Ramón Morales

Ocimum basilicum L.

Familia: Labiatae (Lamiaceae)

albahaca, alfàbrega, albaka, albaca

USOS PRINCIPALES

NOMBRES VULGARES

Castellano: **albahaca** (nombre generalizado), albahaca romana (AN), albehaca (AN, CL, CM, CN, EX), arbehaca (CN), albaca (AN, AR, CL, RI), albadaca (AN, CL), albahacón (CL), albaque (CM), alpaca (AR), bahaca, baca (CL); alhábega (CM, MC, VC), alhábega de la India (CM), lábega (MC), nábega (CM); hierba de la reina; hierba señora (VC); imperial (CM) [1–63,70].

Catalán: alfàbrega (CT, IB, VC), alfabreguera (VC), aufàbrega, fàbrega, enflàgam, fràgam (CT), alfàbega, alfàdega (VC), alfabeguera (IB, VC), alfàbega de fulla grossa (IB), aufàbega (VC), aufabeguera (IB), fàbega (VC) [6,8,18,24,46,52,64–86].

Euskera: albaka, (PV, NC), albaraka, alboraka (PV) [87,88].

Gallego: albaca, alfabaca, alfábega (GA) [89,90].

DESCRIPCIÓN

Hierba anual o bienal, hasta de 1 m. Hojas de 3-8 cm, elípticas, pecioladas, convexas, a veces algo dentadas, en general glabras, de color verde brillante, en algunas variedades morado. Inflorescencia espiciforme con verticilastros de seis flores, con cáliz de 3-8 mm, acrescente o que crece después de la floración, con labio superior cóncavo a modo de escudete e inferior con cuatro dientes, peloso; corola hasta de 1,5 cm, sobresaliente de color blanco o crema, a veces púrpura.

Detalle flores. Ramón Morales

INTRODUCCIÓN

Es originaria del sudeste asiático y sur de la India [91,92] y se ha domesticado a partir de las formas silvestres de la especie, que se pueden encontrar en Asia tropical y quizás en el noreste de África, aunque posteriormente, por efecto del cultivo, se ha naturalizado en las regiones tropicales de Asia, África y América [93].

No existen datos de producción en las estadísticas oficiales al tratarse de un cultivo de poca importancia económica, aunque está presente en la cocina actual en múltiples preparaciones y, por tanto, en el mercado. Algunos estudios económicos sobre el comercio de plantas aromáticas en general, señalan a los países asiáticos como los principales productores [94]. En España el sector productor de plantas aromáticas está muy atomizado, aunque presenta algunas oportunidades debido a la creciente demanda en el sector agroalimentario [95].

Se suele cultivar en macetas, huertos y regadíos hasta los 800 m y en invernadero. Requiere un clima templado o cálido, con poca oscilación térmica, ya que es sensible a las heladas. Crece en suelos ligeros o francos, bien drenados, húmedos y fértiles [91].

Existen diversidad de tipos o variedades de *O. basilicum*, con importantes diferencias morfológicas y sobre todo de su composición química [96–98]. Algunos de estos tipos comerciales son la albahaca genovesa, la napolitana, la tailandesa (o *Thai*), la albahaca limón, o la morada [99,100].

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES SOBRE USOS

ALIMENTACIÓN HUMANA

Bebidas alcohólicas

La sumidad florida y las hojas han sido utilizadas como aromatizante de **licores**, como la ratafía en Cataluña [18,64,67,74,83], o el anís de

Autores: Juan Antonio Latorre y María Molina

Albahaca genovesa. Emilio Laguna

Albahaca napolitana. Laura Aceituno

hierbas, en Mallorca [24]. En Albacete se emplea, junto con orégano, en la preparación de **mistela**, bebida a base de aguardiente y azúcar [16,33].

Condimentos y conservantes

Se usa frecuentemente como condimento en gran parte de España [1, 7,11,14,20,22,26,27,36,40,48,56,62,64,65,75,81,101]. Se emplean generalmente las hojas frescas o toda la parte aérea [3,41,66,70,74,75,82, 83,86].

Habitualmente se añade cruda a las **ensaladas** [18,24,53,58,63,70,83] o bien se utiliza para condimentar **guisos** [15,18,21,24,34,41,46,55,64,66, 67,69,83], **sopas** [15,24,34,55,69] y platos de **pasta** [24,36,41,69,71], para hacer pesto y otras salsas [18,36,69]. Se emplea también para aromatizar platos de pollo o carne [36,41,69,83] y caracoles [24,68–70]. En Cataluña y la Comunidad Valenciana se añade a las habas [69,70,83], en Mallorca a las lentejas y las croquetas [24], en Toledo al cocido de garbanzos [17] y en Lérida se ha empleado como aromatizante en postres [64].

Su uso culinario se considera algo moderno en algunas zonas, como la Sierra Norte de Madrid o Mallorca [24,62], mientras que en otras forma parte de la gastronomía local, en platos típicos como el guiso de trigo en La Manchuela albacetense [21] o los andrajos en Jaén, un guiso de tortas de harina preparado con un sofrito de verduras, al que se añade bacalao o conejo [15]. Por lo general se prefiere utilizar esta especie para cocinar [18,24], aunque a veces también se usa la albahaca fina (*O. minimum* L.), de hoja más estrecha (ver Especies relacionadas).

Ocasionalmente, se ha empleado para **aliñar aceitunas**, como, por ejemplo, en El Raso (Ávila) [43].

MEDICINA

Sistema circulatorio

La infusión de sus hojas se ha tomado para **bajar la tensión arterial** en la Comunidad Valenciana [8,68], y como **estimulante de la circulación** en Murcia [46]. En Les Garrigues (Lérida) se aplicaba tópicamente en forma de baños para las **almorranas** [82].

Sistema digestivo

La infusión de sus hojas y sumidades floridas se ha tomado frecuentemente por sus propiedades **digestivas** [10,12,19,24,26,31,35,39,41,46, 68,70,82,102,103], **carminativas** (para el tratamiento de los gases) [8,19,26,31,34,46,67,68,101] y **antiespasmódicas** [13,18,26,78]. Aunque es más recomendable su uso en fresco [19], se puede conservar

Albahaca tha o tailandesa. Laura Aceituno

Albahaca morada. Laura Aceituno

seca para usarla durante todo el año [34]. Para tratar los gases en los bebes, en la comarca del Cabo de Gata (Almería), a la infusión de albahaca se le añadía dos o tres semillas de anís (*Pimpinella anisum* L.) y un poco de menta (*Mentha* × *piperita* L.) [63].

