

USOS DE LA ORTIGA (*Urtica L.*) EN LA COMUNIDAD CONTORNO ARRIBA, MUNICIPIO DE VIACHA

(Artículo de investigación)

Dinelsa Mirian Magallanes Ali¹, Gladys J. Chipana Mendoza²

Resumen

La ortiga es una planta utilizada desde tiempos ancestrales en el tratamiento de enfermedades físicas y espirituales en las poblaciones rurales, sus usos se han transmitido oralmente de generación en generación, sin embargo, los cambios experimentados por las sociedades rurales amenazan su desaparición. El objetivo de la presente investigación es describir los usos de la ortiga en la comunidad Contorno Arriba del municipio de Viacha. La investigación corresponde a un estudio exploratorio donde se utilizó como estrategia la atención a las relaciones y prácticas de los 10 productores involucrados. La ortiga tiene un hábitat de crecimiento específico, siendo que no crece en cualquier lugar dentro de la comunidad Contorno Arriba. Se encuentra en los diferentes pisos altitudinales y es el más conocido entre la población. Su desarrollo es óptimo en lugares húmedos, por lo que sus usos son conocidos por los habitantes de la comunidad. Ellos prefieren recoger la ortiga macho debido a que no es muy irritante. Los usos medicinales son para tratar afectaciones relacionados con la próstata, retención de líquidos y cálculos renales, diabetes, anemia, vesícula biliar, problemas digestivos, problemas reumatológicos y caída de cabello. Esto es un indicador de los conocimientos ancestrales que aún son aplicados en las comunidades rurales y que deben ser recuperados y transmitidos a las nuevas generaciones.

Palabras clave: *Urtica L.*, recolección, uso medicinal.

INTRODUCCIÓN

La ortiga (*Urtica L.*) es una de las plantas con mayores bondades para el hombre gracias a su alto contenido en vitaminas y elementos minerales; especialmente en provitamina A, calcio y hierro donde aventaja notablemente a otras especies vegetales; también posee otras sales minerales, provitamina C, vitaminas del grupo B, clorofila, flavonoides, taninos, acetilcolina, histamina, serotonina, ácidos orgánicos, polifenoles, mucilagos, proteínas y otras sustancias importantes para la salud humana (Conde, 2022).

Para Pomboza-Tamaquiza et al. (2022) la ortiga es una planta utilizada desde tiempos ancestrales en el tratamiento de enfermedades físicas y espirituales en las poblaciones rurales, sus usos se han transmitido oralmente de generación en generación, sin embargo, los cambios experimentados por las sociedades rurales amenazan su desaparición.

Huerta (2007) informa que *Urtica dioica* L., se utiliza en el tratamiento de los trastornos genitourinarios, la piel, la diabetes y la anemia, mencionan que la administración de 100 mg/kg/día de extractos de *U. dioica* en ratas, después de la inducción de la diabetes puede causar cambios en el hígado, basados en las pruebas realizadas en ratas, informan que los extractos de etanol de *Urtica urens* L. y *Urtica circularis* Sorarú tienen actividad anticonceptiva. Además, indican que los extractos crudos de *U.*

¹ Estudiante, cuarto semestre, Carrera de Ingeniería en Producción y Comercialización Agropecuaria, Universidad Mayor de San Andrés, Bolivia.

² Docente, Interacción e Interculturalidad, Carrera de Ingeniería en Producción y Comercialización Agropecuaria y Docente Investigadora, Facultad de Agronomía, Universidad Mayor de San Andrés, Bolivia.
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8014-0385>. gjchipana@gmail.com

dioica tienen mejor actividad antimicrobiana frente a bacterias Gram-positivas que las bacterias Gram-negativas, muestran que la aplicación de 75 mg/kg de extracto de raíz de *U. dioica* tiene un efecto positivo sobre la espermatogénesis, mientras que 300 mg de dosis por kilogramo tiene un efecto negativo, afirman que el aceite de *U. dioica* administrado a las ratas en un pretratamiento, beneficia la regeneración del hígado después de la hepatectomía parcial (Pomboza-Tamaquiza, 2016).

