

RUDA

Ruta graveolens | RUDA



Planta introducida al Ecuador, originaria de Asia y del sur de Europa. Crece desde los 800 a 3.200 m.s.n.m.

Cultivo y recolección: Es sembrada en huertas y jardines con fines medicinales, ornamentales y también como control de plagas.



Propiedades: Antiséptica, hemostática, digestiva, vermífuga y antiinflamatoria.

Contraindicaciones: Es importante tener extremo cuidado con la dosificación de la ruda ya que puede provocar intoxicaciones, convulsiones y envenenamiento. No se recomienda su consumo durante el embarazo debido a sus propiedades abortivas.



Flores de tonalidades amarillas y verdes, sus frutos son cápsulas que contienen semillas de color negro.

Tiene raíz y tallos leñosos, hojas verdes y alternadas.

Partes utilizables: Ramas, hojas y flores.

USOS

MEDICINALES:

La infusión de sus hojas y flores es utilizada para regular ciclos menstruales y controlar flujos abundantes. Sirve para aliviar cólicos estomacales y para la eliminación de parásitos, igualmente en infusión. Para curar dolores de cabeza y malestares ocasionados por vértigo se recomienda masticar una o dos hojas. Existe la creencia de que para curar y prevenir el alcoholismo se debe tomar una infusión de ruda junto con retama, cilantro, canela, ortiga negra y tabaco. Los ungüentos realizados con sus hojas y flores son utilizados para aliviar dolores causados por reumatismos y artrosis. Debido a sus propiedades abortivas, la ruda ha sido utilizada durante siglos por las mujeres para evitar embarazos no deseados.

CULTURALES Y RITUALES

La ruda es una de las plantas sagradas utilizadas por las comunidades indígenas en rituales, limpiezas y ceremonias. Para curar el "mal de ojo" y el "mal aire" las curanderas y curanderos utilizan sus ramas y sus hojas, juntos con otras plantas, para limpiar energéticamente a las personas afectadas. En algunos casos también se realiza este procedimiento con animales. Debido a la creencia popular de que aleja las malas energías, suele encontrarse en entradas de casas y negocios con fines de protección.

GASTRONÓMICOS

Partes comestibles: **Hojas y flores**

Recetas tradicionales: En algunos lugares la ruda es utilizada para macerar aguardiente, junto con otras plantas, especialmente para fines medicinales, pero también para consumo (teniendo en cuenta que se usa una dosis pequeña de la misma)