También se toman licores como la ratafía, en los que se maceran diversas plantas además de la albahaca, en caso de **indigestión** [64].

Su infusión se ha empleado para **evitar los vómitos** [13,15,24,78], **abrir el apetito** [12,15] y como **laxante** [15]. En forma de gargarismos o enjuagues se usaba para quitar el **mal aliento** [13,34,46,63] y curar **llagas en la boca** [13].

Sistema genitourinario

La infusión de albahaca se considera buena para el **riñón**, y se ha tomado como **diurético** y **antiálgico renal** en Albacete [104], Jaén [15], Valencia [68] y Gran Canaria [19]. En Málaga, para la **infección de orina** y los riñones, se utilizaba fresca, con aceite y limón, picada en la batidora y tomada en ensaladas [42].

Para tratar **desarreglos en la menstruación**, en la Ribera Alta valenciana se preparaba una decocción de albahaca con anís verde (*Pimpinella anisum*), menta (*Mentha* × *piperita*), salvia (*Salvia lavandulifolia* Vahl) y flor de azahar [105].

En Jaén se considera **afrodisiaca**, tomada en infusión dos o tres veces al día [15].

Concepción, embarazo, parto y puerperio

Para calmar los **dolores del parto**, en el Pallars (Lérida) se aconsejaba a la parturienta mantener cogida una rama de albahaca en la mano izquierda durante todo el tiempo que duraba el mismo [64].

Más extendido es su empleo para **expulsar los restos de la placenta**, también llamados secundinas o parias. Para ello, en Cataluña y Aragón se administraban a las parturientas tisanas de la sumidad florida después del parto [13,67]. Otras veces se aplicaba externamente, como en la Serranía de Cuenca, donde se cocían sus hojas con alcaravea (*Carum carvi* L.) y saúco (*Sambucus nigra* L.) y se daban lavados en la vagina y el bajo vientre a las parturientas para que "todo volviera a su ser" [57].

En Jaén y Granada se considera que su consumo en forma de tisanas **incrementa la secreción láctea** después del parto [15,101].

Sistema respiratorio

Para los **catarros** y **resfriados** se toma en infusión, sola o junto con otras plantas [12,23,34,36,82,102,106]. Sirve también como **antitusígeno** [12]. En forma de gargarismos y enjuagues se ha empleado para el **dolor de garganta**, en caso de **amigdalitis**, **afonía** o **ronquera** [13,15,26,35,103].

Sistema endocrino-metabólico

La infusión de las hojas se considera **adelgazante** [63,82]. Con esta misma finalidad, pero mezclada con tomillo salsero (*Thymus zygis* Loefl. ex L.) y menta (*Mentha* × *piperita*), la usan en los Monegros (Aragón) y en Jaén [13,15].

Como **hipoglucemiante**, en el Pallars se recomendaba la toma diaria en ayunas de una tisana de las partes aéreas de la albahaca y la zarzamora (*Rubus ulmifolius* Schott) [64].

Musculatura y esqueleto

Para los **dolores musculares**, como antiinflamatorio, y para los **dolores reumáticos** se tomaba la infusión de sus hojas y flores [15,103]. Por vía externa, en Jaén se daban baños calientes como antirreumático [26] y en Gran Canaria se aplicaban cataplasmas a base de hojas de albahaca machacadas con harina, aceite caliente y vinagre [19].

Piel y tejido subcutáneo

Como **cicatrizante** y **antiséptico** se lavaban las heridas con el cocimiento de la sumidad florida de la albahaca [79] o bien se aplicaba un emplasto elaborado con las hojas frescas machacadas [12].

En Huesca y Jaén se ha utilizado para **fortalecer el cabello** y prevenir la **alopecia**, lavando y friccionando el cuero cabelludo con el cocimiento de la planta fresca [13,15].

Sistema nervioso y enfermedades mentales

Se considera una planta muy útil para calmar el **nerviosismo** [10,13,15,28,31,41,46,55,65,68,81,102], tomando la infusión de la sumidad florida antes de acostarse, en ocasiones mezclada con otras plantas como la tila (*Tilia platyphyllos* Scop.) [8] o el tomillo (*Thymus vulgaris* L.) [41].

También se ha empleado para tratar el **dolor de cabeza**, en Granada y Jaén [12,26], y como estimulante de la **memoria**, en Castellón y Valencia [8,68].

Órganos de los sentidos

Para las **infecciones oculares** y **conjuntivitis** se lavaban los ojos a diario con una infusión de la sumidad florida hasta que desaparecían los síntomas [28,46]. A veces la albahaca se mezclaba con flores de jazmín (*Jasminum officinale* L.) [15,63] o con hojas de pepino [25].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

En Jaén, Valencia y Alicante se tomaba la tisana para eliminar los **gusanos intestinales** [15,70,102].

En Albacete se utilizaba para eliminar las manchas que salían en la piel a la gente que tenía **sarampión**. Para ello se pasaba la planta entera por todo el cuerpo, repitiendo esta operación varias veces al día [25,33].

Síntomas y estados de origen indefinido

Las tisanas de las sumidades floridas se tomaban para "**entonar el cuerpo debilitado**" en Huesca [13].

VETERINARIA

Concepción, gestación y parto

En el Alt Empordà (Gerona) la infusión de la parte aérea se aplicaba en forma de baños y lavados de uso externo para **limpiar y desinfectar después del parto** a las yeguas [83]. En Cartagena (Murcia), se les daba de beber a los animales para que **echaran las parias** tras el parto o en caso de **aborto** [46,56].

Piel y tejido subcutáneo

La infusión de la sumidad florida, en forma de baños externos o impregnando las zonas a tratar, se ha empleado como **desinfectante** en los animales [83] y para reducir la **inflamación** [64].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

En Alicante se ha empleado como **vermífugo** en la cría de pájaros fringílidos [6,102].

