

FUNDACIÓN ALFONSO MARTÍN ESCUDERO



LAS PLANTAS DE EXTRACTOS.
BASES PARA UN PLAN DE
DESARROLLO DEL SECTOR

“Trabajos de Investigación sobre Plantas Medicinales,
Aromáticas y Condimentarias”

PARTE SEGUNDA

FICHAS DESCRIPTIVAS DE LAS ESPECIES

MELISSA, S.A.

INDICE DE LA SEGUNDA PARTE

1. INTRODUCCIÓN.....	6
2. ÍNDICE DE LAS ESPECIES SELECCIONADAS.....	8
3. FICHAS DESCRIPTIVAS DE LAS ESPECIES	10
3.1. FAMILIA <i>LAMIACEAE</i> (LABIADAS)	10
3.1.1. Género <i>Hyssopus</i>	10
3.1.2. Género <i>Lamium</i>	13
3.1.3. Género <i>Lavandula</i>	16
3.1.4. Género <i>Majorana</i>	25
3.1.5. Género <i>Melissa</i>	28
3.1.6. Género <i>Mentha</i>	31
3.1.7. Género <i>Nepeta</i>	41
3.1.8. Género <i>Ocimum</i>	44
3.1.9. Género <i>Origanum</i>	46
3.1.10. Género <i>Rosmarinus</i>	50
3.1.11. Género <i>Salvia</i>	53
3.1.12. Género <i>Satureja</i>	60
3.1.13. Género <i>Sideritis</i>	64
3.1.14. Género <i>Teucrium</i>	66
3.1.15. Género <i>Thymus</i>	69
3.2. FAMILIA <i>ASTERACEAE</i> (COMPUESTAS)	81
3.2.1. Género <i>Achillea</i>	81
3.2.2. Género <i>Arctium</i>	84
3.2.3. Género <i>Arnica</i>	87
3.2.4. Género <i>Artemisia</i>	90
3.2.5. Género <i>Calendula</i>	99
3.2.6. Género <i>Centaurea</i>	102
3.2.7. Género <i>Cichorium</i>	105
3.2.8. Género <i>Cnicus</i>	108
3.2.9. Género <i>Cynara</i>	111
3.2.10. Género <i>Chamaemelum</i>	117
3.2.11. Género <i>Chamomilla</i>	120
3.2.12. Género <i>Echinacea</i>	123
3.2.13. Género <i>Inula</i>	125
3.2.14. Género <i>Jasonia</i>	128
3.2.15. Género <i>Santolina</i>	130
3.2.16. Género <i>Silybum</i>	133
3.2.17. Género <i>Solidago</i>	136
3.2.18. Género <i>Tanacetum</i>	138
3.2.19. Género <i>Taraxacum</i>	146
3.3. FAMILIA <i>APIACEAE</i> (UMBELÍFERAS)	148
3.3.1. Género <i>Anethum</i>	148
3.3.2. Género <i>Angelica</i>	151
3.3.3. Género <i>Carum</i>	153
3.3.4. Género <i>Coriandrum</i>	156
3.3.5. Género <i>Cuminum</i>	159
3.3.6. Género <i>Foeniculum</i>	162
3.3.7. Género <i>Pimpinella</i>	165
3.4. FAMILIA <i>LAURACEAE</i> (LAURÁCEAS)	168
3.4.1. Género <i>Laurus</i>	168

3.5. FAMILIA <i>RANUNCULACEAE</i> (RANUNCULÁCEAS).....	171
3.5.1. Género <i>Aconitum</i>	171
3.5.2. Género <i>Pulsatilla</i>	174
3.6. FAMILIA <i>PAPAVERACEAE</i> (PAPAVERÁCEAS).....	177
3.6.1. Género <i>Eschscholzia</i>	177
3.6.2. Género <i>Chelidonium</i>	180
3.6.3. Género <i>Papaver</i>	183
3.7. FAMILIA <i>FUMARIACEAE</i> (FUMARIÁCEAS).....	186
3.7.1. Género <i>Fumaria</i>	186
3.8. FAMILIA <i>BETULACEAE</i> (BETULÁCEAS).....	189
3.8.1. Género <i>Betula</i>	189
3.9. FAMILIA <i>CARYOPHYLLACEAE</i> (CARIOFILÁCEAS).....	192
3.9.1. Género <i>Saponaria</i>	192
3.10. FAMILIA <i>POLYGONACEAE</i> (POLIGONÁCEAS).....	195
3.10.1. Género <i>Rheum</i>	195
3.10.2. Género <i>Rumex</i>	197
3.11. FAMILIA <i>CLUSIACEAE</i> (CLUSIÁCEAS).....	200
3.11.1. Género <i>Hypericum</i>	200
3.12. FAMILIA <i>TILIACEAE</i> (TILIÁCEAS).....	203
3.12.1. Género <i>Tilia</i>	203
3.13. FAMILIA <i>MALVACEAE</i> (MALVÁCEAS).....	207
3.13.1. Género <i>Althaea</i>	207
3.13.2. Género <i>Malva</i>	210
3.14. FAMILIA <i>CISTACEAE</i> (CISTÁCEAS).....	213
3.14.1. Género <i>Cistus</i>	213
3.15. FAMILIA <i>VIOLACEAE</i> (VIOLÁCEAS).....	216
3.15.1. Género <i>Viola</i>	216
3.16. FAMILIA <i>PASSIFLORACEAE</i> (PASSIFLORÁCEAS).....	219
3.16.1. Género <i>Passiflora</i>	219
3.17. FAMILIA <i>BRASICACEAE</i> (CRUCÍFERAS).....	221
3.17.1. Género <i>Brassica</i>	221
3.17.2. Género <i>Sinapis</i>	224
3.18. FAMILIA <i>ERICACEAE</i> (ERICÁCEAS).....	227
3.18.1. Género <i>Arctostaphylos</i>	227
3.18.2. Género <i>Calluna</i>	230
3.18.3. Género <i>Erica</i>	233
3.18.4. Género <i>Vaccinium</i>	235
3.19. FAMILIA <i>PRIMULACEAE</i> (PRIMULÁCEAS).....	238
3.19.1. Género <i>Primula</i>	238
3.20. FAMILIA <i>GROSSULARIACEAE</i> (GROSULARIÁCEAS).....	241
3.20.1. Género <i>Ribes</i>	241
3.21. FAMILIA <i>ROSACEAE</i> (ROSÁCEAS).....	243
3.21.1. Género <i>Agrimonia</i>	243
3.21.2. Género <i>Crataegus</i>	246
3.21.3. Género <i>Filipendula</i>	249
3.21.4. Género <i>Rosa</i>	252
3.22. FAMILIA <i>FABACEAE</i> (LEGUMINOSAS).....	255

3.22.1.	Género <i>Cytisus</i>	255
3.22.2.	Género <i>Glycyrrhiza</i>	258
3.22.3.	Género <i>Melilotus</i>	261
3.22.4.	Género <i>Trigonella</i>	264
3.23.	FAMILIA <i>LYTHRACEAE</i> (LITRÁCEAS).....	267
3.23.1.	Género <i>Lythrum</i>	267
3.24.	FAMILIA <i>MYRTACEAE</i> (MIRTÁCEAS).....	270
3.24.1.	Género <i>Eucalyptus</i>	270
3.25.	FAMILIA <i>VISCACEAE</i> (VISCÁCEAS).....	273
3.25.1.	Género <i>Viscum</i>	273
3.26.	FAMILIA <i>RHAMNACEAE</i> (RHAMNÁCEAS).....	276
3.26.1.	Género <i>Frangula</i>	276
3.27.	FAMILIA <i>HIPPOCASTANACEAE</i> (HIPOCASTANÁCEAS).....	279
3.27.1.	Género <i>Aesculus</i>	279
3.28.	FAMILIA <i>RUTACEAE</i> (RUTÁCEAS).....	281
3.28.1.	Género <i>Citrus</i>	281
3.28.2.	Género <i>Ruta</i>	284
3.29.	FAMILIA <i>GENTIANACEAE</i> (GENCIANÁCEAS).....	287
3.29.1.	Género <i>Gentiana</i>	287
3.30.	FAMILIA <i>APOCINACEAE</i> (APOCINÁCEAS).....	290
3.30.1.	Género <i>Vinca</i>	290
3.30.2.	Género <i>Catharanthus</i>	293
3.31.	FAMILIA <i>SOLANACEAE</i> (SOLANÁCEAS).....	296
3.31.1.	Género <i>Atropa</i>	296
3.31.2.	Género <i>Hyoscyamus</i>	299
3.32.	FAMILIA <i>BORAGINACEAE</i> (BORAGINÁCEAS).....	302
3.32.1.	Género <i>Borago</i>	302
3.33.	FAMILIA <i>VERBENACEAE</i> (VERBENÁCEAS).....	305
3.33.1.	Género <i>Aloysia</i>	305
3.33.2.	Género <i>Verbena</i>	308
3.34.	FAMILIA <i>PLANTAGINACEAE</i> (PLANTAGINÁCEAS).....	311
3.34.1.	Género <i>Plantago</i>	311
3.35.	FAMILIA <i>SCROPHULARIACEAE</i> (ESCROFULARIÁCEAS).....	319
3.35.1.	Género <i>Digitalis</i>	319
3.35.2.	Género <i>Verbascum</i>	322
3.36.	FAMILIA <i>PEDALIACEAE</i> (PEDALIÁCEAS).....	325
3.36.1.	Género <i>Sesamun</i>	325
3.37.	FAMILIA <i>CAPRIFOLIACEAE</i> (CAPRIFOLIÁCEAS).....	327
3.37.1.	Género <i>Sambucus</i>	327
3.38.	FAMILIA <i>VALERIANACEAE</i> (VALERIANÁCEAS).....	333
3.38.1.	Género <i>Valeriana</i>	333
3.39.	FAMILIA <i>POACEAE</i> (GRAMÍNEAS).....	336
3.39.1.	Género <i>Cynodon</i>	336
3.39.2.	Género <i>Elymus</i>	339
3.40.	FAMILIA <i>LILIACEAE</i> (LILIÁCEAS).....	342
3.40.1.	Género <i>Ruscus</i>	342

3.41.	FAMILIA <i>GINKGOACEAE</i> (GINKGOÁCEAS)	345
3.41.1.	Género <i>Ginkgo</i>	345
3.42.	FAMILIA <i>PINACEAE</i> (PINÁCEAS)	346
3.42.1.	Género <i>Pinus</i>	346
3.43.	FAMILIA <i>CUPRESACEAE</i> (CUPRESÁCEAS)	349
3.43.1.	Género <i>Juniperus</i>	349
3.43.2.	Género <i>Thuja</i>	352
3.44.	FAMILIA <i>TAXACEAE</i> (TAXÁCEAS)	354
3.44.1.	Género <i>Taxus</i>	354
3.45.	PTERIDOFITAS (HELECHOS). FAMILIA <i>EQUISETACEAE</i> (EQUISETOS)	357
3.45.1.	Género <i>Equisetum</i>	357
4.	ÍNDICES ALFABÉTICOS DE NOMBRES VULGARES Y CIENTÍFICOS.....	361
4.1.	NOMBRES VULGARES - NOMBRES CIENTÍFICOS.....	361
4.2.	NOMBRES CIENTÍFICOS - NOMBRES VULGARES.....	365

1. INTRODUCCIÓN

En esta segunda parte del trabajo se presenta la información referente a las especies seleccionadas para un uso potencial, de acuerdo con los criterios expuestos en el capítulo 3 de la primera parte. No se trata de un estudio exhaustivo de todas las especies con propiedades medicinales, condimentarias o aromáticas, sino de aquellas cuya producción en las circunstancias actuales puede presentar una mayor demanda, un cultivo factible y, por tanto, un mayor beneficio de tipo económico.

La información sobre estas especies, organizada en monografías o fichas para cada una de ellas, contempla tres grandes bloques.

En el primer bloque se incluye la identificación de la planta bajo dos apartados; el primero corresponde a la denominación científica de la especie, es decir a su **Nombre científico**. En el caso de que en la actualidad exista controversia o discusión sobre su denominación, se incluye también esta discusión junto con el estatus actual que se admita. También se acompaña de la sinonimia más importante si la hubiere. El segundo apartado recoge los **Nombres vernáculos** existentes en las diferentes lenguas del territorio español, para lo cual se ha utilizado como base la obra “Diccionario ilustrado de los nombres vernáculos de las plantas en España” (A. Ceballos, 1986). Como información complementaria, en el apartado de **Origen**, se cita el lugar o zona geográfica de donde es originaria cada especie.

En el segundo bloque -y en el apartado que se ha denominado **Ecología**- se realiza la caracterización de las especies desde distintos aspectos, no tanto de su descripción morfológica -que puede encontrarse en cualquier clave botánica al uso-, pero sí en cuanto a su forma biológica, talla máxima que pueden alcanzar (importante para evaluar la posible mecanización de la cosecha) y fenología, así como sus requerimientos ecológicos (suelos y altitud) y necesidades para su cultivo potencial, y diversidad o variabilidad infraespecífica si la hubiere. Todo ello en cuanto que tiene influencia en el planteamiento del cultivo de la especie y en su manejo.

El tercer bloque de información se refiere al uso de cada especie, fundamentalmente desde el punto de vista medicinal. En el apartado denominado **Partes utilizadas y formas de uso** se da preferencia a la parte de la planta que constituye la droga, no contemplándose generalmente, otros órganos que se emplean en ocasiones para usos no terapéuticos. En la **Composición química** se incluyen los componentes químicos de la droga; por una parte los generales, aquellos que aunque no intervienen o sólo lo hacen parcialmente en su actividad, pueden tener gran importancia en los procesos de extracción, conservación, caracterización, etc. y por otra, los principios activos, aquellos compuestos

responsables de sus efectos. Hay que tener en cuenta que en muchas ocasiones no existe un único grupo de compuestos responsables y la acción se debe al conjunto de varios, que pueden actuar de forma sinérgica; en otras ocasiones aún no está perfectamente determinado el o los componentes activos. En *Propiedades terapéuticas* se mencionan las principales actividades terapéuticas de las especies vegetales contempladas; únicamente en alguna ocasión se citan los compuestos responsables. Los *Usos etnofarmacológicos* recogen las propiedades y aplicaciones que de forma tradicional se atribuyen a las especies vegetales; algunas han sido demostradas por experimentación, mientras que otras son totalmente empíricas. Dado que, además de su empleo en terapéutica, pueden tener otras aplicaciones, se contemplan en *Otros usos*, las utilizaciones -en alimentación, cosmética, industrias diversas, colorantes, etc.- que tienen o han tenido las especies, fundamentalmente en España, a lo largo del tiempo. Por otra parte, las plantas medicinales son muchas veces tóxicas y esta toxicidad es necesario conocerla para evitar problemas y accidentes. En este epígrafe de *Toxicidad*, en ocasiones se indica la toxicidad del compuesto responsable de la misma y de la especie vegetal que lo contiene; también en algunas fichas se contemplan efectos adversos o contraindicaciones.

Cada monografía se completa, en el apartado de *Distribución*, con un mapa que refleja el área de distribución aproximada de la especie en España, basada en citas bibliográficas o constatadas en pliegos de herbario, de tal manera que se obtenga una aproximación a la zona en la que se puede llegar a encontrar en forma espontánea cada especie. Hay especies de las que no presenta mapa de distribución porque no aparecen de forma espontánea, han sido introducidas o sólo se mantienen en cultivo y no forman parte de la flora española.

Las monografías o fichas se han organizado por familias botánicas ordenadas según su importancia relativa -Labiadas, Compuestas y Umbelíferas, con el mayor número de especies consideradas- y siguiendo como segundo criterio la ordenación sistemática presentada en el epígrafe 3.2 de la primera parte. La búsqueda y consulta de una especie concreta se facilita mediante el índice de nombres científicos que aparece tras esta introducción y con los índices de nombres vernáculos recogidos en el epígrafe 3.

2. ÍNDICE DE LAS ESPECIES SELECCIONADAS

Nombre científico	Página
<i>Achillea millefolium</i> L.	81
<i>Aconitum napellus</i> L.	171
<i>Aesculus hippocastanum</i> L.	279
<i>Agrimonia eupatoria</i> L.	243
<i>Aloysia triphylla</i> (L'Hérit.) Britton	305
<i>Althaea officinalis</i> L.	207
<i>Anethum graveolens</i> L.	148
<i>Angelica archangelica</i> L.	151
<i>Arctium lappa</i> L.	84
<i>Arctostaphylos uva-ursi</i> (L.) Spreng.	227
<i>Arnica montana</i> L.	87
<i>Artemisia absinthium</i> L.	90
<i>Artemisia dracunculul</i> L.	93
<i>Artemisia vulgaris</i> L.	96
<i>Atropa belladonna</i> L.	296
<i>Betula pendula</i> Roth.	189
<i>Borago officinalis</i> L.	302
<i>Brassica nigra</i> (L.) Koch.	221
<i>Calendula officinalis</i> L.	99
<i>Calluna vulgaris</i> Salisbury	230
<i>Carum carvi</i> L.	153
<i>Catharanthus roseus</i> (L.) G. Don	293
<i>Centaurea cyanus</i> L.	102
<i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All.	117
<i>Chamomilla recutita</i> (L.) Rauschert	120
<i>Chelidonium majus</i> L.	180
<i>Cichorium intybus</i> L.	105
<i>Cistus ladanifer</i> L.	213
<i>Citrus aurantium</i> L.	281
<i>Citrus aurantium</i> L. var. <i>bergamia</i> Risso	281
<i>Citrus limon</i> (L.) Burm. fil.	281
<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osbeck	281
<i>Cnicus benedictus</i> L.	108
<i>Coriandrum sativum</i> L.	156
<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.	246

Nombre científico	Página
<i>Cuminum cyminum</i> L.	159
<i>Cynara cardunculus</i> L.	114
<i>Cynara scolymus</i> L.	111
<i>Cynodon dactylon</i> (L.) Pers.	336
<i>Cytisus scoparius</i> (L.) Link	255
<i>Digitalis purpurea</i> L.	319
<i>Echinacea angustifolia</i> DC.	123
<i>Elymus repens</i> (L.) Gould.	339
<i>Equisetum arvense</i> L.	357
<i>Equisetum telmateia</i> Ehrhart.	357
<i>Erica cinerea</i> L.	233
<i>Eschscholzia californica</i> Cham.	177
<i>Eucalyptus globulus</i> Labillardiere	270
<i>Filipendula ulmaria</i> (L.) Maxim.	249
<i>Foeniculum vulgare</i> Miller.	162
<i>Frangula alnus</i> Mill.	276
<i>Fumaria officinalis</i> L.	186
<i>Gentiana lutea</i> L.	287
<i>Ginkgo biloba</i> L.	345
<i>Glycyrrhiza glabra</i> L.	258
<i>Hyoscyamus niger</i> L.	299
<i>Hypericum perforatum</i> L.	200
<i>Hyssopus officinalis</i> L.	10
<i>Inula helenium</i> L.	125
<i>Jasonia glutinosa</i> (L.) DC.	128
<i>Juniperus communis</i> L.	349
<i>Lamium album</i> L.	13
<i>Laurus nobilis</i> L.	168
<i>Lavandula angustifolia</i> Miller	17
<i>Lavandula latifolia</i> Medicus.	20
<i>Lavandula x hybrida</i> Reverchon	23
<i>Lythrum salicaria</i> L.	267
<i>Majorana hortensis</i> Moench	25
<i>Malva sylvestris</i> L.	210
<i>Melilotus officinalis</i> (L.) Pallas	261