En la comunidad de Contorno Arriba, la planta es conocida como ortiga mayor (Itapallo macho) u ortiga verde (Itapallo hembra), que de acuerdo a la descripción local, se trata de una planta arbustiva perenne, dioica, de aspecto tosco y que alcanza hasta 60 centímetros de altura. Bajo ese contexto, el objetivo de la presente investigación es describir los usos de la ortiga en la comunidad Contorno Arriba del municipio de Viacha

MATERIALES Y MÉTODOS

Localización

La comunidad Contorno Arriba se encuentra en el municipio de Viacha, tiene 130 afiliados, está situada al suroeste con la comunidad de Villa Santa Chacona, y al sureste con la comunidad Contorno Letanías. se encuentra entre las coordenadas 16° 41' 49 " S y 68 ° 18' 34" W. A 5 km de la ciudad de Viacha, capital de la provincia Ingavi, Bolivia. Hay dos niveles de altitud: el piso inferior (4050-5300 m s.n.m.), con topografía plana y pequeños montículos que forman una meseta, mientras que el piso superior (5300-6000 m s.n.m.), tiene una topografía muy irregular con abundantes arroyos y pendientes pronunciadas. Con una precipitación de 300 a 400 mm anual y una temperatura que varía de 5 a 15°C; la región presenta suelos con baja fertilidad.

Metodología

la investigación corresponde a un estudio exploratorio donde se utilizó como estrategia la atención a las relaciones y prácticas de los productores involucrados (Yin, 2009 citado por Chipana y Chipana, 2022). La comunidad está compuesta por 130 afiliados, de las cuales se entrevistaron a diez familias, considerando que una entrevista, es una situación interpersonal cara a cara donde el entrevistador plantea preguntas diseñadas al entrevistado para obtener respuestas pertinentes al problema de investigación (Kerlinger y Howard, 2001).

RESULTADOS

Identificación de los lugares de crecimiento de la ortiga

De acuerdo a las entrevistas realizadas, la ortiga crece en zonas montañosas, donde se tiene humedad, en la comunidad es conocida como una mala yerba debido a su aspecto y el efecto que tiene al contacto con la planta. Asimismo, la planta crece en lugares donde se tienen mucho estiércol, en suelos ricos en nitrógeno, donde pueden llegar a alcanzar una altura de 60 a 80 cm.

Las hojas son ligeramente carnosas, con margen aserrado, las ortigas “hembra” tienen hojas de forma acorazonada (Figura 1), mientras que las ortiga “macho”, tienen hojas de forma elíptica. Las hojas y tallos están cubiertos de pelos urticantes.



Figura 1. Vista de la ortiga “hembra”.

La ortiga macho se caracteriza por tener hojas aserradas y puntiagudas (elíptica) como se muestra en la Figura 2, que alcanzan los 10 centímetros de largo. Son de un tono verde, y las flores son de color amarillo. Su flor crece en ramos en las hojas presenta pelos mínimos que contienen un líquido que generan una comezón muy fuerte al contacto.



Figura 2. Vista de la ortiga “macho”.

Etapas de recolección

La época de cosecha de la ortiga son en los meses de diciembre y enero, las hojas se recogen cuando aún no están tan maduras (jóvenes) porque tienen mayor cantidad de nutrientes que las hojas maduras. La cosecha es antes de la floración para los usos naturales y medicinales, una vez recogida las hojas son secadas en sombra a fin de que no pierda sus cualidades medicinales. Al momento de la cosecha se evita la recolección de hojas viejas, debido a que son muy irritantes y no tienen buenas propiedades para el uso medicinal.

La recolección es en bolsas negras, los productores usan mandiles de lona, botas y guantes. Con las tijeras, cortan la planta y la van colocando dentro de la bolsa. Asimismo, los productores indican que antes se cosechaba principalmente para el consumo en ensaladas pero que actualmente el uso es solamente medicinal.

Entre los requerimientos para la cosecha se tiene que, no se deben recoger las ortigas que crecen lado a las carreteras porque se consideran que están contaminadas y donde los lugares donde crece la ortiga, no se debe aplicar plaguicidas, debido a que son susceptibles a desaparecer.

Durante la cosecha de la ortiga, se puede tener contacto con las hojas provocando una picazón, lo cual es contrarrestada con el llantén (*Plantago major*) que es frotado en la zona irritada, y esta desaparece al término de 12 horas.

Usos medicinales

Los usos tradicionales de la ortiga para tratar enfermedades y su consumo, es de acuerdo a las distintas partes de la planta (hoja, flor, semilla y raíz) siendo que contienen diferentes componentes químicos. Uno de los productores indica que entre los usos medicinales se encuentran para tratar afectaciones como la próstata, retención de líquidos y cálculos renales, diabetes, anemia, vesícula biliar, problemas digestivos, problemas reumatólogos y caída de cabello.

