

ORÉGANO

Lippia graveolens Kunth.



Usos tradicionales:

Catarro, bronquitis, flemas, mejorar la digestión, cólicos estomacales, diarrea, flatulencia, garraspera, asma, laringitis, amigdalitis, diabetes, problemas menstruales, heridas, granos.

Parte comercializada:

Hojas, ramas con hojas y flores.

Preparación:

Cocimiento suave.

Modo de uso:

Oral, cutáneo.

Dosificación:

Hervir durante 2 a 4 minutos, de 10 a 15 gramos de la planta en tres litros de agua, colar y beber 4 veces al día, durante un período de 15 a 20 días.

Toxicidad:

No tóxica.

**Componentes
químicos**

En el aceite esencial de *Origanum vulgare* se han identificado los monoterpenos borneol, canfeno, carnacrol, cineol, para-cimeno, mirceno, α - y β -pineno, terpinenol, α -terpineno, α -terpineol, α -tuyeno y timol; los sesquiterpenos β -cariofileno y humuleno; y el componente fenólico eugenol. En las ramas y en la raíz se han identificado los flavonoides naringenín y pinocembrín; y el compuesto heterocíclico de oxígeno, papachenole.

**Evaluación
farmacológica**

El extracto fluido de *Origanum vulgare* tiene acción en afecciones espasmódicas del árbol respiratorio, traqueítis, rinitis, bronquitis y tos espasmódica. El aceite esencial tiene actividad antibacteriana, antimicótica y antiviral. Extractos de partes aéreas de la planta demostraron, in vitro, actividad inhibitoria contra *Helicobacter pylori*. El aceite esencial es diurético y sus principios amargos son eupépticos, sus ácidos fenólicos tienen actividad colerética. Los ácidos fenólicos tienen actividad antioxidante, debido a la presencia de tocoferoles.

Se reporta que el aceite esencial de *Lippia graveolens* tiene fuerte acción antioxidante y efecto significativo contra *Giardia lamblia* y contra bacterias Gram positivas y Gram negativas, entre ellas *Escherichia coli*, *Pseudomonas aeruginosa* y *Staphylococcus aureus*.