Nombre científico	Página
<i>Melissa officinalis</i> L.	28
<i>Mentha arvensis</i> L. var. <i>piperascens</i> Malinv.	32
<i>Mentha pulegium</i> L.	36
<i>Mentha spicata</i> L.	39
<i>Mentha x piperita</i> L.	33
<i>Nepeta cataria</i> L.	41
<i>Ocimum basilicum</i> L.	44
<i>Origanum vulgare</i> L.	46
<i>Papaver rhoeas</i> L.	183
<i>Passiflora incarnata</i> L.	219
<i>Pimpinella anisum</i> L.	165
<i>Pinus sylvestris</i> L.	346
<i>Plantago arenaria</i> Waldst. & Kit.	315
<i>Plantago lanceolata</i> L.	312
<i>Plantago major</i> L.	312
<i>Plantago media</i> L.	312
<i>Plantago ovata</i> Forsk.	315
<i>Primula veris</i> L.	238
<i>Pulsatilla rubra</i> Delarbre	174
<i>Rheum officinale</i> (L.) Baill.	195
<i>Ribes nigrum</i> L.	241
<i>Rosa canina</i> L.	252
<i>Rosa gallica</i> L.	252
<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	50
<i>Rumex acetosa</i> L.	197
<i>Ruscus aculeatus</i> L.	342
<i>Ruta graveolens</i> L.	284
<i>Salvia officinalis</i> L.	54
<i>Salvia sclarea</i> L.	57
<i>Sambucus ebulus</i> L.	327
<i>Sambucus nigra</i> L.	331
<i>Santolina chamaecyparissus</i> L.	130

Nombre científico	Página
<i>Saponaria officinalis</i> L.	192
<i>Satureja hortensis</i> L.	60
<i>Satureja montana</i> L.	62
<i>Sesamum indicum</i> L.	325
<i>Sideritis angustifolia</i> Lag.	64
<i>Silybum marianum</i> (L.) Gaertner	133
<i>Sinapis alba</i> L.	224
<i>Solidago virgaurea</i> L.	136
<i>Tanacetum cinerariifolium</i> (Trev.) Schultz Bip	141
<i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Schultz Bip	138
<i>Tanacetum vulgare</i> L.	143
<i>Taraxacum spp.</i>	146
<i>Taxus baccata</i> L.	354
<i>Teucrium chamaedrys</i> L.	66
<i>Thuja occidentalis</i> L.	352
<i>Thymus capitatus</i> (L.) Hoff. & Link	75
<i>Thymus mastichina</i> L.	79
<i>Thymus pulegioides</i> L.	72
<i>Thymus serpyllum</i> L.	70
<i>Thymus vulgaris</i> L.	74
<i>Thymus zygis</i> L.	77
<i>Tilia cordata</i> Miller	203
<i>Tilia platyphyllos</i> Scopoli	203
<i>Trigonella foenum-graecum</i> L.	264
<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	235
<i>Valeriana officinalis</i> L.	333
<i>Verbascum thapsus</i> L.	322
<i>Verbena officinalis</i> L.	308
<i>Vinca minor</i> L.	290
<i>Viola odorata</i> L.	216
<i>Viola tricolor</i> L.	217
<i>Viscum album</i> L.	273

3. FICHAS DESCRIPTIVAS DE LAS ESPECIES

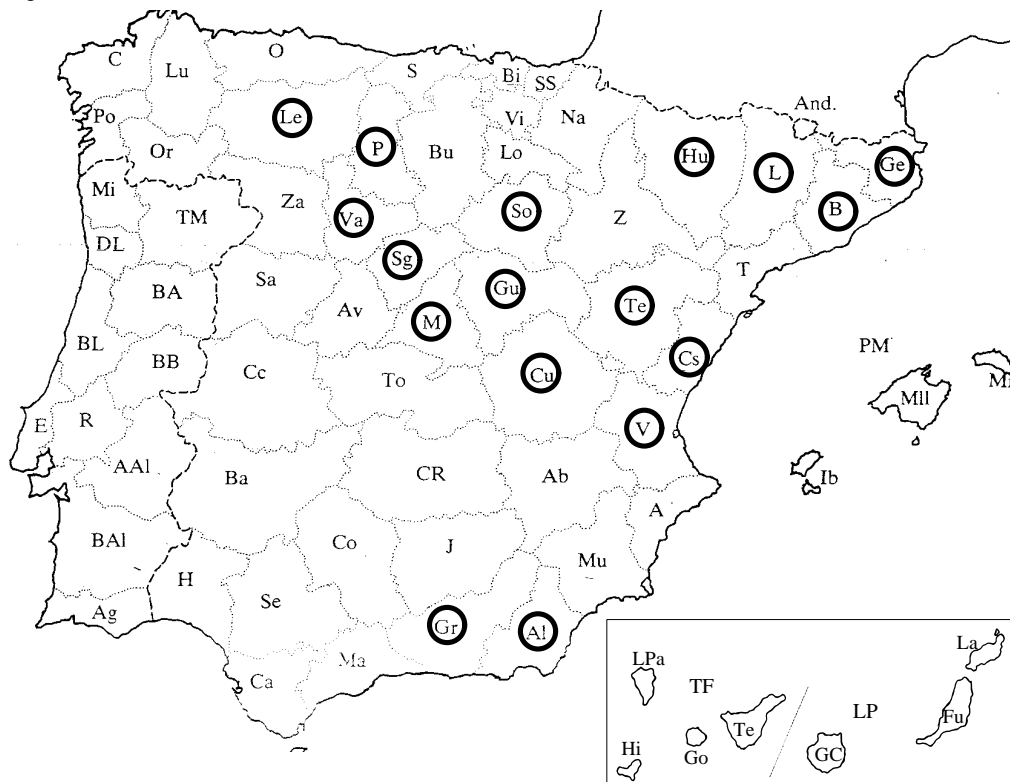
3.1. Familia **Lamiaceae** (Labiadas)

3.1.1. Género **Hyssopus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- HYSSOPUS OFFICINALIS L.
El género <i>Hyssopus</i> está compuesto por 5 especies, en su mayoría originarias del sur de Europa. Aunque se le conozca con el nombre vulgar de hisopo, no se corresponde con el citado en la Biblia, ya que este no existe en Oriente Próximo. El hisopo de la Biblia es el <i>Origanum syriacum L.</i>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Hisop, HISOPO, Hisopo común, Itze-belarr, Rabillo, Rabillo de gato, Urdingorri.
ORIGEN.- Sur de Europa
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y sumidades floridas. Si es para destilar se usa la planta entera (hojas y flores), pero si es para herboristería se utilizan, en general, únicamente las sumidades floridas. Infusión, jarabe, alcoholato, droga pulverizada, aceite esencial obtenido por destilación.
ECOLOGÍA.- Es una planta perenne, amacollada, olorosa al tacto y de una talla que puede alcanzar los 60 cm. Requiere terrenos calizos, no siendo muy exigente en cuanto a fertilidad del suelo. No le convienen los suelos muy pesados por problemas de asfixia radicular y posible encharcamiento. Llega a alcanzar la cota 2.000 msnm, si bien se presenta con mas frecuencia en el piso montano (800-1600 m). La altitud es importante porque el contenido en aceite esencial disminuye con la altitud. Como todas las especies perennes de fenología estival, a partir del segundo año puede tener dos cortes por año. Si el fin del cultivo es para destilar se debe recolectar en plena floración; si es para desecar se debe hacer al inicio de la misma. Sus exigencias medioambientales son parecidas a las del romero, espliego, tomillo y ajedrea.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *HYSSOPUS OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.- No es una especie de presencia frecuente en la Flora española. A veces procedente de antiguos cultivos abandonados.



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos (cafeico, clorogénico y rosmarínico), flavonoides (diosmina), taninos, triterpenos (ácido ursólico y oleanólico).

b.- Principios activos

Aceite esencial de 0,3-1% (isopinocanfona, pinocanfona, tuyona); Principios amargos de tipo lactónico (marrubiína).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antibronquiales, antiasmáticas, anticatarrales, estimulantes, béquicas, expectorantes, hipotensoras, antioxidantes, tónicas, digestiva y carminativa, antisépticas, antivirales y convulsivantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Bronquitis, catarros, afecciones pulmonares, tos, expectorante, dispepsia, carminativo, estimulante, dolor de muelas, afecciones urogenitales.

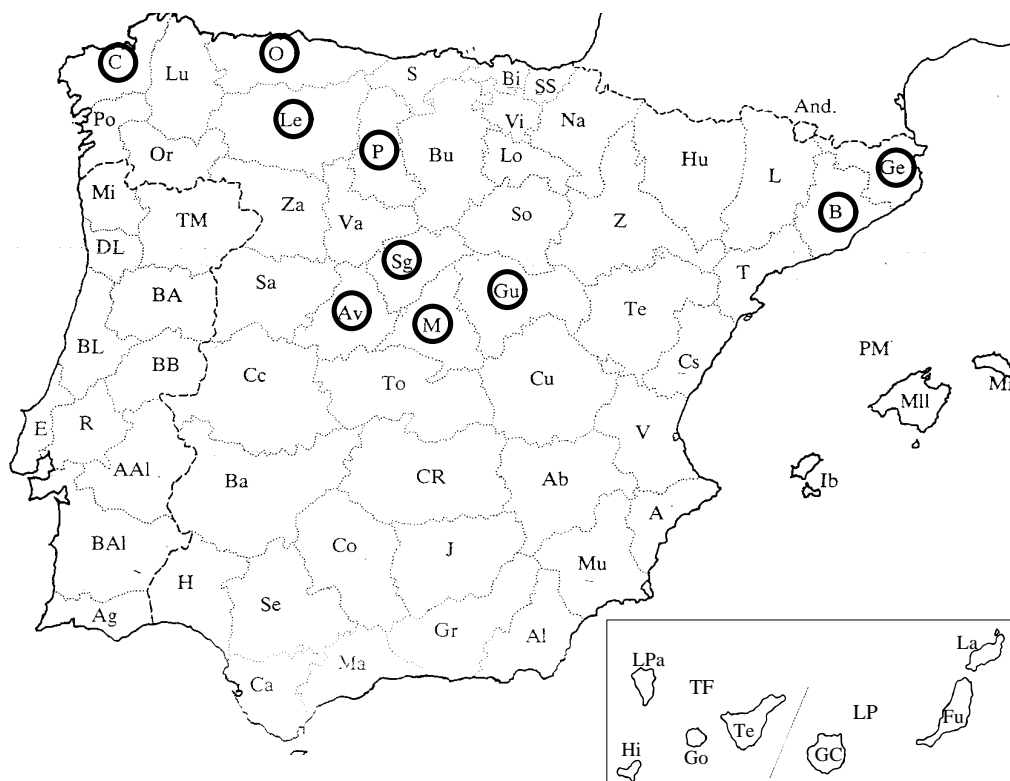
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>HYSSOPUS OFFICINALIS L.</i></p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como condimentaria. El aceite esencial se emplea en industria farmaceutica.</p> <p>En licorería (en la elaboración del vermout y del Chartreuse entre otros). En perfumería y cosmética. Especie muy melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Uno de los componentes del aceite esencial es la tuyona que junto con la pinocanfona y la isopinocanfona se consideran responsables del efecto neurotóxico. Suministrado este aceite en dosis elevadas puede provocar crisis epilépticas en personas sensibles.</p>

3.1.2. Género **Lamium**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- LAMIUM ALBUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Flor d'ortiga, Fortiguilla muerta, Hortiguilla muerta, Lamio blanco, Ortiga blanca, Ortiga morta, ORTIGA MUERTA, Ortiga muerta blanca.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, decocción, alcoholaturo, extracto seco y fluido, jarabe.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con rizomas y cuyos tallos aéreos pueden alcanzar una altura de hasta 60 cm. Florece en primavera-verano. Su habitat se sitúa en ámbito de los bosques caducifolios, en setos y cunetas. Su cultivo es bastante fácil, con la condición de que los suelos sean arenosos, fértiles y frescos o estén en regadío. El cultivo permite dos recolecciones por año de sumidades floridas, debiendo realizarse cuando se produzca la antesis de las primeras flores, ya que posteriormente pierden rápidamente sus propiedades. Si la recolección fuera únicamente de las flores, sin otras partes vegetativas, se realizará a medida que se vaya produciendo la antesis, lo cual implica una recolección manual y con una gran periodicidad (semanal) lo que supone unos costos sumamente elevados.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *LAMIUM ALBUM L.*

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Oligosacáridos, iridoides, ácidos fenólicos, saponinas, trazas de aceite esencial.

b.- Principios activos

Mucílagos, taninos, flavonoides

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiinflamatorias, antisépticas, astringentes, antidiarreicas, demulcentes, expectorantes, hemostáticas, resolutivas, tónicas, vulnerarias. También está indicado en metrorragias y leucorrea.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Remedio popular astringente, depurativo, antirreumático. Por vía tópica en vaginitis, faringitis, heridas, etc.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *LAMIUM ALBUM L.*

OTROS USOS.-

En cosmética se utiliza para la fabricación de champú, y por sus propiedades tónicas y astringentes pueden usarse en lociones faciales y en baños.

Como especie tintórea se puede obtener de sus tallos y hojas un tinte de color amarillo.

Toda la planta ha sido usada para consumo humano, así los tallos, que son portadores de las inflorescencias, recolectados antes de la floración al igual que las hojas, se consumen cocidas como las espinacas, las flores ocasionalmente en confitura y las raíces cocidas en ensalada. Especie melífera.

3.1.3. Género **Lavandula**

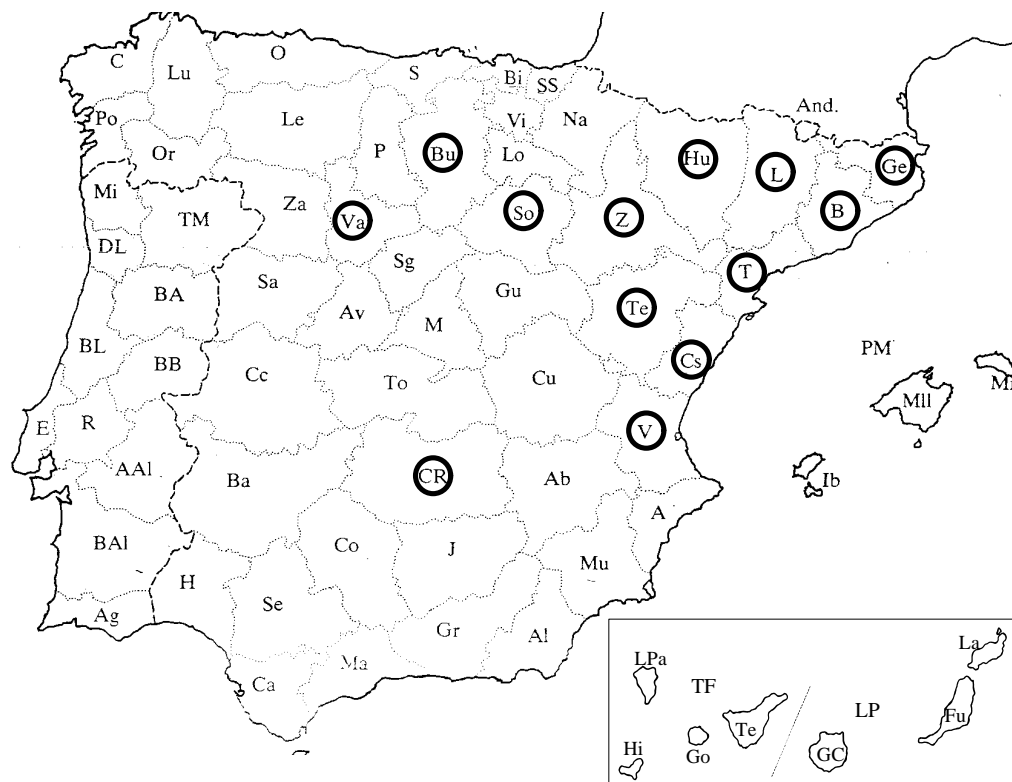
• NOMBRE CIENTÍFICO.- *LAVANDULA SP.*

El género *Lavandula* esta ampliamente representado en la Península Ibérica con un total de 7 especies. Todas ellas participan de una gran adaptación a las condiciones de clima mediterráneo, y forman parte de la formación subarborescente del bosque mediterráneo. En función de la estructura de la inflorescencia se pueden distinguir los cantuesos de las lavandas porque los primeros rematan la inflorescencia con unas brácteas (se denomina coma) claramente diferenciables y definidas. Todas las especies participan también de la posesión de aceites esenciales, no obstante las especies tradicionalmente cultivadas para este fin de forma mayoritaria son: *Lavandula angustifolia* Mill., *L. latifolia* Medicus, y la especie híbrido entre ambos.

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.-LAVANDULA ANGUSTIFOLIA Miller. (= <i>L. officinalis</i> L.; <i>L. vera</i> DC.; <i>L. spica</i> L.)</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Alhucema, Alhucema común, Alhucema banda, Barballo, Barbayó, Belarrrxeta, Belar-txut, Espic, Espígol, Espígol femella, Espígola, Espigolina, Espigol ver, Espika, Esplego, ESPLIEGO, Esprego, Ispiliku, Lavanda, Lavanda fina, Lavandula hembra de Jarava, Tuma.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Sur de Europa, zona mediterránea y Asia menor.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Sumidades floridas.</p> <p>Infusión, decocción, maceración, extracto fluido, alcoholato, pomada, aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Especie subarbutiva vivaz que llega a alcanzar una talla de hasta más de 1 m. Vive sobre sustratos calizos, siendo este un carácter más marcado que en <i>L. latifolia</i>. En cuanto a la consistencia de los suelos, al igual que esta, prefiere los suelos ligeros y bien drenados.</p> <p>Altitudinalmente se sitúa entre los 600 y los 1.800 m, si bien teniendo en cuenta que con la altitud disminuye los rendimientos en esencia su cultivo se suele limitar a una franja de esta altitud en particular a la mitad inferior del piso montano (desde los 800m (700m –piso basal), hasta los 1.100-1.200 m), que en general coincide con el intervalo altitudinal donde se consigue la mejor calidad de esencia.</p> <p>Climáticamente es una especie perfectamente adaptada al clima mediterráneo, con un periodo seco muy marcado. Se adapta tanto a la escasez de precipitaciones, si bien se producen mermas en el rendimiento, como a la abundancia de las mismas (>1.000 mm/año).</p> <p>La lavanda es una especie que puede vivir hasta 70 años, si bien en cultivo nunca se van a alcanzar esta longevidad, siendo lo normal de 8 a 10 años, y si las condiciones son especialmente favorables se puede superar este tiempo. El máximo de cultivo se alcanza entre el 4º y 6º año de plantación , y se puede obtener cosecha a partir del 2º año de la implantación.</p> <p>La recolección se realizará con tiempo seco y cuando la mayor parte de las flores estén en plena floración. Al igual que en <i>L. latifolia</i>, su contenido en esencia disminuye a lo largo del día.</p>

• NOMBRE CIENTIFICO.-**LAVANDULA ANGUSTIFOLIA** Miller. (= *L. officinalis* L.; *L. vera* DC.; *L. spica* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

En el mercado se pueden conseguir distintas variedades de cultivo como pueden ser, entre otras: 'Barreme'; 'Fina blanca'; 'Fritz'; 'Maillette'; 'Matheronne'; 'Sault'; 'Vesubie'.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos (rosmarínico), flavonoides, cumarinas, taninos, ácido ursólico.

b.- Principios activos

Posee aceite esencial (en proporción aproximada del 1%) en el cual predomina: linalol, acetato de linalilo, cineol, limoneno, etc.