USO TÓXICO Y NOCIVO

Venenos, insecticidas y plaguicidas

Uno de los usos más conocidos y extendidos de la albahaca es como **repelente de moscas y mosquitos** [4,14,15,21,24,26,36,40,53–55,58,59,63,70,76,81,86,101]. Por ello, habitualmente se ponen en primavera y verano macetas con albahaca en balcones, ventanas y posibles lugares de acceso de estos molestos insectos [3,7,9,17,18,20,34,46,64,67,69,72,78,83,107]. Con la misma finalidad se colocan macetas y ramos de albahaca en el interior de las casas [19,20,23,34,35,54,64,108,109] y colgados en los techos de las cuadras [25,108,110].

Su efecto se considera tan eficaz que no es raro que los labradores se coloquen en verano un trozo de planta fresca en la oreja [7,9,69], en el bolsillo de la camisa [3], o una brizna en la boca [70] mientras realizan sus tareas en el campo con el fin de espantar a los insectos.

En el ámbito agrícola, es una de las plantas más reputadas como **plaguicida**, siendo habitual su presencia en los huertos para ahuyentar los insectos perjudiciales y proteger los cultivos de plagas como el pulgón, la palomilla, el escarabajo, la mosca blanca, el piojo blanco o las rosquillas, entre otras [3,7,9,24,44,46,47,49,54,64,69,70,78,82,107]. Incluso se ha cultivado para ahuyentar **ratones** del huerto [34].

Tóxicas para humanos o animales

En Jaén se considera que consumida en **exceso** puede resultar algo tóxica [36].

INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Cosmética, perfumería y limpieza

Debido a la agradable fragancia que difunde, se ha utilizado como ambientador para **perfumar** el interior de las casas, colocándola en un recipiente con agua o en maceta para dar buen olor al hogar [8,53,54,64]. En el Pallars se ponía junto con flores de saúco e incienso (resina de *Boswellia* sp.) para aromatizar las camas y alojamientos de los enfermos [64]. También se ha empleado para eliminar los malos olores y las moscas cuando había un difunto en casa [83].

Cuando había eventos sociales, la gente se ponía una hojita detrás de la oreja, en el bolsillo, o entre los pliegues de las mangas de la blusa para perfumarse y evitar el olor a sudor [7,32,35,83]. Puntualmente se ha empleado para hacer **colonias** caseras [5,36,55] y **aguas aromáticas** con otras plantas [24]. En Tenerife, antiguamente, las mujeres se lavaban la cara con agua de albahaca "para darle brillo" después de dejarla toda la noche al sereno [35].

Las mujeres de Loja (Granada) empleaban la planta seca desmenuzada, junto con clavos de olor [*Syzygium aromaticum* (L.) Merr. & Perry] para hacer **brillantina** para el pelo, friendo las plantas en aceite [3].

Vestimenta y adornos personales

Como ya se ha comentado, era habitual con motivo de las fiestas ponerse un ramito de albahaca en el pelo, detrás de la oreja, o colocada en la solapa o en el sombrero, a modo de adorno y por su buen olor [40,43,48,55].

USO ORNAMENTAL

Patios, huertos y jardines

La albahaca se cultiva en **huertos** y **jardines**, siendo frecuente su presencia en **macetas** para poner a la entrada de las casas, en **balcones**, **patios** y **ventanas**, porque es decorativa y da buen olor, además de por su ya mencionada acción como repelente de insectos [3,9,13,14,17,21,23,24,28,32–34,43,44,46,64,72,77,79,111,112].

Macetas con albahaca como repelente de insectos. José Antonio González

Adornos florales y plantas de interior

Igualmente se ha utilizado para adornar el interior de las viviendas debido al efecto decorativo y su agradable fragancia [8,54,55], aunque su principal finalidad era la de espantar moscas y mosquitos, como ya se ha comentado.

USOS SOCIALES, SIMBÓLICOS Y RITUALES

Rituales del ciclo anual

La albahaca en flor forma parte de diversas **fiestas locales y patronales**. En ellas la albahaca tiene un vínculo muy arraigado, siendo habitual adornar con ella altares e iglesias, repartir a los asistentes un ramito de albahaca, llevarla en la solapa o subastar ramos de al-

Sembrada en el huerto para evitar plagas. José Fajardo

Alfàbega de Bétera (Valencia). Emilio Laguna

bahaca al final de la ceremonia [17,21,24,29,32,43]. Este es el caso de la fiesta de la Virgen de Agosto o *Mare de Déu* en Mallorca, Toledo, Badajoz o Valencia [24,32,53,69], la fiesta patronal de la Magdalena en Garciotum (Toledo) [17], la fiesta de Santa Ana en El Viso (Córdoba) [22], el día de San Lorenzo en el Campo de Calatrava (La Mancha) [23], las fiestas patronales de San Roque en Alfaro (La Rioja) [40], la festividad de la Virgen de los Remedios en Ávila [43] o la de San Bartolomé en Yeste (Albacete) [33]. De entre todas estas fiestas en la que la albahaca tiene un papel significativo, destaca la fiesta del día de la *Mare de Déu d'Agost* en Bétera (Valencia), con más de cuatrocientos años de tradición. Todos los años, en honor a la Virgen María, el 15 de agosto como acto principal de las fiestas tiene lugar la *Rodà de les Alfàbegues*, una de las procesiones más espectaculares de la comarca, donde se pasean las albahacas más grandes y lustrosas cultivadas expresamente para esta fecha, que habitualmente superan los dos metros y medio de altura [69,78]. En Pedro Bernardo (Ávila), además de llevar, tanto hombres como mujeres, una ramita de albahaca en la oreja o en la solapa en las fiestas de agosto y septiembre, se usa igualmente para adornar y decorar a los caballos de la fiesta y de los toros, profusamente engalanados para la ocasión [43].

Rodà de les Alfàbegues de Bétera (Valencia). Elena Ponce

También se ha empleado como adorno en los **cementerios**, al menos en Salamanca [55].