La ortiga es procesada para la obtención de jarabe, cuyo procedimiento consiste en hervir 1 litro de agua con 800 g de ortiga, posteriormente se separa el sólido del líquido, se agrega miel, removiendo hasta su completa dilución. El consumo debe ser de 10 ml, tres veces al día, después de las comidas.

También se puede tomar en infusión, una cucharada de ortiga molida en una taza de agua fría y hervir de dos a tres minutos, la dosis consumida es de dos a tres tazas al día. Para los dolores reumáticos se aplica en baños, 100 g de ortiga por litro, se hace hervir durante 30 minutos, este baño es aplicado antes de acostarse. Para tratar las fracturas se realizan parches a base de ortiga y molle (*Schinus molle*).

Para Ri-na et al. (2018) las plantas medicinales de *Urtica L.* tienen efectos analgésicos que activan la sangre, y se utilizan para el tratamiento de la artritis reumatoide, hiperplasia prostática benigna, enfermedades de la piel, sistema digestivo, sistema respiratorio, enfermedades pediátricas y ginecológicas; sus extractos tienen acciones farmacológicas de antiinflamatorio, analgésico, antihiperplasia prostática benigna, antibacteriano, antioxidante, hipoglucemiante, hipolipemiante, etc.

Chandra et al. (2014), indica que la ortiga se conoce en el mundo como una hierba medicinal desde hace mucho tiempo, que es ampliamente utilizada por los médicos tradicionales para curar diversas enfermedades como la nefritis, hematuria, ictericia, menorragia, artritis y reumatismo; tiene muchos compuestos químicos valiosos como fitoesteroides, saponinas, flavonoides, taninos, proteínas y aminoácidos. La planta también se ha utilizado como alimento, fibra, pintura, estiércol y

CONCLUSIONES

La ortiga tiene un hábitat de crecimiento específico, siendo que no crece en cualquier lugar dentro de la comunidad Contorno Arriba. Se encuentra en los diferentes pisos altitudinales y es el más conocido entre la población. Su desarrollo es óptimo en lugares húmedos, por lo que sus usos son conocidos por los habitantes de la comunidad. Ellos prefieren recoger la ortiga macho debido a que no es muy irritante.

Los usos medicinales son para tratar afectaciones relacionados con la próstata, retención de líquidos y cálculos renales, diabetes, anemia, vesícula biliar, problemas digestivos, problemas reumatólogos y caída de cabello. Esto es un indicador de los conocimientos ancestrales que aún son aplicados en las comunidades rurales y que deben ser recuperados y transmitidos a las nuevas generaciones.

BIBLIOGRAFÍA

Conde. (2022). Bondades de la ortiga (*Urtica dioica* L.). <https://www.casapia.com/informaciones-relacionadas-con-la-salud/22447-bondades-de-la-ortiga-urtica-dioica-l-articulo-informativo-de-ilquia-baluja-conde-licenciada-en-bioquimica.html>

Chandra, B., Mukhija, M., & Nath, A. (2014). Pharmacognostical review of *Urtica dioica* L. International Journal of Green Pharmacy. <http://www.greenpharmacy.info/index.php/ijgp/article/view/414>

Chipana, R., & Chipana G. (2022). Efecto del cambio climático en la producción agrícola de la comunidad Villa San Martín, municipio San Pedro de Tiquina. Revista Estudiantil Agro-Vet, 6(1), 05-13. <https://agrovvet.umsa.bo/index.php/AGV/article/view/117>

Huerta C. (2007). Ortiga Mayor *Urtica dioica* L. Med Natur. 2(1): 131-7.

Kerlinger, F., & Howard, B. (2001). Investigación del comportamiento; métodos de investigación en Ciencias Sociales. 4ª ed. D.F. MX. Editorial Mc Graw -Hill.

Pomboza-Tamaquiza, P., Quisintuña, L., Dávila-Ponce, M., Llopis, C., & Vásquez, C. (2016). Hábitats y usos tradicionales de especies de *Urtica* en la cuenca alta del Río Ambato, Tungurahua-Ecuador. Selva Andina Biosph., 2 - 11. http://www.scielo.org.bo/pdf/jsab/v4n2/v4n2_a02.pdf

Ri-na, S., Wei-zao, L., Ji-xiao, Z., Wuliji, A., & Guo-yue, Z. (2018). Research progress on medicinal plant of *Urtica* L. Chinese Traditional and Herbal Drugs; (24): 2722-2728, 2018. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/wpr-851953>