PROPIEDADES TERAPEUTICAS.-

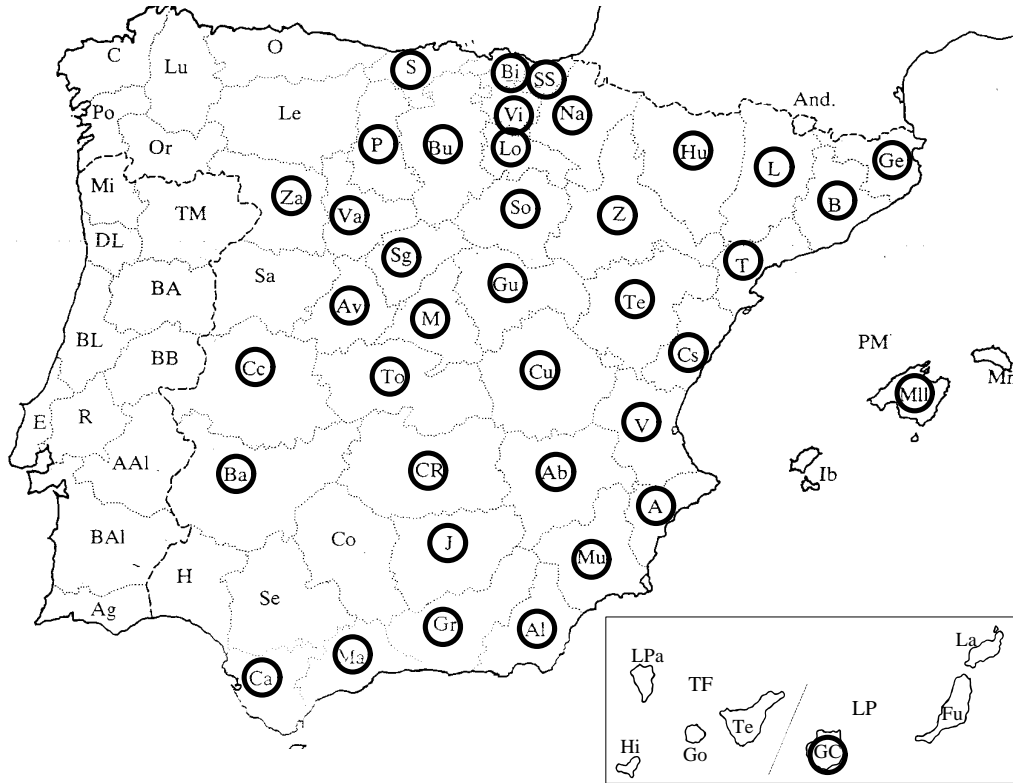
Antiespasmódicas, antiflatulentas, antisépticas, antitusígenas, aperitivas, carminativas; cicatrizantes, colagogas, coleréticas, diuréticas, estimulantes, estomacales, hipotensoras, sedantes, vermífugas y vulnerarias, también tiene propiedades parasiticidas.

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.-LAVANDULA ANGUSTIFOLIA Miller. (= <i>L. officinalis</i> L.; <i>L. vera</i> DC.; <i>L. spica</i> L.)</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se emplea en trastornos menores del sueño. En pequeñas heridas y quemaduras superficiales.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como condimentarias, las hojas de lavanda se usan como saborizantes de diversos tipos de platos. Se utilizan en licorería para aromatizar licores (de especias y hierbas; ginebra, Chartreuse, etc.). Su aceite esencial como saborizante en los téis negros. El aceite esencial de lavanda se usa en perfumería y cosmética y como aromatizante de cremas y jabones, lociones capilares. Se emplea para perfumar la ropa y como repelentes de insectos. Como ornamentales en jardinería en general y en muy especialmente en xerojardinería; de gran uso en los proyectos de restauración ambiental en las grandes obras públicas, y para la fijación de taludes. El aceite lavanda se usa en pintura de cuadros como disolventes y también para pintar porcelanas. Plantas melíferas.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Narcótico a dosis bajas y a dosis elevadas puede producir excitación, taquicardia, alucinaciones...</p>

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- LAVANDULA LATIFOLIA Medicus. (= <i>L. spica</i> D.C.)</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>ALHUCEMA, Asta-izpilukua, Barballó, Belarcheta, Belartxeta, Espigol, Espigol comú, Espigol mascle, Espigola, Espigolina, Espigón, Espica, Espliego, Ispillikua, Izpikua, Lavanda.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Especie de origen mediterráneo, que se extiende desde la Península Ibérica hasta los Balcanes, siendo considerada como indígena de la Península.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Las inflorescencias.</p> <p>Infusión, aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Especie subarbutiva vivaz que llega a alcanzar una talla de 1 m o más. Vive en suelos calizos cuyo pH sea fundamentalmente mayor de 7,3, no obstante también tolera pH inferiores, hasta 6,6 e incluso algo inferiores, pero esto último ya de forma excepcional. Prefiere los suelos francos, no tolerando los muy pesados o compactos (cuanto mas pesado es el suelo más corta es su vida útil).</p> <p>Climáticamente se instala en condiciones de clima mediterráneo semiárido, con pluviometría no superior a los 400 mm/año, si bien en cultivo su producción se puede incrementar con aportes de agua que superen esta cantidad. Prefieren posiciones soleadas.</p> <p>Altitudinalmente se ubica desde el nivel del mar y llega hasta los 1.700 m, siendo más abundante entre los 700 y los 1.500 m, y la mejor calidad de esencia y el mayor rendimiento lo obtiene entre los 700 y los 1.000 m.</p> <p>Tolera mal la competencia. La duración de la planta es superior a los 10 años de vida útil, pudiéndose alargar este periodo, no obstante lo normal en cultivo es que no sobrepase este periodo de 9-10 años porque baja mucho su rendimiento. Alcanza su pleno desarrollo al segundo año si los aportes hídricos no son factor limitante, en otras condiciones se retrasa al menos hasta el tercero. El rendimiento máximo se alcanza alrededor del cuarto año.</p> <p>El momento de la recolección es cuando está en plena floración la parte superior de la inflorescencia y las de la base están algo pasadas. Debe realizarse con las plantas secas; si hubiese llovido se retrasará unos días para que se seque. La concentración en aceites esenciales disminuye según avanza el día.</p>

• NOMBRE CIENTIFICO.- *LAVANDULA LATIFOLIA* Medicus. (= *L. spica* D.C.)

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos (rosmarínico), triterpenos (ácido ursólico).

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,5-0,7%) rico en cineol, alcanfor, linalol, etc.

PROPIEDADES TERAPEUTICAS.-

Antiespasmódicas, antiflatulentas, antirreumáticas, antisépticas, béquicas, carminativas, cicatrizantes, colagogas, coleréticas, digestivas, diuréticas, estimulantes, tónicas y vulnerarias (tiene propiedades sensiblemente similares a las de *L. angustifolia*).

USOS ETNOFARMACOLOGICOS.-

Abortivo, emenagogo, espasmos, vermífugo, estimulante, carminativo, sudorífero, colagogo, diurético, estomáquico.

• NOMBRE CIENTIFICO.- **LAVANDULA LATIFOLIA Medicus.** (= *L. spica* D.C.)

OTROS USOS.-

Como condimentarias, las hojas de espliego se usan como condimento de ensaladas. Se utilizan en licorería para aromatizar licores (de especias y hierbas; ginebra, Chartreuse, etc.). Las hojas de espliego se usan también como repelentes de insectos y parasiticida. El aceite esencial de espliego se usa en perfumería, si bien es de peor calidad que el de *L. angustifolia*, como aromatizante de cremas y jabones. Proporciona un aroma más alcanforado, asemejándose al del romero. El aceite se emplea en pintura de cuadros como disolventes y también para pintar porcelanas.

En veterinaria se empleaba una mezcla de esencia de espliego y de trementina por vía tópica, como antirreumático.

Como ornamental en jardinería en general y muy especialmente en xerojardinería; de gran uso en los proyectos de restauración ambiental en las grandes obras públicas y para la fijación de taludes.

Planta melífera.

TOXICIDAD.-

La esencia puede producir irritación de las mucosas, reacciones alérgicas y, a dosis altas, cefaleas, náuseas y sopor.

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- LAVANDULA X HYBRIDA Reverchon (=L. <i>latifolia</i> Medicus x L. <i>angustifolia</i> Miller).</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- Banda, LAVANDÍN.</p>
<p>ORIGEN.- Area mediterránea (área común de las dos especies anteriores).</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, tintura, aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.- El lavandín es un híbrido de las dos especies anteriores con las que comparte no solo una morfología similar (su aspecto es intermedio entre los parentales) sino también una ecología sensiblemente similar tanto desde el punto de vista climático como geográfico (la altitud óptima en cuanto a su rendimiento se sitúa alrededor de los 700 m) y edáfico. Unicamente cabe reseñar que en cuanto a su carácter calcícola este es más atenuado que en L. <i>angustifolia</i>; de hecho suelos muy calcáreos no son recomendables para el cultivo de esta especie.</p>
<p>DISTRIBUCIÓN.- Sólo en cultivo.</p>
<p>VARIEDADES.- El lavandín es un híbrido estéril que se multiplica por vía vegetativa, del que se han obtenido numerosos cultivares o variedades de cultivo que están en el mercado internacional, como son entre otras: 'Stepuaya' y 'B34' de origen ruso; 'Abrial'; 'Grosso'; 'Ordinario', que es el de origen silvestre; '33-70'; '41-70'; 'Maime'; 'Grande'; 'Sumiens'; y los 'Super' (de la A a la Z), de origen francés 'Budakalászi 80' de origen húngaro.</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Ácidos fenólicos (rosmarínico) y triterpenos (ácidos ursólico). b.- Principios activos Aceite esencial (1% que puede alcanzar valores del 3% en plantas seleccionadas). Rico en linalol, acetato de linalilo, cineol, alcanfor, etc.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPEUTICAS.- Las mismas que las de las dos especies anteriores.</p>

• NOMBRE CIENTIFICO.- **LAVANDULA X HYBRIDA Reverchon** (=L. *latifolia* Medicus x L. *angustifolia* Miller).

OTROS USOS.-

El aceite esencial se usa en perfumería, cosmética, jabonería y en la elaboración de ambientadores. La calidad del aceite esencial es intermedia entre la de los parentales, siendo de peor calidad que la de L. *angustifolia*. El aceite esencial se usa también en veterinaria por sus propiedades desinfectantes, cicatrizantes y parasiticidas en determinadas dermatosis.

Usada como ornamental.

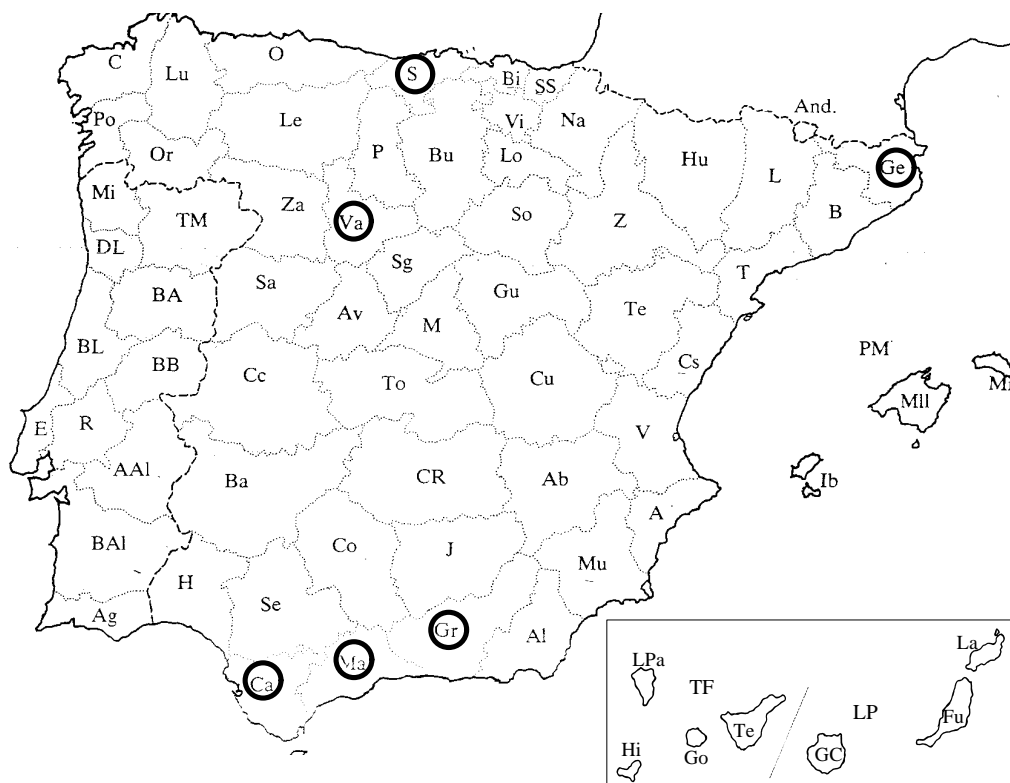
Planta melífera.

3.1.4. Género **Majorana**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- MAJORANA HORTENSIS Moench (= <i>Origanum majorana</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Acapuas, Almaraco, Almoradijo, Almoradoux, Almoradux, Almoradux común, Almoraduz, Amárac, Amaraco, Amradux, Anaraco, Majorana, Marduix, Mayorana, MEJORANA, Mejorana bastarda, Mejorana cultivada, Mendaro, Mendaroa, Moraduix, Moradux, Morduix, Sampsuco.
ORIGEN.- Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidad florida. Infusión, extracto fluido, droga pulverizada, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Especie anual, bienal o perenne, de hasta 60 cm de altura. Florece en primavera-verano. La mejorana se puede cultivar como especie anual, donde las condiciones climáticas sean especialmente frías, o si las condiciones son más suaves como especie vivaz. Se presenta generalmente cultivada, y ocasionalmente escapada de cultivo o naturalizada en huertos abandonados. En cultivo exige suelos fértiles, frescos o con posibilidad de regadío y bien drenados. No le convienen los suelos silíceos prefiriendo los suelos calcáreos. Altitudinalmente se puede situar en el piso basal y mitad inferior del montano, si bien el óptimo lo presenta entre los 500 y los 1.000 m; cuanto mayor sea la altitud menor será el contenido en aceites esenciales. El mayor contenido en aceites esenciales en la planta se obtiene poco antes del inicio de la floración, no obstante si la planta se va a destilar la cosecha se realizará en plena floración. El número de recolecciones que se pueden hacer al año en un cultivo es función de la mayor o menor precocidad del mismo y la edad del cultivo, lo normal será de uno a dos cortes al año. Si se van a recolectar las semillas se realizará en plantas de más de un año. La concentración en aceites esenciales en la planta disminuye a lo largo del día, y para conseguir una mejor calidad del aceite esencial se destilaran únicamente las sumidades floridas. Salvo en el caso de que la planta se destine a destilación se debe de proceder con rapidez a su secado. Es planta perenne pero en cultivo se utiliza como de corta duración, como consecuencia de la pérdida de rendimiento, por ello se suele renovar la plantación cada 2-3 años.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **MAJORANA HORTENSIS Moench** (= *Origanum majorana* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácido ursólico, fitosteroles, carotenos.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,7-3 %) rico en hidrocarburos terpénicos, linalol, -terpineol, etc.; ácidos fenólicos (rosmarínico, caféico, etc.), hidroquinona, flavonoides.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Analgésicas, antisépticas, bactericidas, antivíricas, carminativas, cicatrizantes, digestivas, diuréticas, espasmolíticas, hipotensoras, sedantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se conoce y utiliza desde la antigüedad como antiespasmódica y en trastornos digestivos.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **MAJORANA HORTENSIS Moench** (= *Origanum majorana* L.)

OTROS USOS.-

El aceite esencial se utiliza en la elaboración de algunos licores (Chartreuse, vermut de Turin, etc.) y en perfumería y jabonería.

Las hojas y las inflorescencias se utilizan como condimentarias (charcutería), en cualquiera de sus formas, ya sea en fresco, secas o en polvo. Las hojas también se utilizan para aromatizar vinagres y aceites.

Las semillas se emplean en confitería; contiene una alta concentración de aceite que puede llegar hasta el 37%.

Proporciona una oleo-resina que se usa en perfumería como fijador de aromas.

Especie melífera; también usada como ornamental.

TOXICIDAD.-

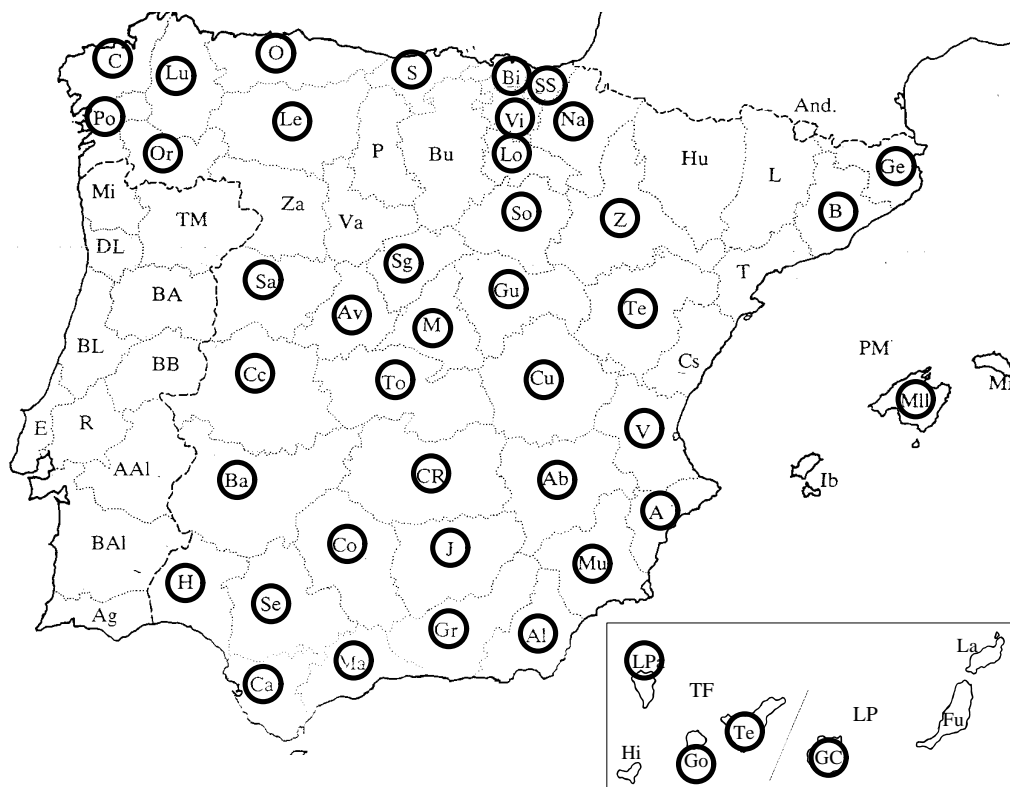
La esencia a dosis altas puede ser estupefaciente, actividad epiléptica cortical. Se recomienda emplearla con precaución, máxime en niños, ya que podría irritar las mucosas o provocar reacciones alérgicas (broncoespasmos).

