

# Valeriana

*Valeriana officinalis* L.  
VALERIANACEAE



## CARACTERÍSTICAS

Planta **herbácea** de tallo erguido, hueco, liso que alcanza 1,5m de altura.

Las **hojas** son compuestas, opuestas y pecioladas, ligeramente vellosas en la cara abaxial. Enteras o profundamente pinnatisectas, a veces dispuestas en forma de rosetas.



Las **flores** son pequeñas, sésiles, con cáliz transformado en vilano de color rosa pálido. Las **raíces**, blanquecinas o amarillentas en su interior, de hasta 10 cm de longitud y 2 mm de diámetro, cilíndricas, a veces envuelven casi completamente al rizoma o están separadas de él. **Rizoma** color gris amarillento a gris pardusco, de 2 a 4 cm de longitud y 1 a 2,5 cm de ancho.

## SUELO Y RECOLECCIÓN

Es una especie que no se lleva bien con la sequía. Prefiere **suelos frescos y húmedos**.



• En **otoño**, es el momento de desenterrar parte del rizoma y raíz para su **desechado**.

El material cosechado debe ser **secado de forma natural** sobre catres a la sombra, o en forma mecánica, en secaderos a aire caliente por ventilación. La temperatura no debe superar los 35°C. porque a **mayor temp. se provocará la desnaturalización de los componentes activos de la droga**. El olor, una vez seca, puede ser desagradable.

# Valeriana

## ACCIONES FARMACOLÓGICAS

Se utilizan rizomas, raíces y estolones, que constituyen la droga.

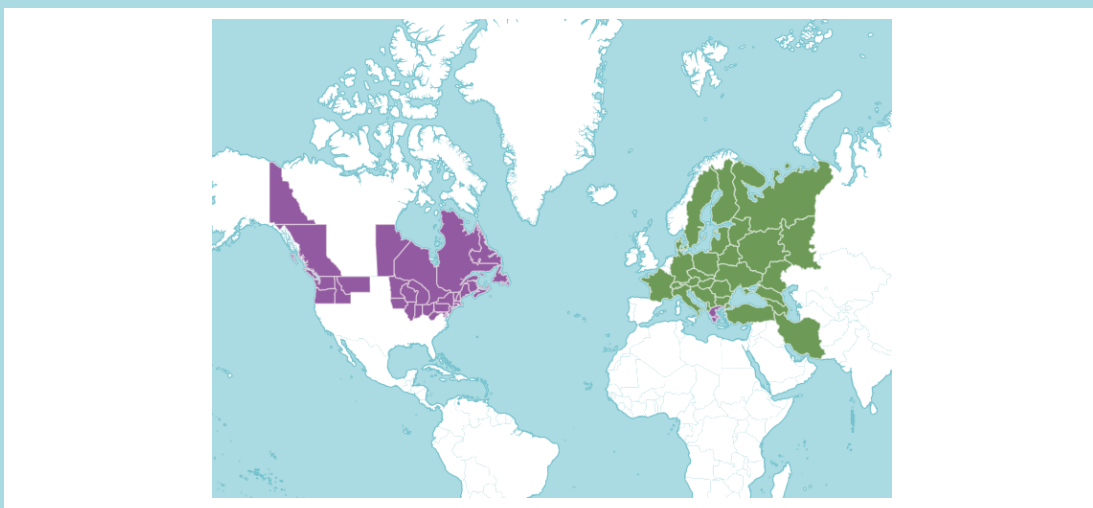
Sus usos están relacionados especialmente en casos de ansiedad y trastornos del sueño, ya que la raíz presenta actividad sedante e hipnótica.



## DISTRIBUCIÓN GEOGRÁFICA

**NATIVA**

**INTRODUCIDA**



POWO.SCIENCE.KEW.ORG



Universidad  
Nacional  
de Rosario



facultad de  
ciencias  
**bioquímicas y  
farmacéuticas**



Municipalidad  
de Rosario