Rituales de incertidumbre, protección y aflicción

Llevar un manojo de albahaca se ha considerado **amuleto protector** contra el "mal de oído" en Salamanca [34], y también para dar **buena suerte**, aunque no estuviese bendecido, en Mallorca y Jaén [24,36].

Literatura oral popular

En San Cayetano, una pedanía de Torre-Pacheco (Murcia), hay un cuento muy popular y conocido titulado "La mata de albahaca", en el que un mozo de familia acomodada es rechazado por una joven a la que pretendía. Con el fin de reírse de ella, le pregunta un día que pasaba frente a su casa: "Señorita que riega la albahaca ¿cuántas hojas tiene la mata?" [30].

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES SOBRE MANEJO

CULTIVO

Esta planta se ha cultivado en huertos, jardines y macetas de gran parte de España, habiéndose registrado al menos en Aragón [7,13], Cataluña [18,64,72,79,83,86], Castilla y León [14,34,43], Madrid [62], Castilla-La Mancha [17,21,25,33,46,108], Extremadura [32], Andalucía [3,9,15,20,26,36,42,47,51,63], Murcia [30,46], Comunidad Valenciana [8,46,69,70,78,112], Baleares [24,71] y Canarias [19,27,28,111].

En el norte peninsular su cultivo ha sido menos frecuente, encontrándose solo algunas referencias aisladas [39], por lo que no parece ser tradicional. También se considera un cultivo de introducción reciente en algunas zonas como la Sierra Norte de Madrid [62].

Siembra o plantación

Dado que es una planta anual muy sensible al frío, normalmente se siembra en **primavera**, entre **febrero-abril** dependiendo de la zona [43,69,78,107,112]. En Valencia se hace por Santa Águeda (5 de febrero), de ahí el dicho: *per Santa Águeda, sembra l'alfàbega* [69], y en Alicante por San José (19 de marzo) [112].

Se siembran en un **semillero** protegido y se **trasplantan** durante la primera luna llena de primavera [69], más o menos entre **abril-mayo**, a la par que los pimientos y el resto de hortalizas a las que acompaña en el huerto [49,101]. También se puede sembrar directamente en macetas, sin necesidad de trasplantarla después [43].

En la Vega de Granada, en el mismo semillero de los pimientos se siembran algunas semillas de albahaca, y luego el trasplante se realiza en las mismas fechas y condiciones que los pimientos, colocando unas pocas matas dispersas entre los pimientos, generalmente en las orillas [47].

Asociación y rotación de cultivos

Como ya se ha comentado en el apartado Uso tóxico y nocivo, las matas de albahaca se plantan en los huertos alrededor de otros cultivos o en medio de los mismos, ya sea en hileras alternantes con las hortalizas o intercalando algunas matas aisladas, con el fin de ahuyentar insectos y evitar el ataque de plagas. Esta interesante **asociación** de cultivos es muy frecuente en hortalizas, sobre todo con **pimientos**, y también con **tomates**, **berenjenas** y **pepinos** [3,7,9,24,32,36,44,47,49,

59,64,70,78,82]. Además de proteger los cultivos, se acostumbra a sembrar albahaca cerca de pimientos para favorecer el cuajado de las flores y así mejorar su producción [33,46,51].

Poda y entutorado

Se consigue prolongar más la productividad de la albahaca renovando sus tallos y hojas cuando se cortan un poco antes de empezar a florecer. Para ello se **poda** la planta cortando las puntas superiores, con el fin de favorecer el crecimiento de sus ramas laterales y beneficiar la formación de nuevos tallos y hojas [113].

Abonado y riego

La albahaca necesita mucho **abonado**. Por ejemplo, en Torre-Pacheco (Murcia), para su cultivo en macetas se buscaba afanosamente **estiércol de caballería**. Era frecuente ver a las mujeres salir de su casa con la escoba y el recogedor para barrer los excrementos o boñigas que había dejado alguna caballería al pasar [30]. Cuando se cultiva en el huerto asociada a cultivos que ya se han abonado, como tomates, pimientos o pepino, se aprovecha el abonado que se da al cultivo principal, aunque es recomendable aportarla algo de estiércol en la plantación para estimular su desarrollo inicial.

Requiere suelos con cierta humedad, pero que a la vez estén bien drenados con el fin de evitar daños en el sistema radicular. Por ello, prefiere exposiciones de semisombra y **riego frecuente**, sobre todo durante los grandes calores del verano [13]. En el huerto se beneficia del riego de las hortalizas a las que acompaña, o bien se planta cerca de las regueras maestras para que mantenga la humedad [44]. Del mismo modo, si se cultiva en macetas es preciso regarla, pero evitando el encharcamiento, por lo que se recomienda regarla con regadera fina [114].

Para cultivarla en macetas, Font Quer recoge una práctica tradicional para que se críen albahacas "de buen ver", introduciendo conchas de caracoles de huerta o de monte en las macetas [114]. Para ello, primero se hierven los caracoles con agua jabonosa y se aclaran hasta que quedan limpios. Después se escoge una buena tierra negra, se mezcla con arena, y se rellenan con ella los caracoles huecos. La maceta se rellena alternando capas de tierra con arena y capas de caracoles colocados boca arriba, para que puedan penetrar las raíces en ellos y aprovechar el agua que se acumula en sus recovecos. De esta forma la planta crece más lustrosa al poder desarrollar sus raíces en estas espirales que guardan la humedad.

Cosecha y conservación

Se recolecta de mayo a septiembre [107]. Las **hojas** tiernas se pueden cosechar desde **final de la primavera hasta el otoño** para su uso como condimento en la cocina; la **sumidad florida** se cosecha en **verano** para uso medicinal [70].

Aunque se prefiere su utilización como planta fresca [19], se puede **secar** a la sombra y **conservar** en un recipiente tapado para usarla durante todo el año [34].

PROPAGACIÓN, SELECCIÓN Y MEJORA

La albahaca es una planta anual y se reproduce por semillas [99], que normalmente se guardan de un año para otro [112].

COMERCIALIZACIÓN

Normalmente se comercializa en **mercados** y **viveros** junto con los plantones de huerto, siendo habitual en algunos lugares que regalen matas de albahaca cuando se compra el plantel de pimientos y otras hortícolas [18,50,70,72,77,83].