3.1.5. Género **Melissa**

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- MELISSA OFFICINALIS L.</p>
<p>Género perteneciente a la familia <i>Lamiaceae</i> (Labiadas) y compuesto por tres especies cuyo origen se sitúa en el mediterráneo, desde Europa a Irán y Asia Central, siendo la especie <i>M. officinalis</i> la mas importante del género.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Abeyera, Apiastro, Avelleira, Belleira, Cedrón, Cidrac, Cidreira, Cidronela, Cidronella, Citraria, Citronella, Erva-cidreira, Garraiska, Garraiska-belarr, Herba abelleira, Herba abellera, Herba velleira, Hoja de limón, Laranja, Limoe-belarr, Limonera, MELISA, Melisa común, Melissa, Meliteira, Tarongí, Tarórgina, TORONGIL, Torongina, Toronjil, Trangil, Trungil.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Planta originaria de la cuenca mediterránea hasta el sur-oeste de Irán e introducida y naturalizada en América del Norte. En España se presenta de forma espontánea, si bien es mas frecuente en cultivo.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas y sumidades floridas.</p> <p>Infusión, maceración, extracto seco y fluído, alcoholato, aceite esencial obtenido por destilación. También se utilizan directamente las inflorescencias pulverizadas.</p>
<p>ECOLOGÍA.-</p> <p>Planta con un gran desarrollo vegetativo (puede alcanzar alturas de 1-1,5 m), vivaz, herbácea, que aparece junto a setos en bosques y lugares incultos, frescos y en terrenos mas bien profundos y permeables de casi toda la Península. Sensible a las heladas fuertes, por lo que se recomienda que se sitúe en exposiciones no demasiado umbrosas. Durante el invierno, si hay heladas, pierde la parte aérea y como vivaz que es rebrota todas las primaveras.</p> <p>También se adapta mal a los ambientes secos; teniendo en cuenta que es una planta vivaz de fenología estival, se presenta el problema de la sequía estival propia del clima mediterráneo, por lo que en cultivo se pondrá bajo riego o en secanos frescos. Con un régimen hídrico elevado disminuye su concentración en aceites esenciales.</p> <p>Como ocurre a la mayoría de las plantas aromáticas, con la altura disminuye su rendimiento en aceites esenciales. Llega a alcanzar las cotas 1.000-1.200 m.</p> <p>Requiere suelos de vega (profundos, no pesados, bien drenados y fértiles).</p> <p>La duración del cultivo es mucho más corta que la vida de la planta, como consecuencia de la pérdida de rendimiento con el paso del tiempo. Esta pérdida es variable en función de las condiciones del cultivo, pero como estimación no debe durar más de 5 años.</p> <p>Se cosecha siempre antes de la floración y cuando el desarrollo foliar sea máximo. Lo normal es realizar dos cosechas por año.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *MELISSA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Flavonoides, heterósidos de monoterpenos y de alcoholes aromáticos, taninos catéquicos, beta-sitosterol y triterpenos (ácido ursólico, ácido oleanólico).

b.- Principios activos

Aceite esencial rico en compuestos aldehídicos como citral (geranial más neral) y citronelal, hidrocarburos (pineno, limoneno) y alcoholes (geraniol, linalol). Ácidos fenólicos: clorogénico, caféico y rosmarínico.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiespasmódicas, estomáquicas y carminativas; sudoríficas; digestivas; propiedades sedantes del sistema nervioso central (en estados neurotóxicos, trastornos del sueño); emenagogas, emolientes, cicatrizantes, colagogas, coleréticas; propiedades bacteriostáticas, antifúngicas y antivirales. También, propiedades antitiroideas y antigonadotropas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Empleada en problemas digestivos y trastornos menores del sueño.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *MELISSA OFFICINALIS L.*

OTROS USOS.-

Como condimentaria.

Junto con otras especies medicinales forma parte de la composición del agua del Carmen. Por vía tópica se ha utilizado en las picaduras de insectos.

El aceite esencial se usa en perfumería, jabonería y cosmética, así como en la industria farmacéutica.

En la preparación de determinados licores (Chartreuse, Benedictine).

En jardinería como ornamental.

3.1.6. Género **Mentha**

• NOMBRE CIENTÍFICO: **MENTHA SPP.**

El género *Mentha* pertenece a la familia *Lamiaceae* (Labiadas) y está compuesto por unas 25 especies, que se pueden hibridar con suma facilidad; además presenta una gran plasticidad morfológica y genética, lo que hace, en numerosos casos, que no se pueda conocer con precisión los límites de cada especie; por todo ello existen notables discordancias entre los autores del género. Dicha plasticidad hace posible la existencia de múltiples "tipos" locales, posteriormente fijados, que dan lugar a numerosas variedades de cultivo.

Son especies herbáceas con aceites esenciales, lo que ha hecho que hayan sido cultivadas desde hace mucho tiempo como saborizantes (los romanos ya usaban la *M. aquatica* L. y la *M. longifolia* (L.) Hudson se supone que era la menta que se cita en la Biblia ya que se cultivaba abundantemente en Oriente Medio).

En la actualidad los cultivos más comunes son de las siguientes especies:

M. spicata L. (esta especie en realidad es *M. x spicata* L. (spearmint) que es un híbrido triple de (*M. longifolia* x *M. suaveolens*) x *M. suaveolens* Ehrh.;

M. arvensis L. var. *piperascens* Malinv. y

M. pulegium L.

Y el híbrido:

M. x piperita L. (peppermint), híbrido de *M. spicata* L. x *M. aquatica* L. Incluye las formas *citrata*, *officinalis* y *piperita*.

No obstante también se cultivan otras especies e híbridos como:

M. x gentilis L. (*M. spicata* x *M. arvensis*), menta ginebra o menta escocesa, cultivada por el aceite esencial de spearmint;

M. longifolia (L.) Hudson; y

M. x villosa (Hull) Briq. (*M. spicata* x *M. suaveolens*) en especial su forma *alopecuroides*.

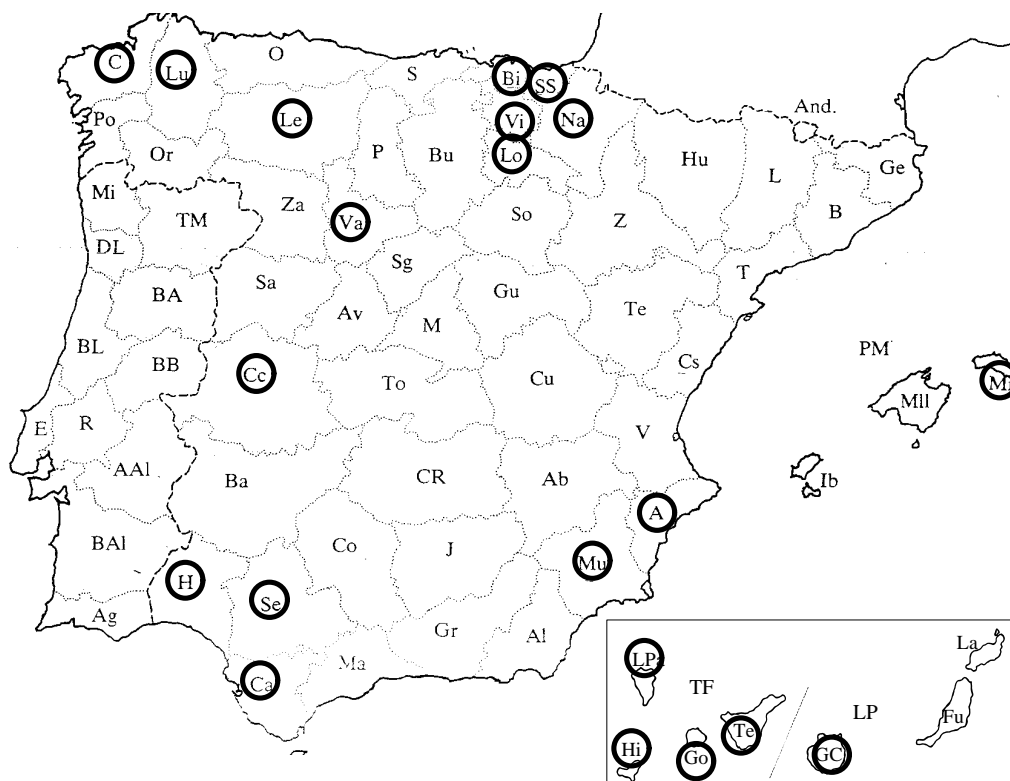
En España se dan de forma espontánea una decena de especies.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>MENTHA ARVENSIS L. var. PIPERASCENS Malinv.</i></p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- MENTA JAPONESA</p>
<p>ORIGEN.- La <i>M. arvensis</i> es de origen euroasiático, y fue introducida en Japón hacia 1700. La <i>Menta arvensis L. var. piperascens</i> es originaria de Japón y China. En la actualidad se cultiva ampliamente en América.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- La planta entera. Teniendo en cuenta que es la especie con mayor contenido en mentol (a lo que debe el nombre de la variedad ya que, como consecuencia del alto porcentaje en este componente, es de sabor picante) su principal uso es para la obtención del aceite esencial mediante destilación de la planta, para obtener mentol. Inhalaciones, pomadas, linimentos y disolución alcoholica.</p>
<p>ECOLOGÍA.- Igual que la <i>Menta x piperita</i></p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA b.- Principios activos Aceite esencial muy rico en mentol. Contiene además mentona, isomentona, acetato de mentilo, limoneno, etc.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.- Antiespasmódicas, colagogas, tónicas, estimulantes, excitantes, antisépticas y, según algunos tratados, afrodisiacas a dosis elevada.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Igual que <i>M. piperita</i> y <i>M. spicata</i></p>
<p>OTROS USOS.- El mentol se utiliza en licorería y confitería. Como aromatizante en industria farmacéutica. Aromatización de pastas dentífricas. En perfumería y cosmética (cremas de afeitar y lociones faciales). En la elaboración de cigarrillos mentolados.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- MENTHA X PIPERITA L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Menda, Mendafina, Menta, Menta inglesa, Menta pebrera, Menta picante, Menta piperada, MENTA PIPERITA, Yerba buena con sabor de pimienta. (Peppermint)</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>La especie es originaria de Europa y norte de Africa. Se cultiva en Europa y América. En la actualidad se la considera como una especie cosmopolita.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas y sumidades floridas.</p> <p>Infusión, extracto fluido y extracto seco nebulizado, jarabe, alcoholato, aceite esencial obtenido por destilación. En inhalaciones, pomadas y linimentos.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Planta herbácea vivaz de porte rastrero que puede alcanzar una talla de 50-70 (>100) cm.</p> <p>Prefiere suelos ligeros, ricos en materia orgánica, muy frescos o de regadío, y con un pH próximo a la neutralidad. Los suelos compactos con problemas de estancamiento de agua o muy pobres en materia orgánica y con poca humedad (edáfica o climática) reducen no solo su rendimiento en materia seca en cosecha sino también su rendimiento en aceites esenciales y calidad.</p> <p>Precisa un clima templado. En condiciones de clima muy seco y caluroso disminuye la proporción de aceites esenciales. En estas condiciones se hace necesario los riegos frecuentes. Por el contrario en climas húmedos y frescos la concentración de aceites esenciales se incrementa.</p> <p>La altitud óptima se sitúa alrededor de los 1000 m, si bien puede alcanzar cotas muy superiores, aunque al aumentar la altura disminuye el porte de la planta, disminuyendo sus rendimientos. No soporta bien la sombra, prefiere exposiciones despejadas y bien iluminadas.</p> <p>El momento de máximo contenido en aceites esenciales corresponde con el inicio de la floración. El contenido en estos aceites esenciales es tanto mayor cuanto las hojas están más próximas a la inflorescencia.</p> <p>Como casi todas las aromáticas, durante el día tiene variación en el contenido de aceites esenciales disminuyendo cuanto más avanza el día, siendo máximo al inicio de la mañana. En cultivo el máximo rendimiento se alcanza al segundo año, decayendo paulatinamente a medida que se envejece, por lo que suele mantenerse en cultivo dos años.</p> <p>Se cosecha antes de la floración si se va a destinar a herboristería y si es para destilar, en plena floración. Normalmente pueden realizarse dos cosechas al año.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *MENTHA X PIPERITA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Dentro de esta especie se incluyen, con distinto rango taxonómico según autores, al menos tres formas o variedades botánicas:

Var. *citrata* (menta de agua de colonia, menta bergamota, menta limón o naranja)

Var. *officinalis* (menta blanca) (es la que tiene mayor calidad de esencia)

Var. *piperita* (menta negra) (es la que tiene mayor cantidad de esencia y es más rústica).

Debido a su plasticidad vegetativa existen diversas variantes en función de distintas localizaciones que llegan a convertirse en variedades cultivadas (por ejemplo: Mitcham, inglesa procedente de la localidad del mismo nombre; Maine-et-Loire, francesa; Italo-Mitcham, italiana)

OTRAS ESPECIES.-

También se cultivan otras especies e híbridos como *M. x gentilis* L. (*M. spicata* x *M. arvensis*), menta ginebra o menta escocesa, cultivada por el aceite esencial de spearmint;

M. longifolia (L.) Hudson. Originaria de Europa y norte de África e introducida en Norte América; y *M. x villosa* (Hull) Briq. (*M. spicata* x *M. suaveolens*) en especial la forma *alopecuroides*.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- MENTHA X PIPERITA L.</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General</p> <p>Ácidos fenólicos (rosmarínico, clorogénico, caféico, etc.), cumarinas, flavonoides (apigerina, luteolina y sus derivados), taninos, triterpenos (ácido ursólico y oleanólico), alfa-tocoferol.</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial (1-3%), rico en mentol y mentona.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiespasmódicas, colagogas, coleréticas, estomáquicas, carminativas, eupépticas, antisépticas, antifúngicas, germicidas y antivirales. Coadyuvante en colitis espasmódicas (dolor). El aceite esencial y el mentol han demostrado propiedades espasmolíticas “in vitro”.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Dolor de cabeza, dolor abdominal y muscular, anestésico, antiséptico, astringente, bronquitis, carminativo, enfriamientos, cólico, dispepsia, náuseas, reumatismos, espasmos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como condimentaria. Quemada ahuyenta mosquitos y pulgas. El aceite esencial como aromatizante en la industria farmacéutica (en pomadas, linimentos, pastas de dientes, etc.). En licorería para elaborar el "Fernet", "Chartreuse", etc. En confitería (saborizante de chocolate, helados, crema de menta, etc.). En perfumería y cosmética (cremas de afeitar y lociones faciales).</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La droga carece de toxicidad, pero el aceite esencial administrado de forma prolongada en ratas produce modificaciones histopatológicas a nivel del encéfalo debido posiblemente a la pulegona. Puede producir, administrado en niños, espasmo de glotis.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- MENTHA PULEGIUM L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Asta menda, Chorta loa, Herba cuquera, Herba de San Ponç, Kukuso belarra, Mendaza, Padrastrones, Poejo, Poenjo, Poenxo, Poexo, POLEO, Poleo común, Poleo-menta, Poliol, Poliol d'aigua, Poliol d'aygua, Poliol negre, Puliol, Puliot, Puriol, Txortaloa.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Europa meridional y norte de Africa.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Las hojas y sumidades floridas.</p> <p>Infusión, extracto fluído, aceite esencial obtenido por destilación. La esencia también puede emplearse como linimento.</p>
<p>ECOLOGÍA.-</p> <p>Especie herbácea vivaz de hasta 40 cm de altura, que prefiere los suelos ligeros ricos en materia orgánica y que sean muy frescos o de regadío. En condiciones naturales se da en prados, lugares húmedos y orillas de los arroyos. Llega hasta los 1500 m de altitud snm, si bien le ocurre lo mismo que a la menta piperita.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>MENTHA PULEGIUM L.</i></p>
<p>OTROS USOS.- Como condimentaria. Antiguamente se utilizó como tratamiento contra parásitos y repelente de insectos, en particular de pulgas, propiedad esta a la que debe el nombre específico. El aceite esencial en licorería y cosmética.</p>
<p>TOXICIDAD.- El aceite esencial es tóxico, debido principalmente a la pulegona. Precaución durante el embarazo.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- MENTHA SPICATA L. = (<i>M. viridis</i> L.)</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- Hierba buena, Hierba santa, MASTRANZO MENOR, menta de Bou, Menta romana, SÁNDALO DE JARDÍN, Yerba buena común, Yerba de huerto, Yerba santa, Yerba santa común.(Spearmint).</p>
<p>ORIGEN.- Sur y Oeste de Europa</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y sumidades floridas</p>
<p>ECOLOGÍA.- Igual que el resto del género <i>Mentha</i>.</p>
<p>DISTRIBUCIÓN.-</p>

