Maximino Martínez. Plantas Útiles de la Flora Mexicana. México, 1959.

hojas lanceoladas más o menos curvas, glandulosas, con marcado olor.

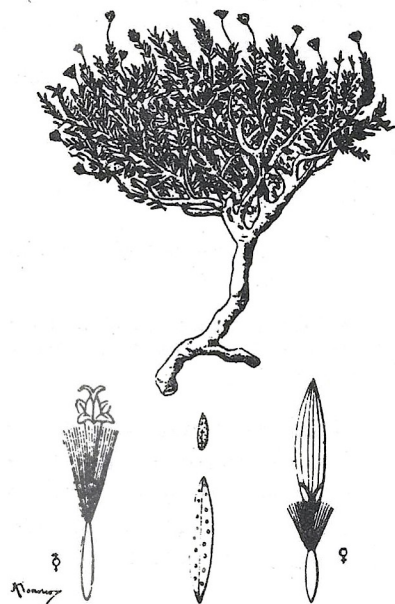
Composición química: Las hojas contienen de 3 a 6 por ciento de esencia.

Usos vulgares: Contra laringitis y bronquitis usan inhalaciones que se preparan con las hojas puestas en agua hirviendo en una vasija de boca angosta para recoger los vapores y aspirarlos. También se usa el cocimiento tomado caliente contra los resfríos y la gripa.

Usos terapéuticos: Los mismos que le da el vulgo, pero usando el eucaliptol, sea inhalado o en inyecciones.

Contra los catarros recomiendan un cocimiento preparado con una hoja de eucalipto, diez centímetros de raíz de regaliz machacada (orozuz); diez gramos de grama; agua, medio litro. Se hierve dos minutos, se filtra y se bebe una taza caliente tres veces al día.

El doctor Wilfrido Boué refiere el caso de una mujer diabética que tomó infusiones diarias de hojas de eucalipto, habiendo desaparecido completamente el azúcar en un período de ocho días.



FALSA DAMIANA.
Chrysactinia mexicana.

Referencias: Farmacopea Mexicana.
Dr. Wilfrido Boué. El Médico del Hogar. Barcelona, 1922.
Maximino Martínez. Plantas Útiles de la Flora Mexicana. México, 1939.

FALSA DAMIANA

Otro nombre vulgar: Damiana.

Nombre botánico: *Chrysactinia mexicana* A. Gray. Familia de las Compuestas.

Lugares donde vegeta: Chihuahua, Coahuila, San Luis Potosí, Valle de México, etc.

Caracteres: Planta de unos 25 cm. o algo más de altura, semileñosa; con ramas numerosas y apreta-

das; hojas alternas, mucronadas, casi lineares, de unos 8 mm. de largo; con dos hileras de glándulas negruzcas. Flores en capítulos amarillos. Florece de abril a octubre.

Partes usadas: Las ramitas con hojas. Exhalan, especialmente al frotarse, un olor "dulce" y agradable.

Composición química: En el Instituto Médico Nacional se analizó esta planta, habiéndose encontrado que contiene grasa sólida fusible a 38°, aceite esencial, resina ácida soluble en rigolina, resina ácida no soluble en rigolina, materia colorante amarilla, tanino de función glucosídica; otro ácido orgánico; materias pécticas; glucosa en muy pequeña cantidad, sales minerales, clorofila, celulosa y leñosa. Se cree que la sustancia más importante es el aceite esencial.

Fisiología: No es tóxica para los perros suministrada en extracto por la vía gástrica a la dosis de 6 gramos.

Terapéutica: En el Instituto Nacional se suministró a varios enfermos anémicos o convalecientes el cocimiento de la planta al 15 por ciento, en dosis de 300 a 500 gramos, o bien, la tintura en dosis fraccionadas de 50 grms. diarios durante varios días y aun semanas, sin observarse los efectos tónicos que el vulgo le atribuye.

La Materia Médica concluye así: "El número de observaciones es insuficiente para decidir si la falsa damiana posee o no propiedades tónicas. Hasta ahora en los casos referidos se ha manifestado inerte; pero comprendemos que es indispensable continuar el estudio terapéutico de esta planta, aumentando las dosis, variando la forma farmacéutica, sosteniendo la medicación por un tiempo mucho más largo y prescribiéndola a un gran número de enfermos".

Referencias: Datos para la Materia Médica Mexicana. 4a. Parte. Pág. 37. México, 1907.

FLOR DE NOCHEBUENA

Otros nombres vulgares: Catalina (Dgo.), Flor de Pascua (Mich., Gro., Ver., Hgo.), Flor de Santa Catarina (Oax). Cuitlaxóchitl, (en la lengua azteca: flor resplandeciente), Aijoyó (lengua zoque, Ohs.).