VARIEDADES TRADICIONALES

No se han descrito variedades tradicionales de esta especie, aunque existen variedades de gran tamaño, como las que se mantienen y mejoran generación tras generación en Godella y Bétera (Valencia) [80], como se ha comentado en Usos sociales, simbólicos y rituales.

REFERENCIAS HISTÓRICAS

Tras la domesticación de la especie en Asia, su cultivo se extendió hasta la región mediterránea (norte de África, sur de Europa y suroeste de Asia), donde tiene una larga historia de cultivo [93,99].

Entre las primeras referencias escritas encontramos a **Teofrasto** quien, en los siglos IV-III a. C., menciona en diversos apartados la albahaca, comentando que tiene una raíz leñosa que penetra en la tierra profundamente, así como que se siembra en abril, aunque también puede sembrarse en otras épocas. Dice que su semilla germina muy bien y que también se puede reproducir por esquejes, que rebrota muy bien cuando se corta y que tiene una floración progresiva a lo largo del tallo y una gran producción de semilla [115].

En el siglo I, **Plinio** recoge dos tipos de opiniones contrapuestas respecto al consumo de la albahaca; la negativa, advirtiendo que es mala para el estómago, la orina y la claridad de la vista, además de incitar a la locura y provocar trastornos hepáticos; y la positiva, reconociendo de entrada que si las cabras se la comen, es porque no será mala, y que la experiencia ha demostrado que es buena contra las inflamaciones, los dolores de cabeza (aplicada con aceite de rosas o de mirto o de vinagre) y también corrige el lagrimeo de los ojos (posiblemente se refiera al tratamiento de la conjuntivitis) [116]. En este mismo siglo, **Dioscórides** dice que la albahaca es emoliente, diurética, tiene propiedades oftalmológicas, estimula la producción de leche, y mueve ventosidades, pero es difícil de digerir y comida en gran cantidad debilita la vista. Su semilla, bebida, sirve "a los que engendran copia de humor melancólico" (antiinflamatoria) y "a los que no pueden orinar" (disuria). Aspirada por la nariz corta los estornudos insistentes [117]. Igualmente, el coetáneo **Columela** habla de su cultivo. Recomienda sembrarla en el mes de mayo, así como que tras la siembra "se oprima cuidadosamente con un pisón o con un rodillo; pues si dejas la tierra suelta, ordinariamente se pudre" y advierte que no se debe trasplantar [118].

En cuanto a su uso alimentario, **Apicio** (siglos I-II), en su libro *De re coquinaria*, incluye una receta de guisantes, en la que incluye albahaca junto a otros condimentos [119].

Fuera del Mediterráneo, se sabe que se ha cultivado en China al menos desde el año 500 [92].

Isidoro de Sevilla (siglos VI-VII) menciona simplemente la albahaca bajo el nombre *ocymum* (XVII,10,16), sin comentario ni explicación sobre su etimología, por lo que es difícil deducir si en esa época ya se cultivaba en la Península Ibérica [120].

Casi todos los agrónomos y botánicos andalusíes la citan, en árabe *al-ḥabaq*. Esta planta debió ser muy cultivada y utilizada en al-Andalus, pues los testimonios de su importancia y conocimiento arrancan ya de la Córdoba califal del siglo X y asimismo demuestran los estudios del polen de los sedimentos arqueológicos de la ciudad de *Madinat al-Zahrā'*, la ciudad que mandara construir 'Abd al-Raḥmān III [121,122]. Pero, además, **Ibn Ḥaŷŷāŷ** en el siglo XI habla de ella y dice que "todas sus variedades requieren para su cultivo de mucho estiércol y agua", lo que indica el conocido grado de variabilidad intraespecífica que ya era destacado por los geóponos andalusíes de la Córdoba califal [123]. Más tarde, hay más de 20 menciones de la albahaca en la *'Umda* de **Abū l-Jayr** (siglos XI-XII), bajo otros tantos fitónimos [124].

224 Lib. II. De Dioſc.

y vſan della para guiſar las viandas. Amaſſanla con leche y vinagre, y formanla en ciertas paſtillas, para que ſe conſerue mas largo tiempo. Nace vna Oruga ſilueſtre, principalmẽte en la Occidental Eſpaña: cuya ſimiente ſirue à los comarcanos, en lugar de moſtaza. Eſta mueue mas potentemente la orina, y es mucho mas aguda que la domeſtica.

NOMBRES

Griego, Ὄφιον. Lat. Eruca. Ar. Iergir, & Giargir. Caſt. y Por. Oruga. Cat. Roca. It. Ruchetta. Fr. Roquette. Tud. VVeiſz ſenff.

ANNOTATION.

Hallanſe dos eſpecies de Oruga: vna que crece en los huertos, y otra cerca de las lagunas y rios. La hortenſe produce alto de pie y medio ſu talle: las hojas luengas, y hondamente eſcotadas por toda la redõdez la flor amarilla: la ſimiẽte rezia, y aguda, dentro de vnas vaynillas à cornezuelos, como los del nabo, ò de la Moſtaza, y la rayz blanca. La ſylueſtre haze mas eſtrechas, y mas puntiagudas, las hojas. Calienta potentiſſimamente la Oruga: y por eſſo no ſe ſuele comer ſino mezclada con las lechugas, à con alguna otra yerua fria: veſto que ſi ſe come ſola, offende al celebro. De mas deſto, engendra en el cuerpo ventoſidades, lo qual ſegun Paulo Egineta, es cauſa que irrite la virtud genital. Su ſimiente bebida, es vtil contra las punturas del alcran, exterminalas lombrizes del vientre, y embota de tal ſuerte los ſentidos del hombre, que los açotes, y los tormentos, no le dan peſadumbre. Mezclada cõ miel, y aplicada, purifica de todas manchas el roſtro. Lamida en la meſma manera, exairpa con grande facilidad los humores groſſeros del pecho.

OCIMVM MAGNVM. OCIMVM PARVVM.

Del Ocimo. Cap. CXXX.