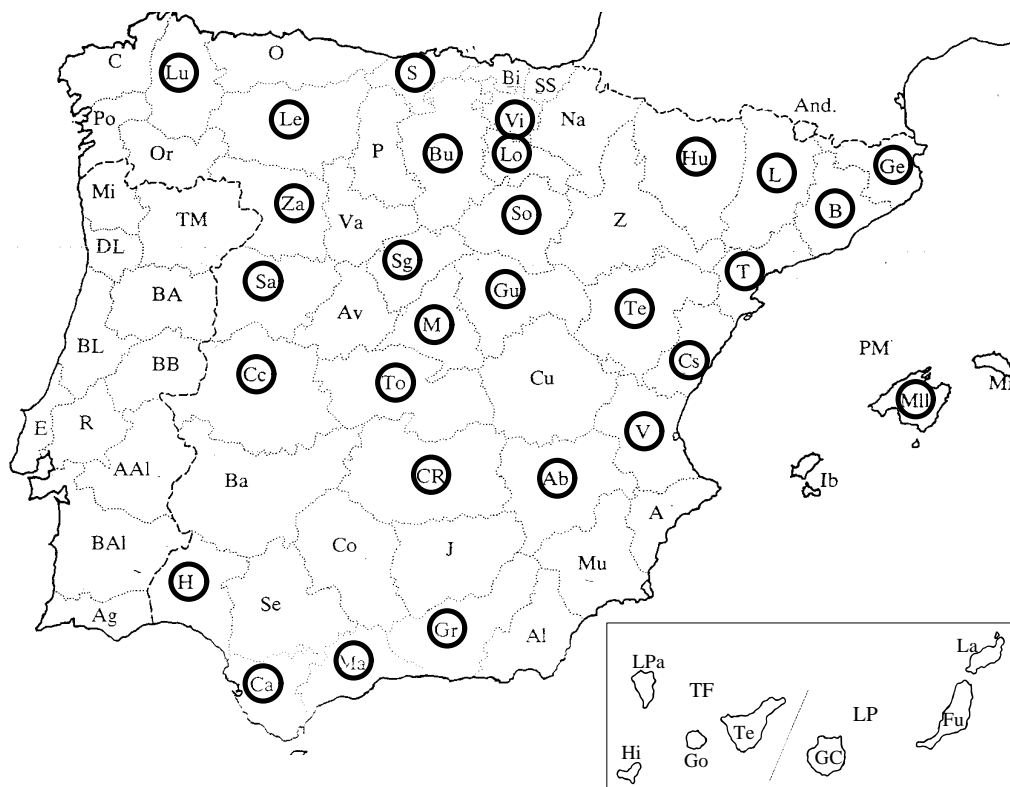
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>MENTHA SPICATA</i> L. = (<i>M. viridis</i> L.)</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA</p> <p>a.- General</p> <p>Ácidos fenólicos (rosmarínico).</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial en una concentración entre el 1-2% muy rico en carvona; contiene también limoneno.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Las mismas que las del género <i>Mentha</i>.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Antídoto; astringente; afecciones pulmonares; carminativo; febrífugo; calmante; nauseas; neuralgias y dolores en general; espasmos; estimulante; estomáquico.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En la actualidad su uso fundamental es como condimentaria. La esencia se emplea como aromatizante en chicles, bebidas refrescantes. En confitería.</p> <p>En fresco se consume en ensaladas y en forma de té.</p>

3.1.7. Género **Nepeta**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- NEPETA CATARIA L.
El género <i>Nepeta</i> está constituido por unas 250 especies originarias de las áreas templadas de Eurasia. La especie <i>N. Cataria</i> debe el nombre específico a la característica de que su olor resulta irresistible para los gatos.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Albahaca, Albahaca de gatos , Gataria, Gatera, Herba gatera, Hierbas de los gatos, Hierba gatera, Katubelarr, Menta de gat, Menta de gato, Menta gatuna, Nébeda, Népetta, Nepta, Yerba gatera.
ORIGEN.- Euroasiático
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y sumidades floridas. Infusión, extracto fluido, jarabe, fumatorio, el aceite esencial obtenido por destilación.
ECOLOGÍA.- Es una planta herbácea perenne que llega a alcanzar 1m de altura. Florece en verano. En cuanto a suelos esta planta se desarrolla muy bien en suelos calizos, prefiriendo los de consistencia media o sueltos. Los pesados y encharcadizos no le van bien. En nuestras condiciones, para su cultivo precisa de un secano fresco o bien estar en regadío, para mitigar los rigores del estío. En cuanto a su cultivo, más frecuente en épocas pretéritas, aún quedan restos de los mismos incluso a cotas de 1.500 m., teniendo su óptimo de altura similar a las mentas, es decir, por debajo de los 1.000m. La recolección se recomienda hacerla coincidir con la plena floración, por tener el mayor contenido en aceites esenciales.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *NEPETA CATARIA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES.-

Nepeta mussinii Sprengel ex Henckel; *N. Nepetella* L. y *N. x faassenii* Bergmans ex Stearn (especie híbrido de las dos anteriores) son ampliamente utilizadas como ornamentales existiendo numerosos cultivares.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos grasos (oléico, linoléico), ácidos fenólicos (rosmarínico, cafeico, clorogénico).

b.- Principios activos

Aceite esencial rico en carvacrol, timol en pequeña cantidad. Lactonas (nepetalactona).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Tónico estomacal, digestivas, carminativas, antitusivas, antiespasmódicas, anticatarrales, emenagogas, sedantes (del tipo de la Valeriana), antidiarréicas, vulnerarias.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>NEPETA CATARIA L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se emplea como carminativo, tónico, diaforético, emenagogo (ligero), antiespasmódico, estimulante (medio), resfriados, fiebre, dolor cólico, emético, dolor de cabeza. Principalmente calmante de la tos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Condimentaria.</p> <p>El aceite esencial es utilizado en la industria farmacéutica. Puede utilizarse como sustituto de la melisa.</p> <p>Planta ornamental.</p>

3.1.8. Género **Ocimum**

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- OCIMUM BASILICUM L.</p>
<p>El género <i>Ocimum</i> está compuesto por unas 150 especies que se distribuyen por las regiones templadas y tropicales especialmente de Africa.</p> <p>Dentro de la especie existe una gran variabilidad, que muchos botánicos citan con rango subespecífico, y que tiene su relación en cuanto a la composición de su aceite esencial, y a su origen geográfico. El de mejor calidad esencial es el que se cultiva en Europa occidental, América y Norte de Africa.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Albaca; ALBAHACA; Albahaca de hoja ancha; Albahaca de limón; Albahaca mondonguera; Albahaca moruna; Albaka; Albaraka; Alfábega; Alfabrega; Alfabreguera; Alfalga; Alhábega; Basilico; Basilicón; Brazilia; Hierba real; Ocimo; Orégano.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Su centro de origen es el Asia menor, no obstante está ampliamente distribuida en cultivo, sobre todo, por los países mediterráneos. Originaria de las regiones calidas de Asia y Africa. Persia e India occidental.</p> <p>En España no se presenta de forma espontánea.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas y sumidades floridas.</p> <p>Infusión, maceración, droga pulverizada, aceite esencial obtenido por destilación.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Especie herbácea anual, aunque en las zonas de clima sin heladas se puede comportar como perennante. Puede alcanzar una talla de hasta 90 cm.</p> <p>Altitudinalmente se sitúa desde el nivel del mar hasta los 1.000 m, si bien al aumentar la altitud disminuye el rendimiento en aceites esenciales.</p> <p>En cuanto al clima prefiere los templados, o templado-cálidos. No tolera las heladas; es de fenología estival. Vegeta bien con temperaturas entre los 15 y 25 °. En condiciones de semisombra es más aromática.</p> <p>Prefiere los suelos profundos, fértiles y sueltos; por el contrario no son recomendables los suelos fuertes y arcillosos. Como consecuencia de que es anual y de su fenología en nuestras condiciones suele ir asociada a un régimen hídrico que se da en regadío o en secanos frescos. No soporta el exceso de agua.</p> <p>La cosecha se hará lo mas próximo posible a la plena floración, por ser este el momento de mayor contenido en aceites esenciales.</p>
<p>DISTRIBUCIÓN.-</p> <p>No existe de forma silvestre en la Flora española.</p>
<p>VARIEDADES.-</p> <p>Existen numerosas variedades de cultivo en el mercado internacional como por ejemplo:</p> <p><i>O. basilicum</i> L. (con mayor tamaño de hoja y de porte) 'Grande verde', 'Fina verde', 'Hoja de lechuga' y 'Violeta grande'</p>

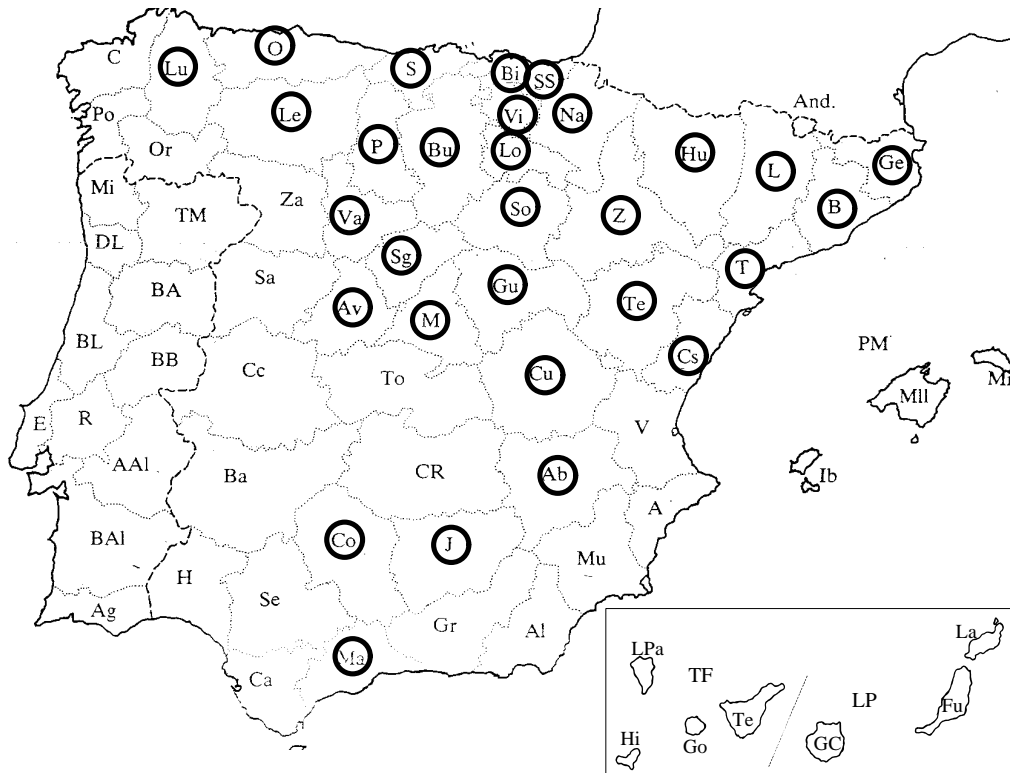
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>OCIMUM BASILICUM L.</i></p>
<p><i>O. basilicum</i> L. subsp. <i>minimum</i> L. (= <i>O. minimum</i> L.) (con menor tamaño de hojas y porte) 'Pequeña violeta' y 'Pequeño enano completo'.</p>
<p>OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-</p> <p><i>O. canum</i> Sims. (usada como hortícola en la India y con aplicaciones medicinales en Sudán);</p> <p><i>O. sanctum</i> L. (Especie sagrada de los Hindus);</p> <p><i>O. selloi</i> Benth. (usada para el control de la natalidad en Uruguay).</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General</p> <p>Mucílagos, ácidos fenólicos (cafeico, beta-cumárico, rosmarínico), flavonoides, triterpenos (ácido ursólico y oleanólico), beta-sitosterol, carotenos.</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial en una concentración comprendida entre el 0,2 y el 1%, es rico en metil-cavicol o estragol, además aparece linalol, cineol, eugenol, acetato de linalilo, etc.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Tónicas, sedantes, antiespasmódicas, digestivas, estomáquicas, antisépticas, emenagogas, galactógenas y vermífugas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Otalgias, cefaleas, dolores dentales, dolores en general. Se ha considerado afrodisiaco; carminativo, estomáquico, cólicos, demulcente, antidepresivo, diaforético, diurético, expectorante, antipirético, gota, sinusitis, estimulante, vermífugo, estimulante, espasmolítico. También se ha utilizado contra la halitosis.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Ornamental, para decoración de blacones y terrazas. Las hojas quemadas (al igual que las de otras especies del género) se utilizan como repelente de mosquitos. En fresco y en seco como condimentaria. El aceite esencial en perfumería y cosmética.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Puede producir irritación de mucosas, a dosis elevadas es estupefaciente.</p>

3.1.9. Género **Origanum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ORIGANUM VULGARE L.
El género <i>Origanum</i> está compuesto por unas 36 especies de origen Euroasiático y ampliamente distribuidas por la cuenca mediterránea.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Aitz-bedarr; Atx-usain; Atxusain; Aurego; Fluiengano; Furiengano; Logarino; Logariño; Moradux bastart; ORÉGANO; Orégano común; Oregaña; Oriégano; Oriéngano; Orega; Oreng; Orega; Oregana; Origano; Ourego; Oregain.
ORIGEN.- Centro-Sur de Europa. En la actualidad está distribuida por Europa, Mediterráneo; Oriente Medio; Siberia; India; Taiwan y América del Norte. Se presenta de forma espontánea en laderas, colinas y campos sin cultivo. Ampliamente representado en casi toda España.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, maceración, extracto fluido, tintura y aceite esencial obtenido por destilación. También se utilizan directamente las inflorescencias pulverizadas.
ECOLOGIA.- Especie vivaz, de consistencia herbácea, que puede alcanzar una talla de 1 m e incluso más. El orégano común o rojo se sitúa altitudinalmente entre los 0 y los 3000 msnm; y el orégano verde (<i>O. virens</i> Hoffm. et Link) entre los 100 y los 2000 msnm. Al aumentar la altitud disminuye el rendimiento en aceites esenciales. Teniendo en cuenta el intervalo de cotas en las que puede presentarse es muy variado, el clima oscila desde templado hasta el considerado de montaña. Tolera las heladas. El contenido en aceites esenciales aumenta en condiciones cálidas y secas. Precisa de una pluviometría superior a los 400 mm. Se adapta bien a todo tipo de suelos con un cierto contenido en materia orgánica. No son recomendables los suelos fuertes y arcillosos. Floración en verano (el orégano rojo) o en verano-otoño (el orégano verde). Si se pone en cultivo se recomienda que sea en regadío; suele durar más de 4-6 años porque disminuye su rendimiento. La recolección se efectuará lo más próximo posible al momento de plena floración. En año de la implantación del cultivo se hará solo una recolección y dos los siguientes. Evitar realizar la recolección durante el periodo más cálido del día para evitar pérdidas de aceite esencial.

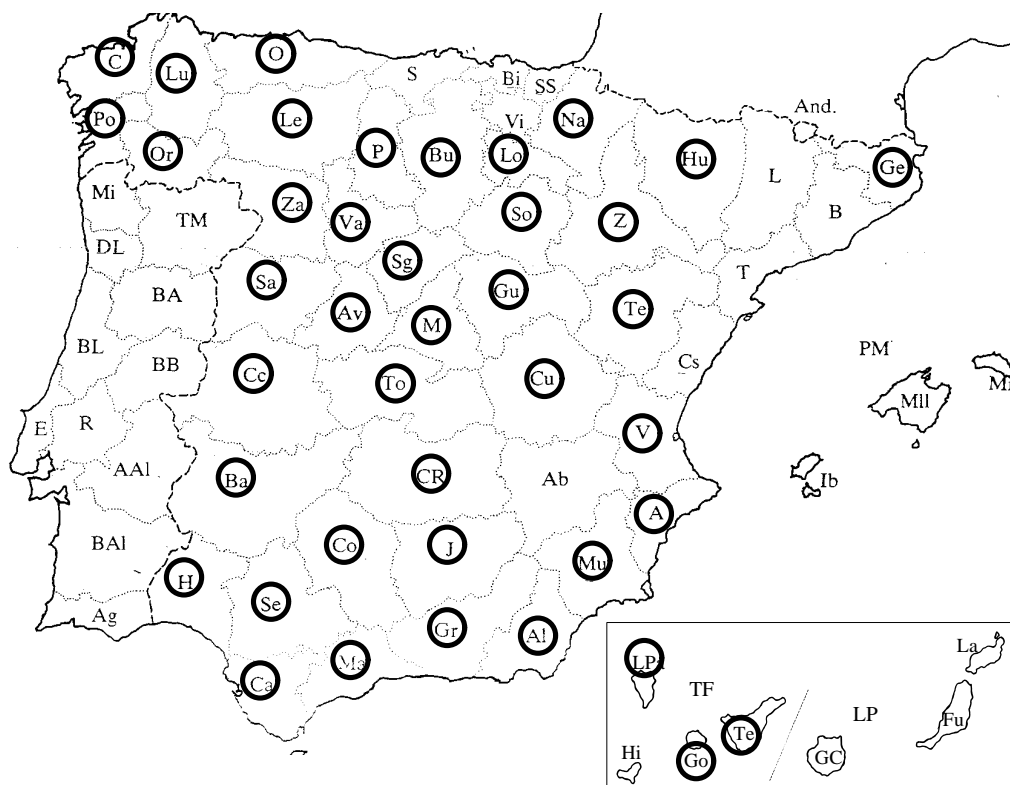
• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ORIGANUM VULGARE L.*

DISTRIBUCIÓN.- *O. vulgare L.* (orégano rojo)



• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ORIGANUM VULGARE* L.

DISTRIBUCIÓN.- *O. virens* Hoffm. et Link (orégano verde)



VARIETADES.-

Existen dos especies muy parecidas (para algunos autores son dos subespecies), diferenciándose únicamente en las brácteas del cáliz y son:

O. vulgare L. (oregano rojo) y

O. virens Hoffm. et Link (oregano verde)

Los nombres vulgares responden fundamentalmente a los colores de la corola (rojo-purpúrea y blanca respectivamente)

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

O. majorana L. (Sur de Europa), cultivada para saborizar la carne y salsas, los aceites esenciales son usados en las conservas de carne; también se usa como medicinal. (ver ficha correspondiente).

