

Ruda (*Ruta chalapensis, ruta graveolens*)



Otros nombres: Galega, ruda cabruna, tefrosia

Nombre en inglés: Rue

Parte Utilizable: Toda la planta



Propiedades curativas

La infusión de las ramillas tiene los siguientes usos:

1. Para estimular la circulación en caso de várices, flebitis, molestias de la menopausia y para producir la menstruación. Estimula la circulación periférica y disminuye la presión arterial de la sangre.
2. La infusión es eficaz para combatir la artritis y en problemas causados por el ácido úrico.
3. Para combatir las lombrices intestinales.
4. Para aliviar las afecciones nerviosas, histerismo, epilepsia, calambres, dolores de cabeza, vértigos, congestión, debilidad de la vista y debilidad en general. Las hojas masticadas alivian los dolores de cabeza producidos por tensión; combaten las palpitaciones y otros problemas generados por la ansiedad.
5. Debido a su acción antiespasmódica resulta eficaz para relajar los músculos lisos de los intestinos y combatir los cólicos; también para el tratamiento de la tos con espasmos



Recomendada para las siguientes enfermedades

Conjuntivitis

Irritación de la córnea

Otitis

Inflamación de la faringe y las amígdalas

Laringitis

Estomatitis

Gingivitis

Flebitis y tromboflebitis

Hemorragias

Lombrices

Infertilidad

Menopausia

Amenorrea

Neurosis

Calambres



Preparación ([Ver preparaciones](#))

- **Infusión:** Verter 1 taza (8 oz) de agua hirviendo sobre 1 ó 2 cucharaditas de hojas y dejar reposar de 10 a 15 minutos.
- **Cocimiento:** 1 a 2 cucharaditas de hojas en 1 taza de agua



Dosificación ([Ver dosis recomendadas](#))

Beber ½ taza (4 oz) 3 veces al día. Tintura: De 3 a 4 gotas en ½ taza (4 oz) de agua. Se utiliza tanto interna como externamente



Ingredientes Activos

Aceite esencial, rutina, furanocumarinas, alcaloides y taninos



Contraindicaciones

Las mujeres embarazadas no deben usar ruda, porque esta planta es abortiva