



# Ecosistemas Argentinos

ASOCIACIÓN CIVIL

Boletín Informativo nro. 86 - Octubre 2015

## La especie del mes: *Valeriana ferax*

*Valeriana ferax* (Griseb.) Höck

Familia: Valerianaceae

Desde la antigüedad clásica, las raíces de plantas del género *Valeriana* han sido utilizadas con fines medicinales, aplicadas en casos de afecciones nerviosas, trastornos cardíacos, calambres, depresión, cansancio, agotamiento intelectual, insomnio crónico, neuralgias y jaquecas.

Argentina cuenta con más de 50 especies del género, una de las cuales, *Valeriana ferax*, es endémica de las Sierras de Córdoba y San Luis, es decir, exclusiva de esta región. Se trata de una hierba de hojas compuestas grandes, con largas espigas de flores blancas que alcanzan 1,5 m de altura. Crece en suelos ricos a la orilla de cursos de agua, por encima de los 2000 msm.

Existen registros etnobotánicos de su uso medicinal por parte de pobladores de las sierras, en reemplazo de la valeriana medicinal que se adquiere en herboristerías y farmacias.

© Texto y Fotografías: Pablo Demaio / Ecosistemas Argentinos