O. syriacum L. (Oriente Próximo), es el hisopo de la Biblia.

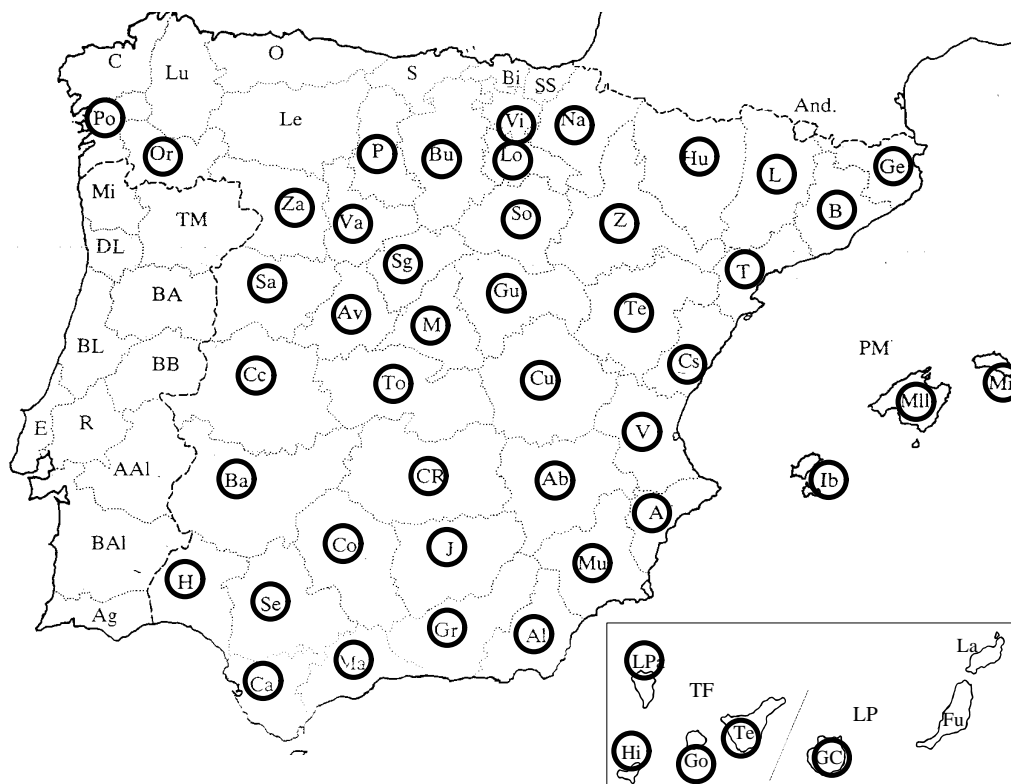
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>ORIGANUM VULGARE L.</i></p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General</p> <p>Ácidos grasos (oleico, linoleico, linolenico, etc.), ácidos fenólicos (cafeico, clorogénico, cinámico, rosmarínico), flavonoides (apigerina, luteolina, diosmetol, eriodictiol, etc.), triterpenos (ácido ursólico, ácido oleanólico), fitosteroles, taninos, carotenos, ácido ascórbico.</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial (0,15-0,4%), rico en timol y/o carvacrol, contiene también pineno, sesquiterpenos, etc.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Tónicas, antiespasmódicas, antidiarréicas, estomáquicas, carminativas, diaforéticas, béquicas, expectorantes, antisepticas, antifúngicas, sedantes, antitusígenas, emolientes, calmantes, astrigentes, cicatrizantes, vulnerarias, antipruriginosas, etc.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Afecciones respiratorias e intestinales, reumatismos, dolor de cabeza, oídos y muelas, alopecia, bronquitis, cólicos, diarrea. Es carminativo, diaforético, emenagogo y cicatrizante de heridas y úlceras.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En fresco y en seco como condimentaria.</p> <p>El aceite esencial se usa en licorería, perfumería, jabonería y cosmética, así como en la industria farmacéutica.</p>

3.1.10. Género **Rosmarinus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ROSMARINUS OFFICINALIS L.
<p>El género <i>Rosmarinus</i> está compuesto por tres especies, todas ellas de origen en la cuenca mediterránea. La especie más importante es <i>R. Officinalis</i> L., no solo desde el punto de vista de economía potencial, sino también desde el punto de vista medio ambiental, ya que constituye una especie típica del sotobosque del bosque mediterráneo y de formaciones de orla de aquel, llegando a constituir la formación conocida como romeral. En el sur de España existe la especie <i>R. eriocalix</i> Jordan et Fourr., que es parecida a la anterior pero generalmente tumbada y con las hojas claramente mas pequeñas.</p>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alecrim, Alecrinzeiro, Erramero, Erremule, Erromero, Romaní, Romanill, Romanyi, Romé, Romeo, Romer, ROMERO, Romero común, Romero fino, Romeu, Romiru, Rumaní.
ORIGEN.- Cuenca mediterránea.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, decocción, extracto fluido y extracto seco nebulizado, tintura y alcoholato, aceite esencial obtenido por destilación, fumatorio.
ECOLOGÍA.- Arbusto perenne que llega a alcanzar una talla de 2 m. En estado silvestre esta especie, de fenología vernal-estival, crece en unos habitats secos y templado-cálidos en las zonas de degradación de los encinares. Prefiere los sustratos calizos, aunque también se da en los silíceos. Rechaza los suelos muy pesados y que puedan tener problemas de encharcamiento. Altitudinalmente se desarrolla desde el nivel del mar hasta los 1.200-1.500 m de altura, disminuyendo su presencia en el litoral Cantábrico y Galicia. A mayor altitud menor riqueza en aceites esenciales. Dada su abundancia en la Península Ibérica solo se cultiva como ornamental o con fines experimentales. En condiciones de cultivo, si este es en regadío, vegeta muy bien incrementando masa cosechable, aunque disminuye su concentración en esencia por unidad de peso fresco cosechado. La recolección se hará, como muy pronto, a partir del segundo año. Si la cosecha se va a dedicar a la destilación la siega puede ser mas intensa que si se va a dedicar a la herboristería, situación esta en la que lo aconsejable sería recoger la menor cantidad posible de tallos. Acepta muy bien la poda. Como planta perenne su cultivo puede durar muchos años, si bien conviene que se sustituyan o renueven entre los 5 y 10 años en función de las condiciones del cultivo.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ROSMARINUS OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

En la actualidad existen variedades de cultivo para uso ornamental.

OTRAS ESPECIES.-

La citada *R. Eriocalix* Jordan et Fourr. Algunos autores reconocen, en la provincia de Almería, la variedad *R. officinalis* L. var. *larandulaceus* Nöe, caracterizada por sus hojas de bordes dentados.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Taninos, diterpenos tricíclicos (carnosol, rosmanol, etc.), triperpenos (alfa y beta-amirina), fitosteroles, rosmaricina (alcaloide, que puede no encontrarse en la planta, sino ser un artefacto).

b.- Principios activos

Aceite esencial 0,5-2,5%: alfa-pineno, canfeno, borneol, cineol, alcanfor. Ácido fenólicos: caféico, clorgénico, principalmente rosmarínico. Flavonoides: derivados del luteolol, apigenol.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ROSMARINUS OFFICINALIS L.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPEUTICAS.-</p> <p>Antioxidantes, analgésicas, antiespasmódicas, antirreumáticas, cicatrizantes, colagogas, coleréticas, protector hepático, desinfectantes, diuréticas, emenagogas, estimulantes, estomáquicas, tónicas y vulnerarias.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se ha considerado como anticonceptivo y abortivo. Se emplea en dolores de cabeza (neuralgias) y abdominales. También se le han atribuido propiedades emenagogas.</p> <p>Se utiliza como colagogo y colerético, en problemas digestivos y como diurético. En afecciones pulmonares y reumatismo.</p> <p>Por vía externa se emplea como antiséptico, cicatrizante y estimulante del cuello cabelludo en alopecias.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como condimentaria. En perfumería (en el Agua de Colonia, y Agua húngara). En licorería (Vermout). En elaboración de enjuagues bucales. En la industria farmacéutica. En jabonería y cosmética. En veterinaria se usa en forma de alcoholato como antiparasitario. Plantas muy melífera. Usadas en jardinería como plantas ornamentales</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Puede originar irritación renal. Se encuentra contraindicado en embarazo y gastroenteritis. El aceite esencial muestra a elevadas dosis un efecto tóxico que se manifiesta como epileptógeno.</p>

3.1.11. Género **Salvia**

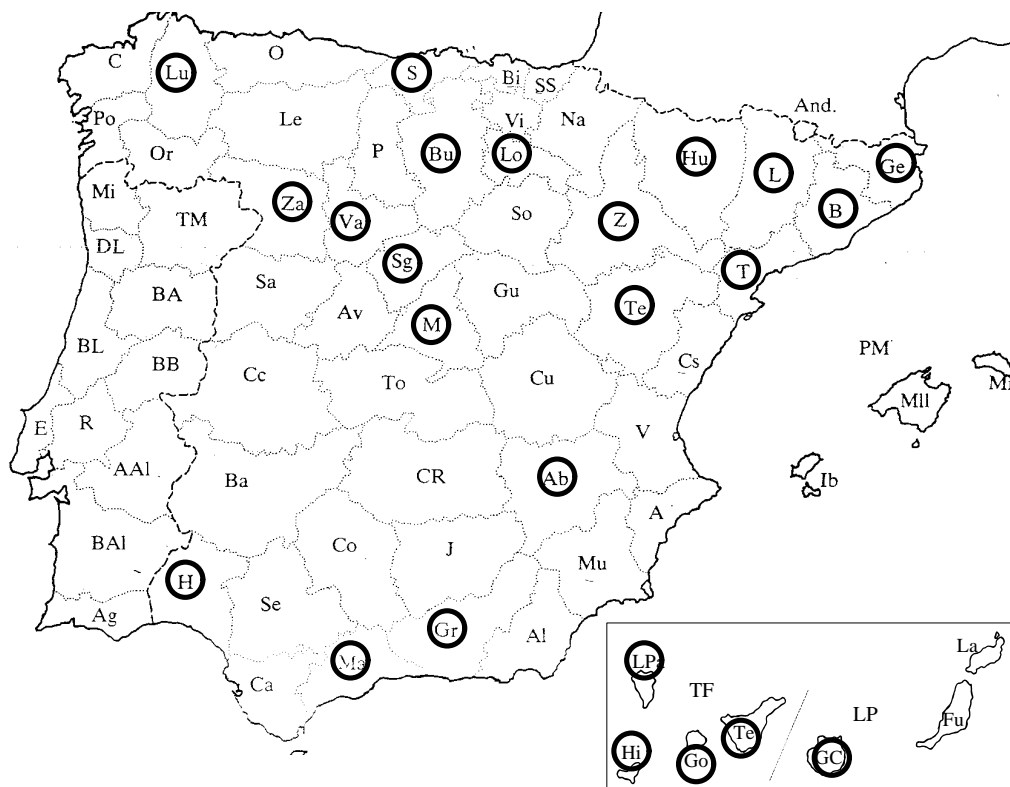
• NOMBRE CIENTÍFICO .- *SALVIA SP.*

El género *Salvia* es uno de los que tienen mayor número de especies ya que según autores varía entre 500 y 900 entre herbáceas y leñosas, de las cuales en España existen 16 especies de forma silvestre. Algunos miembros del género son fuente importante de aceites esenciales. Entre las especies más cultivadas se encuentran *S. officinalis* L. y *S. sclarea* L.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- SALVIA OFFICINALIS L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Calima, Cha-da-Europa, Erva sacra, Salvia, SALIMA FINA, Salva, Salva-da-cataluha, SALVIA, Sálvia, Salvia bona per remey, Salvia d'Aragó, Salvia de Aragón, Salvia de Granada, Salvia de Moncayo, Salvia fina, Salvia oficial, Salvia real, Salvia real de Europa, Sarxa, Sauvia, Savia, Selima fina, Sielva, Sobe, Té indígena, Verdecillo, Xarxa.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>La <i>Salvia officinalis</i> es originaria del Sur de Europa y Mediterráneo oriental. En la actualidad se cultiva tanto en el Viejo como en el Nuevo Mundo.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas. En ocasiones también las inflorescencias.</p> <p>Infusión, extracto fluido y seco, tintura, alcoholato, droga pulverizada y aceite esencial obtenido por destilación.</p>
<p>ECOLOGÍA.-</p> <p>Es una planta vivaz leñosa, subarborescente, de hasta 60 cm de altura, que prefiere los sustratos calizos y de consistencia media o ligeros.</p> <p>Típica del clima mediterráneo, es termófila y puede soportar los rigores del estío, si bien en cultivo es aconsejable la realización de riegos durante este periodo.</p> <p>En cuanto a la altitud, puede llegar hasta la cota 1800 m, si bien la altura más adecuada para su cultivo puede situarse por debajo de los 1000 m ya que, como le ocurre a muchas especies de la familia <i>Lamiaceae</i>, pasada esta altitud y al aumentar pierde rendimiento en aceite esencial.</p> <p>Puede tener dos recolecciones por año; el primero se recomienda realizarlo entre plena floración y la caída de pétalos (si es para destilar) o antes de la floración (si es para herboristería, es decir, sólo hojas) y el segundo, en otoño y antes de los fríos. Los rendimientos aumentan hasta el cuarto año, a partir de ese momento descienden de forma importante, motivo por el cual las plantaciones no se recomienda que se mantengan más de cinco años.</p> <p>Las características de la esencia varían según su procedencia.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SALVIA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES.-

Salvia pratensis L. (Salvia de prado, Tárrago, Tarró).- Se usa en enología; como condimentaria, en perfumería, y en fitoterapia.

Salvia verbenaca L. (Gallocresta, Hierba de santa Lucía, Tàrrec, verbenaca).- Las hojas frescas se pueden usar como verdura; las semillas contienen mucilago y las hojas secas se usan como condimentarias en ensaladas y en fitoterapia.

Salvia hispanica L.: las semillas se utilizaron para elaborar bebidas y aceites para pinturas.

S. columbariae Benth.: las semillas se consumen en forma de sopas, en pastas y para elaborar bebidas.

S. divinorum Epling & Játiva en México se usa como alucinógeno.

S. azurea Lam., *S. elegans* Vahl., *S. microphylla* Kunth. *S. viridis* L, y *S. splendens* Sellow & Schultes se utilizan como ornamentales y, en concreto, de la última especie existen numerosos cultivares en el mercado.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

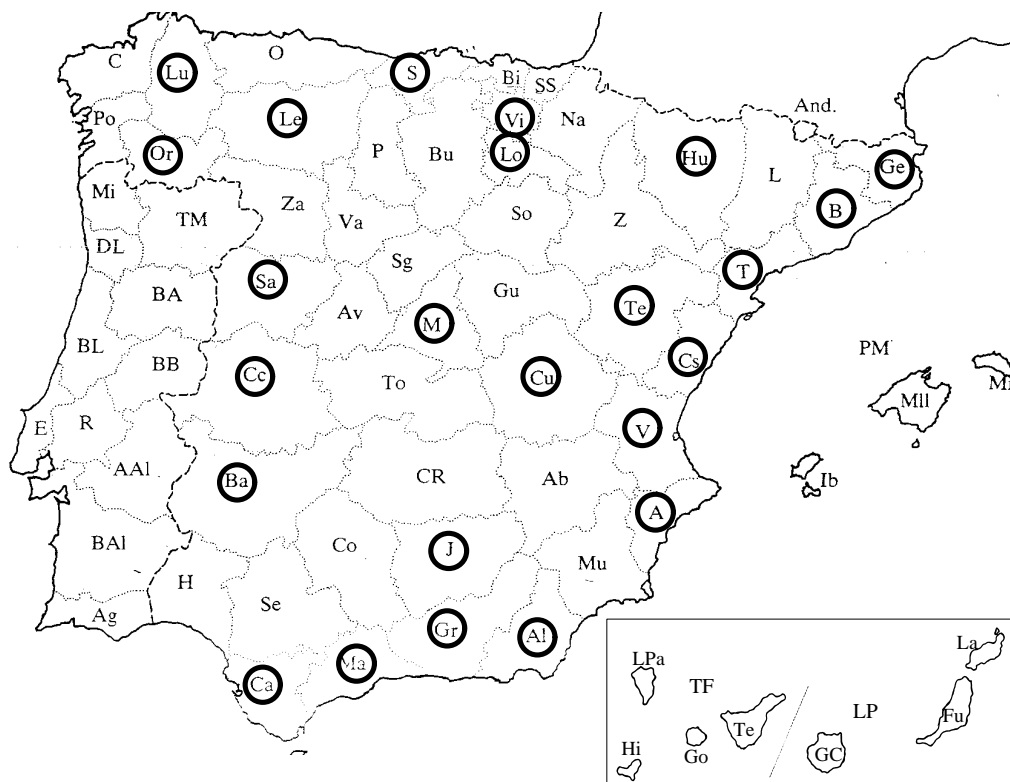
Taninos, diterpenos tricíclicos (carnosol, rosmanol, etc.), triterpenos (ácido ursólico, oleanólico y derivados).

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SALVIA OFFICINALIS L.</i></p>
<p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial (1-2,5%), rico en tuyaona, contiene además alcanfor, cineol, etc. Polifenoles: flavonoides (glucósidos del luteolol, apigenol), ácidos fenólicos (cafeico, clorogénico, rosmarínico).</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Al género <i>Salvia</i> se le ha considerado prácticamente como si fuera una panacea de ahí su nombre. De hecho tiene tantas propiedades e indicaciones que sería prácticamente interminable, no obstante a modo de resumen tiene entre otras las siguientes propiedades: antiasmáticas, anticatarrales, antidepresivas, antiespasmódicas, antiinflamatorias, antirreumática, antisépticas, antisudoríficas, astringentes, carminativas, cicatrizantes, coleréticas, emenagogas, estrógenas, hipoglucemiantes, tónico digestivos y antioxidantes.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLOGICOS.-</p> <p>Antioxidante, antiséptico, astringente, desodorante, diaforético, estrogénico, tónico, vermífugo, carminativo, dispéptico, estimulante. En casos de enfriamientos, tos, pitiasis capilar, gingivitis, como colutorio, dolores, faringitis, dismenorrea.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como condimentaria y conservante de alimentos. Las hojas frescas se consumen como encurtido.</p> <p>Quemadas como repelentes de insectos y para desinfectar recintos.</p> <p>El aceite esencial se usa en perfumería, cosmética como fijador de perfumes y en la fabricación de jabones, y licorería.</p> <p>Planta usada como ornamental.</p> <p>Especie melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La droga es poco tóxica, pero el aceite esencial, a dosis elevadas puede resultar neurotóxico y convulsivante; también puede originar hipersensibilidad cutánea. Se encuentra contraindicada en lactancia y en insuficiencia renal. Se recomienda seguir tratamientos discontinuos.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- SALVIA SCLAREA L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- Almaro, AMARO, Andiurrin, Esclareta, Herba madrona, Herba santa, Madrona, Maro, Maro de algunos, Oropesa olorosa, Salvia romana, Sálvia romana.</p>
<p>ORIGEN.- Europa meridional.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y flores. Conviene recoger la flor y las hojas de forma separada. Infusión, aceite esencial obtenido por destilación y esencia concreta.</p>
<p>ECOLOGÍA.- Planta herbácea vivaz, que puede alcanzar hasta más de 1,50 m de altura. Sus requerimientos son muy similares a los de <i>Salvia officinalis</i> L. con la excepción de que esta especie llega a menores cotas que aquella, no sobrepasando los 1.000 m y que los requerimientos hídricos en esta especie son mayores. Al igual que aquella no soporta los suelos pesados ni el encharcamiento porque ambos pueden provocar problemas de asfixia radicular; requiere preferentemente suelos calizos, sueltos o de consistencia media. En condiciones normales el primer año no da flor y ya el tercero baja mucho el rendimiento, por lo cual el cultivo dura 2-3 años como máximo. Si el destino del material vegetal va a ser como planta seca se debe cosechar al inicio de la floración y antes de la caída de los pétalos, con algunas hojas de la parte inferior de la inflorescencia; si es para destilar solo se cosecharán las sumidades floridas. No cosechar en los momentos más cálidos del día porque supone pérdidas importantes en aceites esenciales. Presenta variabilidad en la proporción de aceite esencial dando lugar a distintos “tipos”, especialmente “lavanda” y “bergamota”. De la misma manera también muestra variabilidad en el color de las flores, rosadas y azuladas, existiendo aparentemente una relación entre dicho color y riqueza de esencia, siendo mayor esta riqueza en las flores de color rosado.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SALVIA SCLAREA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos (ácido rosmarínico)

b.- Principios activos

Aceite esencial, rico en linalol y acetato de linalilo. La esencia concreta contiene principalmente un diterpeno, el esclareol.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Estomáquicas, antiespasmódicas, antisudoríficas, emenagogas, bactericidas, y en general, las mismas que las de *Salvia officinalis* L.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se emplea como antiespasmódica y anticatarral. Por vía tópica para tratar úlceras y edemas. En casos de astenia.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SALVIA SCLAREA L.*

OTROS USOS.-

Como condimentaria. En licorería. En enología para dar el sabor de moscatel, en la elaboración de vinos aromáticos y en la elaboración del vermouth. En la elaboración de la cerveza a veces entra en sustitución del lúpulo para dar sabor amargo. En confitería y en la elaboración de helados.

El aceite esencial en la industria farmacéutica.

