

Laurel

Laurus nobilis

Familia: lauráceas

ESP	Laurel
CAT	Llorer, llaurer, llor
EUSK	Ereñotz, ereinotz, erramu
GAL	Loureiro, louro
ENG	Laurel, bay, sweet bay
FR	Laurier noble, laurier sauge, laurier d'Apollon, laurier commun

Amazigh: ⵜⴰⵔⴰⵙⴰⵏⵜ (Tarselt)

Árabe: الغار (Ghar)

Descripción

Árbol, único representante europeo de la familia de las lauráceas, de 2 a 10 m de altura, con ramas verdosas y tronco con corteza color gris verdoso oscuro. Las hojas son de color verde oscuro brillante por el haz y mate por el envés. Son perennes y miden 5 a 8 cm de longitud; poseen un peciolo corto y son alternas, coriáceas, persistentes, lanceoladas, enteras y algo onduladas por los bordes. Las flores son dioicas, con ejemplares masculinos y femeninos, de un color blanquecino amarillento y se agrupan en pequeñas umbelas axilares. El fruto es una drupa oval, de color púrpura oscuro, que en su madurez parece una oliva negra.

Parte útil

Las hojas, los frutos y su aceite.

Preparaciones

- **Decocción al 1,5%:** 15 g por litro de agua.
- **Pomada:** a partir del aceite de los frutos del laurel se puede preparar una excelente pomada (al 10%) antirreumática y parasitica.

Principios activos

En las hojas:

- **Taninos.**
- **Flavonoides.**



Lámina de laurel
(O.W. Thomé)



Hojas de laurel
(Henna)

- **Principios amargos.**
- **Aceite esencial:** rico en compuestos terpénicos (3%), entre los que destaca el cineol.

El fruto, muy rico en aceite, contiene:

- **Ácidos:** láurico, palmítico, oleico y linoleico.

Laurel

- **Aceite esencial:** derivados terpénicos como pineno, felandreno, eugenol libre y esterificado, geraniol y cineol.

Propiedades y usos comunes

- **Antirreumático**, en especial el aceite.
- **Parasitíca.**
- **Remedio estomacal.**
- **Sudorífico.**
- **Discreto efecto tónico y estimulante.**
- **Astringente.**
- **Emenagogo.**
- **Diurético.**
- **Antioxidante:** especialmente el extracto de la corteza. Puede disminuir la peroxidación lipídica y la producción de óxido nítrico.
- **Analgésico y antiinflamatorio:** el aceite esencial tiene un efecto comparable al del peroxicam.
- **Antimicrobiano:** contra *Escherichia coli*, *Listeria monocytogenes*, *Salmonella typhimurium* y *Staphylococcus aureus*. También se ha probado su efecto contra *Trypanosoma cruzi*, y se han descrito efectos fungicidas.
- **Anticanceroso:** debido a sus efectos citotóxicos. Se ha probado su efecto en líneas de cáncer de mama y de fibrosarcoma.

Usos comunes en medicina popular norteafricana

Tratamiento de problemas en las vías urinarias.

Efectos adversos y contraindicaciones

La aplicación directa del aceite esencial sobre la piel puede causar eritema, edema y eccema.

Advertencias y precauciones

Si se ingiere la hoja entera puede quedarse inmobilizada en el esófago o la hipofaringe, o incluso puede llegar a perforar el epitelio del intestino.

Interacciones

Puede haber un aumento en las acciones y también en los efectos adversos de los medicamentos con acción sedante, como los depresores del sistema nervioso central. Por ello, el tratamiento concomitante debería evitarse.

Dado que puede ocurrir lo mismo con los narcóticos, también se recomienda no mezclar estos dos tratamientos.

Bibliografía

- Adisxen E, Önder M. Allergic contact dermatitis from *Laurus nobilis* oil induced by massage. *Contact Dermatitis*. 2007;56:360-1.
- Dadaliogly I, Evrendilek GA. Chemical compositions and antibacterial effects of essential oils of Turkish oregano (*Origanum minutiflorum*), bay laurel (*Laurus nobilis*), Spanish lavender (*Lavandula stoechas* L.), and fennel (*Foeniculum vulgare*) on common foodborne pathogens. *J Agric Food Chem*. 2004;52:8255-60.
- De Marino S, Borbone N, Zollo F, et al. Megastigmane and phenolic components from *Laurus nobilis* L. leaves and their inhibitory effects on nitric oxide production. *J Agric Food Chem*. 2004;52:7525-31.
- Kaileh M, Berghe WV, Boonec E, et al. Screening of indigenous Palestinian medicinal plants for potential anti-inflammatory and cytotoxic activity. *Journal of Ethnopharmacology*. 2007;113:510-6.
- Özden MG, Öztas P, Öztas MO, et al. Allergic contact dermatitis from *Laurus nobilis* (laurel) oil. *Contact Dermatitis*. 2001;45:178.
- Sayyah M, Saroukhani G, Peirovi A, et al. Analgesic and anti-inflammatory activity of the leaf essential oil of *Laurus nobilis*. *Linn Phytother Res*. 2003;17:733-6.
- Simic M, Kundakovic T, Kovačević N. Preliminary assay on the antioxidative activity of *Laurus nobilis* extracts. *Fitoterapia*. 2003;74:613-6.
- Uchiyama N, Keiji M, Kiuchi F, et al. Trypanocidal terpenoids from *Laurus nobilis* L. *Chem Pharm Bull*. 2002; 50:1514-6.