EL Ocimo es yerua muy conocida: la qual comida en gran quantidad, debilita la viſta. Es laxitiua del vientre, mueue ventoſidades, prouoca la orina, y acrecienta la leche, empero digereſe con difficultad. Aplicada cõ flor de harina, y azeyte roſado y vinagre, en forma d'emplaſtro, es vtil à los apoſtemas calientes de los pulmones, y contra las punturas del dragon marino, y del alacran. Mezclada ella ſola con vino Chio, mitiga el dolor de los ojos. Su cumo inſtilado, mundifica las nuues, y deſſeca los humores que à los ojos deſtilan. Su ſimiente bebida, ſirue à los que engendran copia de humor melancolico, à los que no pueden orinar, y à los que eſtan lle-

Albahaca (Ocimo) en la traducción del Dioscórides de Laguna (1555)

Algunos puede que correspondan con especies de *Mentha, Melissa* o de alguna otra Labiada, pero en su mayor parte refieren a distintas albahacas, con muy diversos aromas, tamaños de hoja y consistencia, que llegaron a utilizarse en la agricultura y alimentación andalusíes: albahacas finas, velludas, con olor a clavo, anís, toronjil, cidro, hinojo, etc. o reconocidas en función de su procedencia (nabatea, egipcia, romana, oriental, etc.). En el siglo XII, **Ibn al-'Awwām** trata extensamente del cultivo de esta planta y recurre a su maestro Abū l-Jayr al referirse también a las numerosas formas y variedades de la planta, así como a la *Agricultura Nabatea* para encontrar los fundamentos de las técnicas de su cultivo [125].

A principios del siglo XVI, **Alonso de Herrera** tan solo cita la albahaca un par de veces y de pasada, aunque ya con este nombre, lo que indica una vez más la fuerte influencia morisca en sus conocimientos de agricultura. Por ejemplo, al tratar del cultivo de la berenjena, comenta que "muchos ponen entre las berenjenas muchos pies de albahaca, o tomillo salsero o cualquier otra hierba olorosa" con la intención de que así perdieran gran parte de su supuesta venenosidad [126]. Sin embargo, **Gregorio de los Ríos** en su *Agricultura de jardines* (1592) habla más extensamente de ella, mencionando hasta siete variedades distintas de albahaca cultivadas y comentando que debe sembrarse entre marzo y abril, cómo debe disponerse, regarse y podarse. Sobre el riego, comenta que, a diferencia de otras plantas, "quieren regarse al mediodía con el gran calor y sol, porque se críe de presto" y sobre la poda, "trasquílenla por cima, porque no grane y también porque acope" hasta cuando se quiera extraer la simiente, pues entonces ya no se deben despuntar ni quitar del sol y en el mes de agosto hay que ir reduciendo poco a poco la cantidad de agua de riego para que espiguen más rápido [127].

A finales del siglo XVIII, **Casimiro Gómez de Ortega**, en su *Continuación de la Flora Española de Quer* (1784) dice de ella que "todas las especies de albahaca se cultivan en los jardines y casas en macetas, y adornan las ventanas y balcones para gozar de su suave y agradable olor". Reconoce que "son muchas las especies y variedades, y todas aromáticas", y que para conservarla y usarla "se seca toda la planta a la sombra, y después se reduce a polvos, que se mezclan con la mayor parte de las hierbas aromáticas preparadas del mismo modo". Considera estos "polvos" descongestivos (de la nariz y cabeza) y, cuando se toman en ayunas, "hacen fuerte impresión, e irritan vivamente las narices a los que no están acostumbrados a ellos". También reconoce virtudes balsámicas, estimulantes y provocadoras de la menstruación. Dice que se toman las hojas y flores en infusión en forma de té "para los dolores de cabeza, y fluxiones de esta noble parte". También menciona su uso en la cocina, al igual que otras hierbas aromáticas para sazonar los guisos a los que confiere un agradable sabor [128].

A principio del siglo XIX, **Claudio y Esteban Boutelou**, en su *Tratado de la huerta*, hablan extensamente de la albahaca comentando que, aunque los extranjeros la usan más en fresco, en las ensaladas, en España su uso principal como condimento es en seco, arrancándola antes de la floración secándola en paraje sombrío y "pulverizando después sus hojas, que se guardaran en saquitos para el gasto". Sin embargo, cuando se quieren recoger las semillas, se arrancan las mejores plantas fructificadas antes de haberse secado completamente, se ponen encima de un lienzo al sol para terminar de secarse y a continuación se les apalea con el fin de que suelten las semillas, las cuales se guardarán durante tres o cuatro años [129].

VALORACIÓN

Es una planta aromática anual que hoy en día se sigue cultivando principalmente en macetas y jardines cercanos a las casas por su aroma, pues perfuma patios e interiores de viviendas eliminando malos olores a la vez que también se utiliza como repelente de moscas, mosquitos y demás insectos. Su uso agrícola para evitar el ataque de plagas a otros cultivos también está muy arraigado, hasta el punto de que no son raros los hortelanos que lo realizan por costumbre, sin tener muy claro el motivo [9,47]. Tal es su reputación que es una planta utilizada como plaguicida en la agricultura ecológica moderna para evitar así el uso de insecticidas de síntesis. También es bastante conocida por su uso como ingrediente para condimentar platos de lo más variado (carne, pasta, pescado, setas, caracoles, croquetas, postres, etc.) debido al aroma que dejan sus hojas, tanto si se utilizan frescas como secas.

En cuanto a sus usos medicinales, su utilización terapéutica como digestivo, carminativo, antiespasmódico y tranquilizante se mantiene vigente en la actualidad debido principalmente al incremento en estas últimas décadas de preparados o suplementos de venta en parafarmacias y herbolarios, mientras que el resto de sus usos son cada vez menos frecuentes, incluido su uso en veterinaria, como consecuencia de factores como el aumento del consumo de fármacos y el envejecimiento de la población rural, de modo que el conocimiento presente ha quedado más ligado al recuerdo que a su utilización.

En muchas regiones españolas es tradicional que la albahaca forme parte de las festividades locales y patronales. Fiestas que, como en el caso de Bétera (Valencia) tienen un arraigo popular de más de cuatro siglos. Estas tradiciones han mantenido vivo el cultivo de la planta, que se hacía expresamente con este fin en casi todas las casas de los pueblos para disponer de ella en cantidad para las festividades religiosas o fiestas patronales [33,43,69].