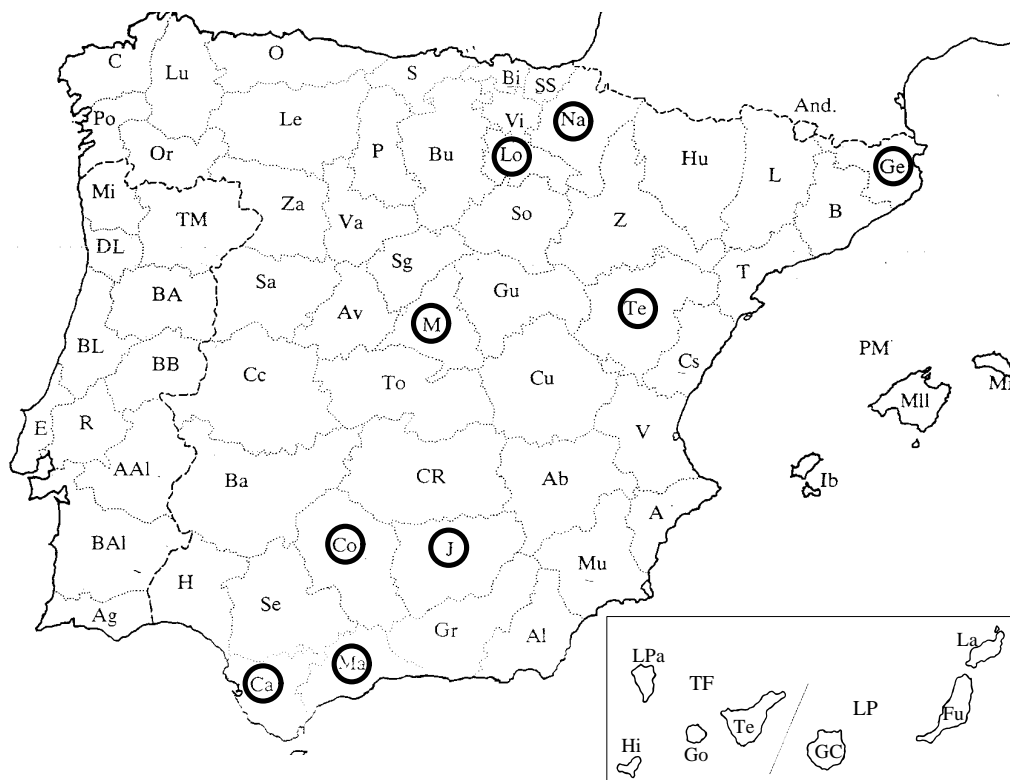
En perfumería, principalmente el esclareol, el cual es también punto de partida para la hemisíntesis de otros derivados diterpénicos. El aceite esencial con bajo coeficiente de volatilidad sirve, como el ambar, en la fijación de aromas.

3.1.12. Género **Satureja**

• NOMBRE CIENTIFICO.- SATUREJA HORTENSIS L.
NOMBRES VERNACULOS.- Ajedrea, Ajedrea anual, Ajedrea común, AJEDREA DE JARDÍN, Albahaca de tomillo, Azitraia, Sabirija, Saborea, Saborija, Sajorida, Sajulida, Senyorida de jardí, Tomillo real.
ORIGEN.- Región mediterránea. A pesar de ello no es frecuente encontrarla de forma espontanea.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Partes aéreas (hojas y flores). Infusión, aceite esencial.
ECOLOGÍA.- Especie herbácea anual, de fenología estival, y que alcanza una talla de 20-60 cm. Esta especie cuando se presenta como espontánea es una planta muy poco exigente en cuanto a suelos, si bien prefiere los calizos, y no tolera los suelos pesados. No obstante cuanto mas fértiles, profundos y sueltos el cultivo vegeta mejor. Por su fenología estival es probable que sea necesario la utilización del riego para mantener el cultivo durante el verano, los riegos abundantes permiten una vegetación rápida, adelantando la fecha de recolección si bien pierde concentración de aceites esenciales. El ciclo de la planta es bastante corto (unos tres meses), y es posible efectuar dos cultivos al año. Climatológicamente requiere condiciones templado-cálidas, y rechaza las posiciones de umbría. Altitudinalmente llega hasta los 1.000 msnm. si bien con la altitud disminuye su rendimiento en aceite esencial. El momento de máxima concentración en aceites esenciales coincide con el momento de plena floración, por ello la recolección debe realizarse en este momento, máxime si es para destilar, sin embargo si es para herboristería conviene adelantarlo, evitando en cualquier caso los momentos más cálidos del día.

• NOMBRE CIENTIFICO.- *SATUREJA HORTENSIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICION QUIMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos (cafeico, rosmarínico), mucílagos, resinas, taninos, triterpenos, beta-sitosterol.

b.- Principios activos

Aceite esencial (1%) rico en carvacrol y timol.

PROPIEDADES TERAPEUTICAS.-

Antiespasmódicas; antieméticas, antisépticas, antivirales, antioxidantes, tónicas, aperitivas, carminativas, digestivas, diuréticas, estimulantes y expectorantes.

USOS ETNOFARMACOLOGICOS.-

Antioxidante; bactericida; diurético; expectorante; fungicida; sedante; estimulante; estomáquico; sudorífico; vermífugo. Utilizada en problemas digestivos e intestinales, otitis, espasmos y como tónico en casos de astenia.

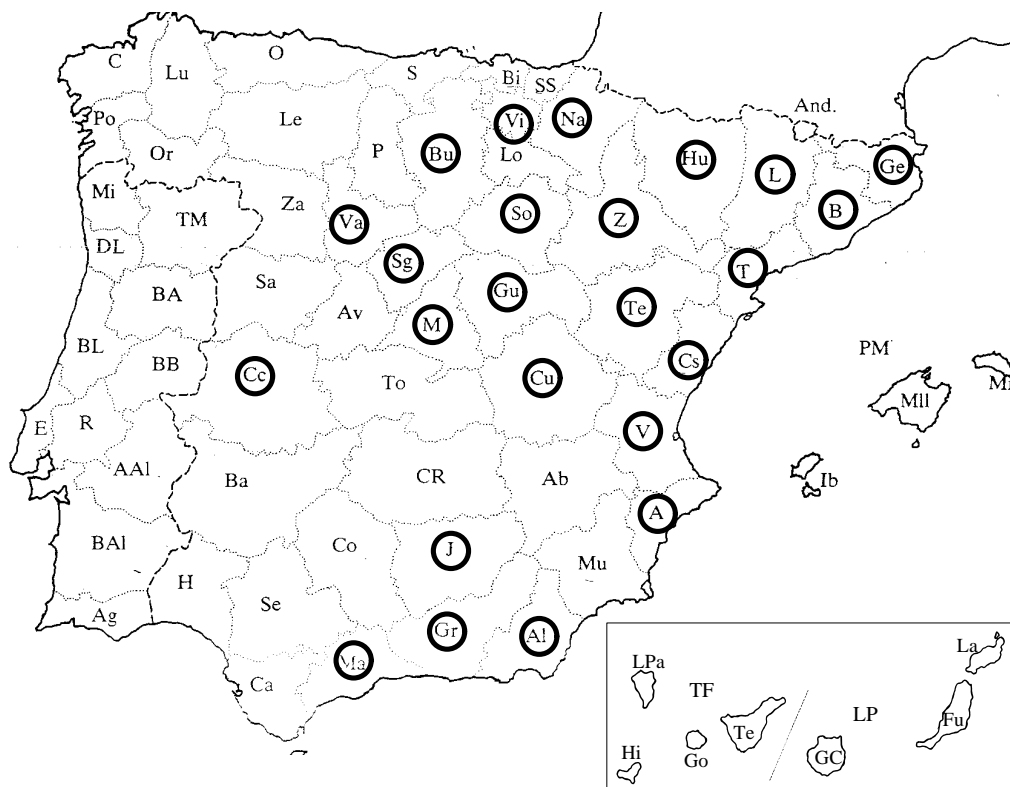
OTROS USOS.-

Como condimentaria y como conservante alimenticio. En encurtidos. El aceite esencial se usa: en licorería, en la industria farmacéutica y en cosmética.

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- SATUREJA MONTANA L.</p>
<p>El tratamiento taxonómico de esta especie es bastante complejo, ya que según autores se puede dividir en 6 especies diferentes o bien en una sola pasando esa variabilidad al rango de subespecie. Incluso en el primer caso es posible diferenciar en Europa 5 subespecies, siendo la que nos afecta <i>Satureja montana</i> L. subsp. <i>Montana</i>.</p>
<p>NOMBRES VERNACULOS.-</p> <p>Ajedrea, Ajedrea de montaña, Ajedrea montesina, Ajedre salvaje, Ajedrea silvestre, Azitzaia, Farigola, Herba d'olives, Hisopet, Hisopeta, HISOPILLO, Hisopillo montés, Jedrea, Morguera, Morquera, Saborea, Saborida, Saborija, Saboritja, Sadurija, Sajolida de bosc, Sajulida, Sajurida, Saldorija, Sarudija, Sejalida, Sejulida, Sejurida de monte, Tomillo real.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Región mediterránea</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Partes aéreas (hojas y flores).</p> <p>Infusión, extracto fluido, comprimidos, aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Planta leñosa vivaz, de fenología estival, que llega a alcanzar una talla de 50 cm.</p> <p>Prefiere los suelos calizos con pH básico, pero se adapta bien a suelos con reacción neutra o ligeramente ácidos. Al igual que la especie anterior para su cultivo se elegirán suelos cuanto más fértiles, profundos mejor. Son desaconsejables los suelos muy pesados o con problemas de encharcamiento.</p> <p>Altitudinalmente llega a alcanzar la cota 2.000 msnm. como consecuencia, aunque prefiere condiciones templadas o templado-cálidas puede soportar condiciones más rigurosas siempre y cuando tenga exposiciones soleadas. No obstante la altitud disminuye la concentración de aceites esenciales.</p> <p>Como en la mayor parte de las labiadas espontáneas existen distintos tipos morfológicos y quimiotipos.</p> <p>En cuanto a los momentos de recolección en función de su dedicación puede decirse lo mismo que para otras labiadas, esto es, si se va a dedicar a destilación el momento será en plena floración y si fuera para herboristería será antes de la floración.</p>

• NOMBRE CIENTIFICO.- *SATUREJA MONTANA* L.

DISTRIBUCIÓN.- *S. montana* L. sensu lato



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos (cafeico, rosmarínico), triterpenos (ácido ursólico).

b.- Principios activos

Aceite esencial (1%) rico en carvacrol y timol.

PROPIEDADES TERAPEUTICAS.-

Antiespasmódicas, antisépticas (vías respiratorias y urinarias), antioxidantes, carminativas, colagogas, coleréticas, digestivas, estimulantes y tónicas.

USOS ETNOFARMACOLOGICOS.-

Igual que la especie anterior.

OTROS USOS.-

Como condimentaria. La esencia se usa como conservante alimenticio y antioxidante. Para adobar encurtidos y quesos. En perfumería (ocasionalmente adulterado con aceite esencial de algunos tipos de tomillo y orégano). Planta melífera. Como ornamental. En los jardines medievales era una especie común.

TOXICIDAD.-

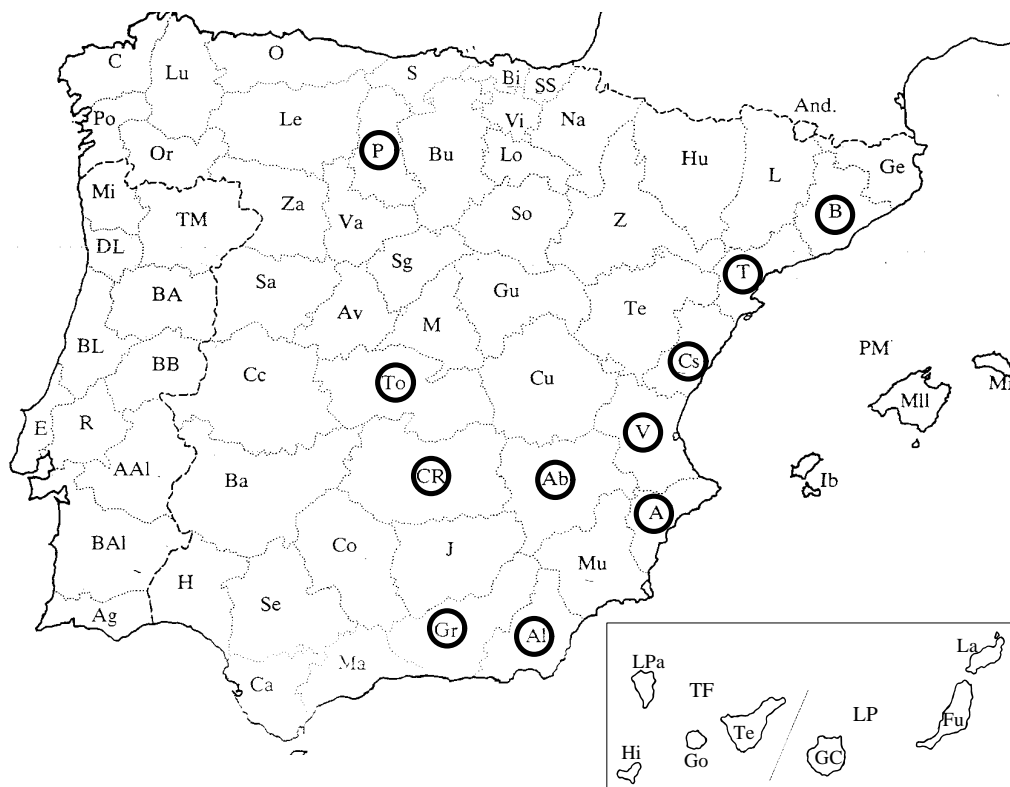
Deben utilizarse con precaución los preparados con aceite esencial.

3.1.13. Género **Sideritis**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- SIDERITIS ANGUSTIFOLIA Lag.
El género <i>Sideritis</i> está compuesto por unas 100 especies, todas ellas distribuidas por las zonas templadas del viejo Mundo (Eurasia).
NOMBRES VERNÁCULOS.- Cua de gat, Herba de San Antoni, Hierba sanjuanera espinosa, Hierba terral, RABO DE GATO, Rabogato, Zahareña, Zahareña tomentosa.
ORIGEN.- España
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Partes aéreas de consistencia herbácea, sumidades floridas. Infusión, decocción.
ECOLOGÍA.- Requiere sustrato calizo, y condiciones climáticas templado cálidas que se dan en las zonas este y sur de la Península. Es una especie que no ha sido puesta en cultivo, sin embargo hay un interés creciente por las especies de este género. En condiciones silvestres no es exigente en humedad, no obstante teniendo en cuenta que su fenología es estival, en cultivo y en las condiciones de clima mediterráneo puede ser necesaria la utilización del riego para aumentar los rendimientos de cosecha, si bien, como en natural, esto reduciría la concentración de aceites esenciales por unidad de peso fresco cosechado. Altitudinalmente se presenta en los pisos basal y montano.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SIDERITIS ANGUSTIFOLIA* Lag.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES.-

En la medicina popular de algunas zonas de España participan profusamente las especies del género *Sideritis*: *Sideritis hirsuta* L.; *Sideritis hyssopifolia* L.; *S. incana* L.; *S. leucantha* Cav.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Triterpenos (derivados de alfa y beta amirina)

b.- Principio activos

Aceite esencial. Flavonoides (sideritoflavona). Terpenos (diterpenos).

PROPIEDADES TERAPEUTICAS.-

Vulnerarias, antiespasmódicas, antiulcerosas, digestivas, antiinflamatorias, antirreumáticas, analgésicas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

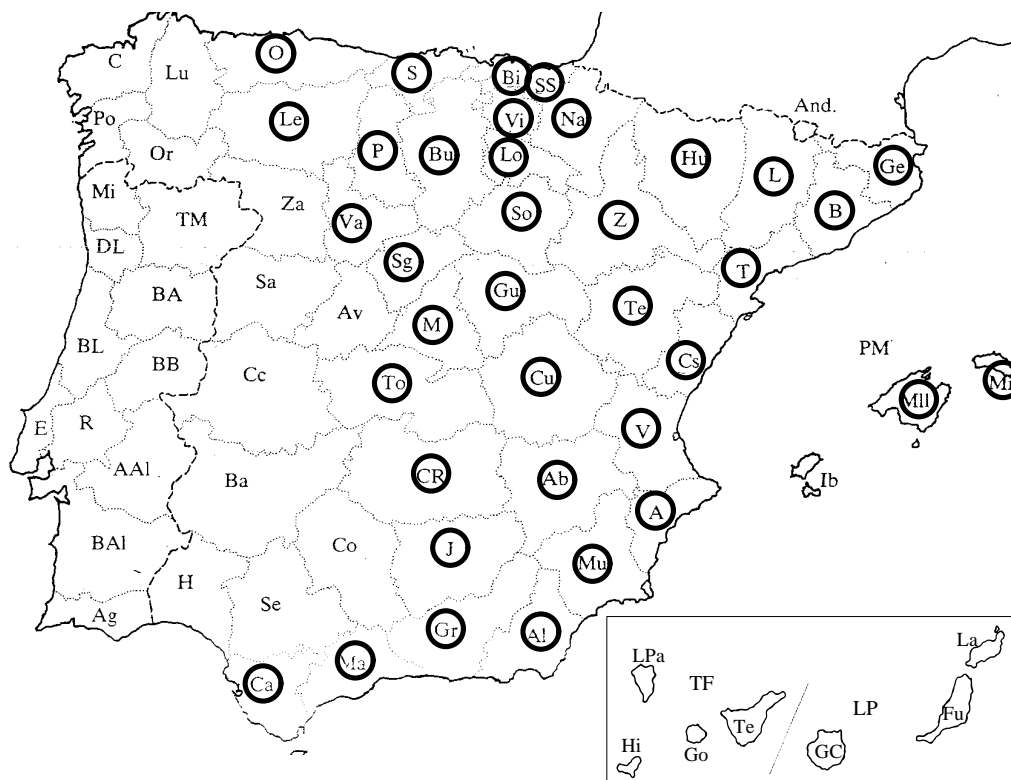
En trastornos digestivos; como antiinflamatorio y por vía externa en vaginitis, heridas y quemaduras.

3.1.14. Género **Teucrium**

• NOMBRE CIENTIFICO.- TEUCRIUM CHAMAEDRYS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Acharioa, Achariva, Alzineta, Atxariba, Atxarika, Auledella, Ausineta, Auzineta, Axario, Axarioa, Beltrónica, Netónica menor, Bretónica, Camédit, Camédreo, Camedreo, CAMEDRIO, Camedrios, Camedris, Carmesio, Carrasquilla, Encinilla, Encinilla de Europa, Enuntzi, Germandria, Germandrina, Hierba de Sant Domingo, Hierba del carmesio, Hierba tercianera, Inuntzi, Iñuntzi, Odorbelar, Pata de gallo, Roblecillo, Sanguinaria, Siete sangrías, Xamedrios.
ORIGEN.- Sur y centro de Europa
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Partes aéreas (Hojas y flores)
ECOLOGIA.- Arbusto enano rizomatoso, con tallos que alcanzan los 50 cm de altura, y floración vernal-estival. Es una especie muy variable, ya que se le han reconocido numerosas subespecies. Prefiere los sustratos calizos, ligeros y bien drenados, en regiones cálidas de los pisos basal, montano y partes inferiores del subalpino. La altura disminuye el rendimiento en aceite esencial. Como las labiadas el momento de recolección debe ser si es para destilar en el momento de plena floración, y si fuera para herboristeria al inicio de esta o antes.