OBSERVACIONES

Los principales productos comerciales obtenidos a partir de la albahaca son las plantas para uso ornamental, la recolección de planta fresca utilizada como condimento, la planta seca que puede ser usada para elaborar fitomedicamentos, infusiones alimentarias, condimentos, incluso complementos alimenticios y por último, la esencia o aceite esencial, empleado en la elaboración de aditivos alimentarios, perfumes, cosméticos, ambientadores, repelentes de insectos, fitofármacos, etc. [96,130].

Su contenido en aceite esencial varía de un 0,2 a un 1% dependiendo de la variedad, lugar de procedencia, momento de recolección, clima y porcentaje de humedad de la planta [96]. Es importante tener cuidado con el uso del aceite esencial pues debido a su composición rica en estragol y eugenol puede producir irritaciones en piel y mucosas. Se recomienda no utilizar su esencia en personas alérgicas, así como en embarazadas y niños [131]. Desde 2001 fue prohibida la ingesta de este aceite esencial en muchos países de la Unión Europea.

Aunque algunos autores han llegado a describir más de 160 especies dentro del género *Ocimum* [132], otros solo aceptan poco más de 60 [93]. El género presenta tres centros principales de diversidad. El primero son las regiones tropicales y subtropicales de África, el segundo, Asia tropical y el tercero, las regiones tropicales de América [133], especialmente en Brasil [134]. El mayor número de especies se encuentra en las selvas tropicales de África [133], pero entre las más usadas en alimentación y medicina tradicional encontramos a *Ocimum basilicum, O. sanctum* L. (=*O. tenuiflorum* L.), nativas de la India y sureste de Asia, *O. gratissimum* L. y *O. americanum* L., ambas nativas tanto de India y sureste de Asia como de África y tan solo una especie exclusiva de África, *O. kilimandscharicum* Gürke [133,135].

ESPECIES RELACIONADAS

Ocimum minimum L.

NOMBRES VULGARES

Castellano: albahaca (AN, CL, CM, EX), albahaca fina (CL), albaca (CL), albaque (CM); albehaca (CL, CM, EX); alhábega, alhábega fina, lábega, nábega (CM) [4,9,17,25,32–34,46,57,61,108,110,136–141].

Catalán: alfabeguera, alfabegueta (IB) [71].

DESCRIPCIÓN / INTRODUCCIÓN

Hierba anual de hasta 30 cm. Hojas muy pequeñas, habitualmente de menos de 1 cm, lanceoladas. Flores dispuestas en espiga, con cáliz hasta de 5 mm, con labio superior cóncavo a modo de escudete e inferior con cuatro dientes; corola blanca. Se diferencia de *O. basilicum* por su pequeño porte, subarbustivo, y por formar una planta densa, compacta, con hojas muy pequeñas y flores también menores. Algunos autores la consideran como una variedad de *O. basilicum* [142].

Al igual que *O. basilicum*, parece ser nativa de Asia, donde aparece como cultivada y ya no se conoce su hábitat como planta silvestre [93]. Desde el punto de vista comercial y de producción se considera una variedad de albahaca, por lo que basta lo dicho en la Introducción de la especie que encabeza la ficha.

Ocimum minimum L. Emilio Laguna

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES SOBRE USOS

La albahaca fina (*O. minimum*) se ha empleado tradicionalmente para los mismos usos que la albahaca de hoja ancha (*O. basilicum*), aunque con una menor extensión. Normalmente se utilizan indistintamente [9,17,25,34,57,108,138,140], si bien en algunos casos se prefiere usar la fina por considerarse más bonita y aromática [32,71].

En la cocina, sus hojas se han usado para **condimentar** sopas y guisos [17,46,61,136,140,141].

Como planta medicinal se ha empleado la infusión de la parte aérea florida como **digestiva** [34], **galactógena** (para aumentar la secreción láctea después del parto) [141], y para los **resfriados** [23,34,108]. En Jaén se toma en infusión para el **vértigo** [141]. También se aplicaba externamente el cocimiento para tratar diversas dolencias. En Albacete, para curar la **ictericia** en los niños, se cocía esta planta junto con romero y perejil y se lavaba el cuerpo de los pequeños afectados por esta enfermedad [108]. En la Serranía de Cuenca se usaba para dar lavados en la vagina y el bajo vientre a las **parturientas** después del parto [57]. En las sierras de Segura y Alcaraz (Albacete), servía para lavar los **ojos irritados** [108]. Allí también se pasaba la planta por el cuerpo del afectado por **sarampión**, para eliminar las manchas que salían en la piel [108]. Muchos de estos remedios ya se han mencionado para *O. basilicum*.

Su uso más extendido es como repelente de insectos, para **ahuyentar moscas y mosquitos**, colocada en techos, ventanas y armarios [4,9,17,23,25,34,46,57,71,108,110,136,137,139–141], así como en las huertas [32,46,140] y en las cuadras [25,57].

Igualmente interviene como planta **decorativa** y de ofrenda en diversas **fiestas y festividades religiosas**, como la Virgen de Agosto o la festividad del Corpus, para adornar altares y repartir entre los asistentes [23,32,137]. Con motivo de las fiestas, tanto hombres como mujeres se

Detalle hojas de *Ocimum minimum*. Emilio Laguna

colocaban un ramillete de albahaca para oler bien, sobre la oreja, en el pelo, en el sombrero, en un ojal, en la solapa de la chaqueta o en el escote [34,136]. Las personas mayores la llevaban en el bolsillo [32]. En Salamanca también se usaba en el traje charro, colocando una ramita a los danzarines en la cabeza, sujeta con un pañuelo [34,55,138].

Como ya se describió en la especie anterior, la albahaca aparece mencionada en muchos cantares populares. En Malpartida de Plasencia (Cáceres) se han recogido estas dos **canciones** populares de boda identificando la albahaca citada como *O. minimum*: "Salir mocitas, salir ahora / a ver las mozas las de la boda / las de la boda son las mejores / que me parecen ramos de flores / ramos de flores y de albahaca / las bellas mozas nos acompañan..."; y esta otra: "...A recoger los manteles / y las cucharas de plata / que vamos a por la novia / que es un ramo de albahaca..." [136].

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES SOBRE MANEJO

Cultivada tradicionalmente en **patios** y **jardines** [23,32,34,46,108,136]. A diferencia de la otra albahaca, la albahaca fina se cultiva más en **macetas**, por tener un olor más fino, que en las huertas, por ser más pequeña y desarrollarse peor entre los cultivos de verano [9]. Habitualmente se colocaba en macetas que se ponían en las repisas de las ventanas de las casas, así ahuyentaba las moscas y perfumaba la casa [17,33,57,136]. Es más sensible que *O. basilicum* a las bajas temperaturas, por lo que muere con las primeras heladas [114]. En Menorca señalan que hay que sembrarla los días santos de Pascua [71]. Respecto a sus cuidados, requiere un riego y abonado similares a la especie anterior.

REFERENCIAS

1. Latorre 2008; 2. Akerreta 2009; 3. Benítez 2009; 4. González *et al.* 2011c; 5. González *et al.* 2012; 6. Belda *et al.* 2010; 7. Ferrández & Sanz 1993; 8. Mulet 1991; 9. Mesa 1996; 10. Vázquez *et al.* 1997; 11. Ortuño 2003; 12. González-Tejero 1989; 13. Villar *et al.* 1987; 14. López Sáez 2002; 15. Guzmán 1997; 16. Rivera *et al.* 2006; 17. Criado *et al.* 2008; 18. Bonet 2001; 19. Jaén Otero 1984; 20. Cobo & Tijera 2011; 21. Sánchez López *et al.* 1994; 22. Galán 1993; 23. Molero Mesa *et al.* 2001; 24. Carrió 2013; 25. Verde 2002; 26. Casado Ponce 2003; 27. Perera López 2005; 28. Perera López 2006; 29. Sabaté Bel 2011; 30. Rabal 2000; 31. Rivera *et al.* 1994; 32. Blanco & Cuadrado 2000; 33. Verde *et al.* 1998; 34. Velasco *et al.* 2010; 35. Álvarez Escobar 2011; 36. Fernández Ocaña 2000; 37. Alcántara 1990; 38. Akerreta *et al.* 2007a; 39. Akerreta *et al.* 2013; 40. Martínez Ezquerro 1994; 41. Alarcón *et al.* 2015; 42. López 2015; 43. Blanco 2015; 44. Acosta *et al.* 2001b; 45. Díaz del Cañizo *et al.* 1998; 46. Rivera *et al.* 2008; 47. González Lera & Guzmán Casado 2006a; 48. Krause *et al.* 2006; 49. Martín Fernández 2010; 50. Navarro Alcalá-Zamora 1981; 51. Romero Molina *et al.* 2011; 52. INIA 2021; 53. García Carrero 2011; 54. Rojo 2011; 55. Granzow de la Cerda 1993; 56. Martínez & Martínez 2011; 57. Fajardo *et al.* 2007; 58. Rojo *et al.* 2011; 59. Gil Palomo & Juárez Castillo 2005; 60. López González *et al.* 2008; 61. Verde *et al.* 2000; 62. Aceituno-Mata 2010; 63. Martínez Lirola *et al.* 1997; 64. Agelet 1999; 65. Raja 1995; 66. Rigat 2005; 67. Selga 1998; 68. Fresquet *et al.* 2001; 69. Pellicer 2000; 70. Conca & Oltra 2005; 71. Moll 2005; 72. Bonet *et al.* 2008; 73. Carrió *et al.* 2012; 74. Parada *et al.* 2011; 75. Rigat *et al.* 2009; 76. Batet *et al.* 2011; 77. Perramon Llussà 2012; 78. Segarra 2015; 79. Rigat *et al.* 2011; 80. Laguna 1998; 81. Gratacós & López 2016; 82. Gras 2019; 83. Parada 2008; 84. Belda *et al.* 2013b; 85. Muntané 1991; 86. Bonet 1991; 87. Lacoizqueta 1888; 88. Labayru Fundazioa 2018; 89. González González *et al.* 2012; 90. Rodríguez Río 2004; 91. Moré *et al.* 2010; 92. Zeven & Zhukovsky 1975; 93. Paton *et al.* 1999; 94. Tripathi *et al.* 2017; 95. Torres & Edwards 2017; 96. Fernández 2004; 97. Rawat *et al.* 2016; 98. Akbari *et al.* 2018; 99. Morales 1996; 100. Putievsky & Galambosi 1999; 101. Sandoval & Donat 2007; 102. Belda *et al.* 2012; 103. Lloret 2017; 104. Gaudens & Sanz 1984; 105. Fresquet & Tronchoni 1995; 106. Sebastián Domingo 1988; 107. Segarra 2008; 108. Verde *et al.* 2008; 109. Blanco 1995; 110. Ortiz Suárez 2010; 111. Gil González 2014; 112. Pedauyé *et al.* 2014; 113. Navarro Soler 1880; 114. Font Quer 1961; 115. Teofrasto 1988; 116. Plinio 1976; 117. Laguna 1555; 118. Columela 1988; 119. Apicio 1987; 120. Isidoro de Sevilla 1982; 121. Martín-Consuegra Fernández *et al.* 2000; 122. Martín-Consuegra Fernández *et al.* 1995; 123. Ibn Ḥaŷŷāŷ 1988; 124. Abū l-Jayr 2004-2010; 125. Ibn al-'Awwām 1988; 126. Alonso de Herrera 1981; 127. Fernández Pérez & González Tascón 1991; 128. Gómez Ortega 1784; 129. Boutelou & Boutelou 1801; 130. Cristóbal *et al.* 2006; 131. Vanaclocha & Cañigueral 2019; 132. Pushpangadan & Bardu 1995; 133. Chinedu & Charles 2021; 134. Albuquerque & Andrade 1998; 135. Royal Botanic Gardens Kew 2022; 136. Tejerina 2010; 137. Arauzo *et al.* 2004; 138. Blanco 2004; 139. Carazo *et al.* 1998b; 140. Fajardo *et al.* 2000; 141. Morillas & Fernández-López 2006; 142. Vieira *et al.* 2003.