• NOMBRE CIENTIFICO.-*TEUCRIUM CHAMAEDRYS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES.-

Teucrium scorodonia L. (Amenta da cobra, Escordio bastardo, Escorodónia, Ourego bravo, Salva brava, Salva bastarda, Seixebra, Xarxa silvestre). Propia de terrenos silíceos, con propiedades diuréticas y tónicas.

Teucrium marum L. (Erva forte, Eixorbarrates blanc, Frígola, Frívola, Herba dels gats, Herba de l'epidèmia, Hierba fuerte, Hierba del papa, Marduix anglès, Maro de Cortusio). Con propiedades antiescorbúticas, carminativas, diaforéticas, diuréticas, emenagogas.

Teucrium polium L. (Farigola mascle, Herba de capcera, Herba de capsigrany, Herba de cucs, Herba cuquera, Herba de Sant Ponç, Hierba crespá, Hierba crispa, Hierba del humor, Lledanias, Llengua de passerell, Orella de rata, Osuna, Pi d'olor, Polio, Polio montano, Polio montesino, Polioli, Timó mascle, Timó ver, Tomello mascle, Tomillo macho, Tomillo terrero). Con propiedades tónicas y estimulantes.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Taninos, saponinas, ácido ursólico, marrubina (principio amargo).

b.- Principios activos

Aceite esencial (trazas), flavonoides (escutelareina), diterpenos lactónicos (serie del neo-clerodano).

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.-TEUCRIUM CHAMAEDRYS L.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPEUTICAS.- Astringentes, estimulantes y tónicas.</p>
<p>USOS ETNOFARMALÓGICOS.- En diarreas. Por vía tópica en enjuagues bucales.</p>
<p>OTROS USOS.- Los brotes tiernos se usan en licorería (elaboración del Chartreuse y vinos (camedrita)). Las hojas secas se usan en infusión para uso externo en cosmética. El aceite esencial se usa en perfumería. Planta muy melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.- En 1992 en Francia, los centros de farmacovigilancia detectaron varios casos de hepatitis agudas tras la ingestión de fitomedicamentos a base de <i>Teucrium</i>. Se retiraron las especialidades del mercado y se prohibió la preparación y dispensación de preparados a base de <i>Teucrium chamaedrys</i>.</p>

3.1.15. Género **Thymus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **THYMUS SP.**

El género *Thymus* presenta una gran diversificación en subespecies, siendo la Península Ibérica una de las zonas más ricas en cuanto al número y de mayor endemidad; en la flora de España se considera que existen unas 35 especies distribuidas principalmente por las zonas calizas del este y sur peninsular, si bien también existen especies propias de terrenos no calizos como son el *Thymus mastichina* L. y el *T. zygis* L.. Este género está compuesto por unas 300-400 especies propias de las zonas templadas de Eurasia.

Desde el punto de vista medioambiental, en la Península Ibérica existe la formación denominada tomillar constituida, fundamentalmente, por la especie *T. vulgaris*, que se caracteriza por ser una de las fases más regresivas de la destrucción del encinar mediterráneo, estando por tanto sobre un suelo muy erosionado y pobre.

• NOMBRE CIENTIFICO.- **THYMUS SERPYLLUM L.**

El *Thymus serpyllum* L. presenta tal variabilidad morfológica que se han reconocido hasta unas 38 variantes entre subespecies, variedades y razas. En la actualidad toda esta variabilidad se ha visto que es encuadrable en distintas especies, todas ellas pertenecientes a la sección *Serpyllum* (Miller) Benth. En concreto *T. serpyllum* L. se considera que en gran parte se encuadra bajo la denominación específica de *T. pulegioides* L. que corresponde con la denominación de SERPOL, el cual está presente en la Flora española de forma espontánea, mientras que según "Flora Europaea" el *T. serpyllum* L. no existe espontáneo en la zona sur de Europa, y por tanto no existe en España.

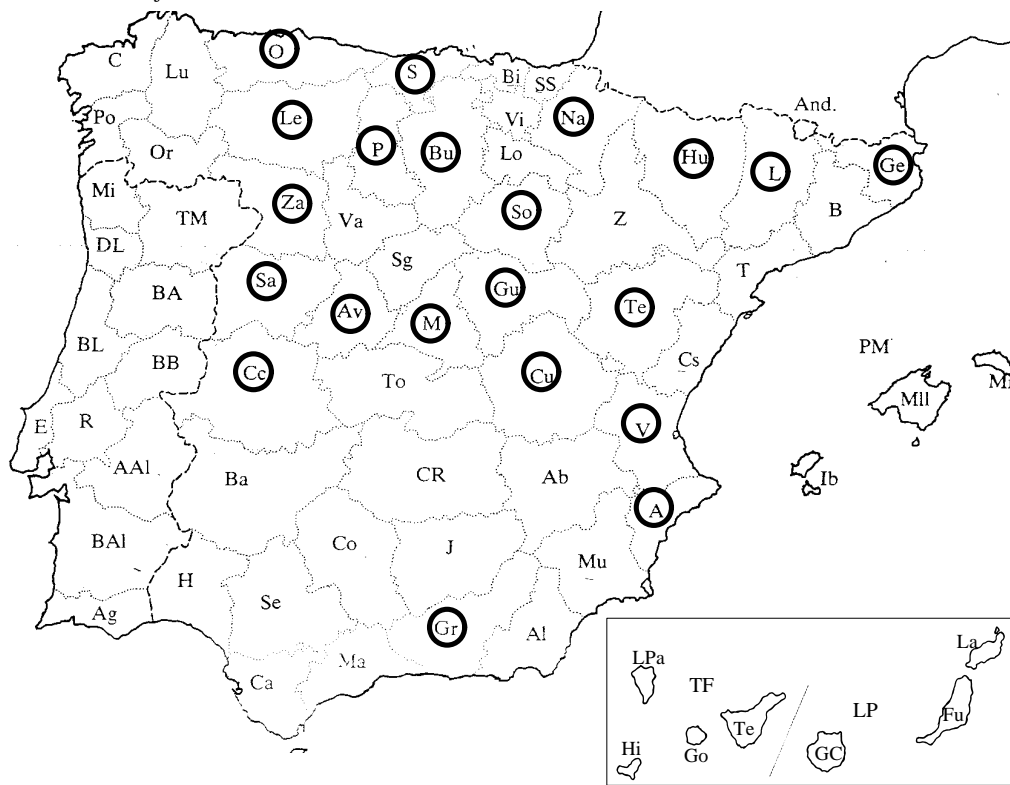
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-

Tallo florido.
 Infusión, decocción, aceite esencial.

ECOLOGÍA.-

Ver *T. pulegioides* L.

DISTRIBUCIÓN.- Teniendo en cuenta lo que se dice en la introducción, en su distribución se han recogido las citas existentes bajo las dos denominaciones

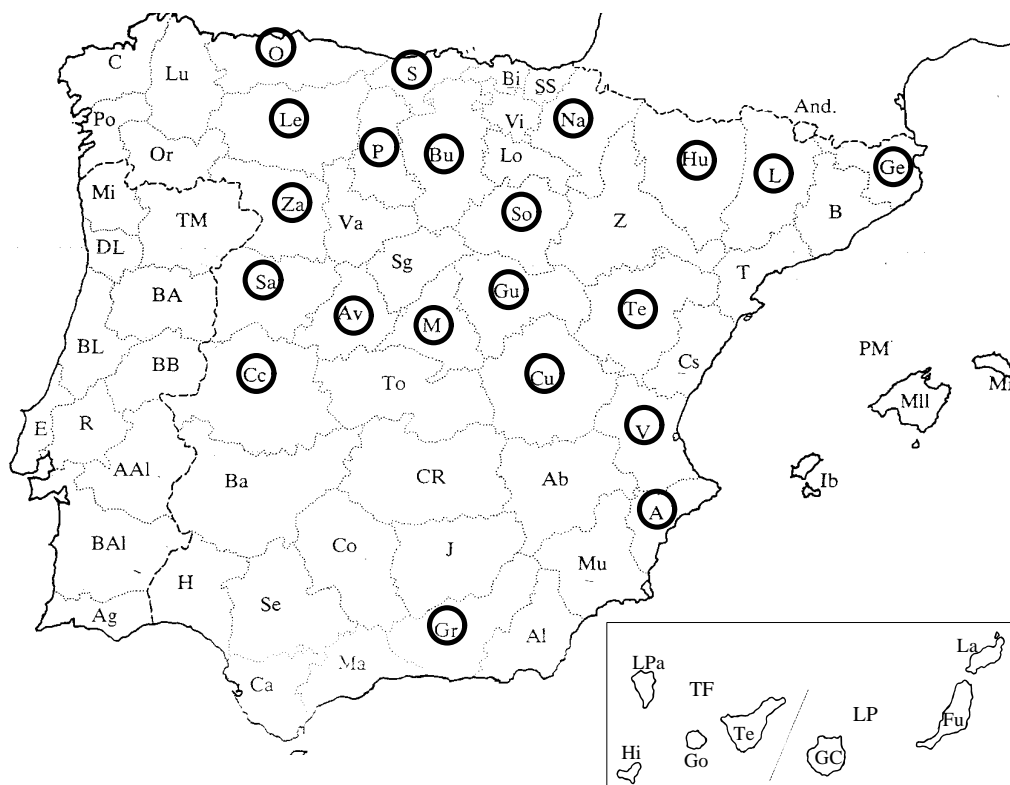


<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- THYMUS SERPYLLUM L.</p>
<p>COMPOSICIÓN QUIMICA.-</p> <p>a.- General</p> <p>Taninos, resinas, ácidos fenólicos (cafeico, rosmarínico), saponinas, triterpenos.</p> <p>b.- Principio activos</p> <p>Posee aceite esencial: timol, carvacrol, cimol, pineno. Flavonoides: derivados del apigenol, lutool, diosmetol, escutelareol.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPEUTICAS.-</p> <p>El aceite esencial debido a la presencia elevada de timol y carvacrol, junto con los fenoles presentes en la planta, le confieren propiedades bactericidas, balsámicas, expectorantes, estimulantes del apetito, eupépticas, espasmolíticas, carminativas y antisépticas.</p> <p>Los ácidos fenólicos y flavonoides refuerzan la acción antiséptica y confieren propiedades diuréticas, venotónicas y vasoprotectoras (factor vitamínico P).</p> <p>Afecciones respiratorias, catarro, gripe, bronquitis, sinusitis, faringitis. Indicado en trastornos digestivos como inapetencia, dispepsias, meteorismo, espasmos gastrointestinales. En afecciones de vías urinarias com cistitis, nefritis urolitiasis. Afecciones cardiovasculares como varices, hemorroides, fragilidad capilar, edemas. Como uso tópico se encuentra indicado en infecciones cutáneas, estomatitis y vaginitis.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLOGICOS.-</p> <p>Antiséptico, carminativo, sedante, depurativo, emenagogo, anticatarral y expectorante. Empleado también en las afecciones pulmonares y en las afecciones dérmicas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En perfumería.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La esencia a dosis elevadas puede ocasionar convulsiones. Puede desarrollar reacciones de hipersensibilida, sobre todo en niños.</p>

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- <i>THYMUS PULEGIOIDES L.</i></p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Apeio, Apika, Apio, Elharr, Erle-bedarr, Erva-ursa, Farigola de muntanya, Farigola mascle, Farigoleta, Frigoleta, Hierba luna, Pebrela, Salia de pastor, Samarillo, Sarpoil, Sarpot, Serfull, Serpao, Serpil, Serpilho, Serpilo, Serpillo, SERPOL, Serpola, Serpoll, Serpollo, Timó negre, Tomillo salsero, Tomillo sanjuanero, Txarpot, Txerpol, Xarbot.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Europeo</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Partes aéreas (hojas y sumidades floridas).</p> <p>Infusión, tintura, droga pulverizada, aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>El serpol es una especie vivaz de base leñosa, cuyos tallos herbáceos llegan a alcanzar una altura de hasta 40 cm y de fenología estival.</p> <p>Requiere sustratos silíceos, ácidos, ligeros y bien drenados. Altitudinalmente se sitúa generalmente entre los 500 y los 2500 msnm, si bien se puede encontrar pero raramente fuera de este intervalo. A diferencia de otras labiadas en esta especie la concentración de aceites esenciales es proporcional a la altitud.</p> <p>Requiere temperaturas templado-frias, y condiciones de alta humedad, que dentro del clima mediterráneo se presentan en lo que se podría denominar como clima de montaña, si bien también se puede presentar en condiciones de clima atlántico.</p> <p>La recolección se realiza al inicio de la floración si el material cosechado se va a destinar a la herboristeria, y en plena floración si se va a destinar a la destilación. La sequedad ambiente reduce el contenido en aceites esenciales. En cultivo puede alcanzar una duración de unos 10 años, antes de proceder a su renuevo o a su levantamiento, si bien esto es variable en función de las condiciones en las que se desarrolle.</p>

• NOMBRE CIENTIFICO.- *THYMUS PULEGIOIDES* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES.-

En Francia se cultiva la especie de origen híbrido *Thymus x citriodorus* (Pers.) Schreber (= *T. vulgaris* L. x *T. pulegioides* L.), el cual es estéril y por tanto se multiplica exclusivamente por vía vegetativa. Aromáticamente se distingue del anterior por su olor a limón, al cual hace alusión su epíteto específico.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiespasmódicas, antisépticas, antivirales, aperitivas, balsámicas, béquicas, carminativas, digestivas, estimulantes, expectorantes, sedantes, vermífugas y vulnerarias.

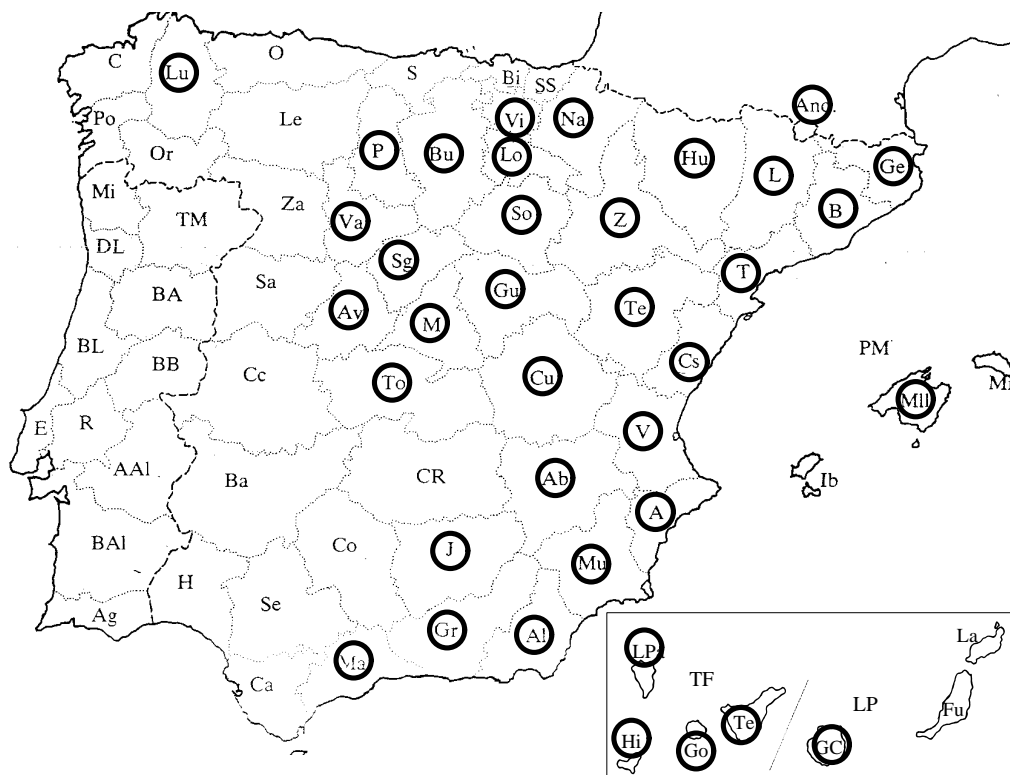
OTROS USOS.-

Como condimentaria y saborizante. En la industria farmacéutica. En alimentación se usa como conservante y desinfectante.

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- THYMUS VULGARIS L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Carrasquilla, Elharr, Erle-bedarr, Estremoncillo, Ezkai, Farigola, Frigola, Ispillu, Senyorida, Señorida, Tem, Timó, Timonet, Tomaní, Tomelo, Tomello, Tomello vulgar, Tomentelo, Tomilho, TOMILLO, TOMILLO COMÚN, Tomillo fino, Tomillo fino salsero, Tomillo salsero, Tremencillo, Tremoncillo en Aragón.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Región mediterránea occidental.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>La parte aérea (hojas y sumidades floridas).</p> <p>Infusión, decocción, extracto fluido, jarabe, pomadas, solución oleosa, aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>El tomillo es una especie subarbusciva, vivaz, que llega a alcanzar una talla de hasta 40 cm, 50 cm de forma excepcional en condiciones muy favorables.</p> <p>Prefiere suelos calizos, siendo mas escasa su presencia sobre los suelos silíceos; como casi todas las especies prefiere los suelos medios, adaptandose mal a los suelos muy pesados. Es una planta muy rústica y de gran plasticidad lo que la permite soportar condiciones difíciles, como son las condiciones del estío del clima mediterráneo.</p> <p>Altitudinalmente se sitúa desde el nivel del mar hasta los 1.700-2.000 m; al igual que el serpol el contenido en aceites esenciales es directamente proporcional a la altitud. Térmicamente prefiere unas condiciones templado, templado-cálidas, y posiciones soleadas.</p> <p>La recolección, en función de las condiciones de cultivo, puede realizarse una o dos veces por año, una vez que el cultivo esté establecido (mas de dos años), y en función del destino final del material cosechado. Si su utilización fundamental va a ser la herboristeria es conveniente realizar la cosecha antes de la floración (después de la floración sufre una notable pérdida de hojas), y en plena floración si su fin va a ser la destilación.</p> <p>Al igual que el serpol el cultivo del tomillo no suele superar los 10 años antes proceder a su renuevo o levantamiento, si bien esto es función de las condiciones en las que se desarrolla el mismo.</p>

• NOMBRE CIENTIFICO.- *THYMUS VULGARIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Como ya se ha dicho es una especie muy plástica, y desde el punto de vista de contenido y composición de aceites esenciales de su esencia hay diferentes quimiotipos. Estos quimiotipos son: carvacrol; timol; geraniol; alfa-terpineol; linalol; y tujanol-4 (todos estos son comunes a Francia y España); y 1,8-cineol (endémico de la Península Ibérica). Estos quimiotipos pueden presentarse en individuos de la misma población o en individuos de poblaciones diferentes.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

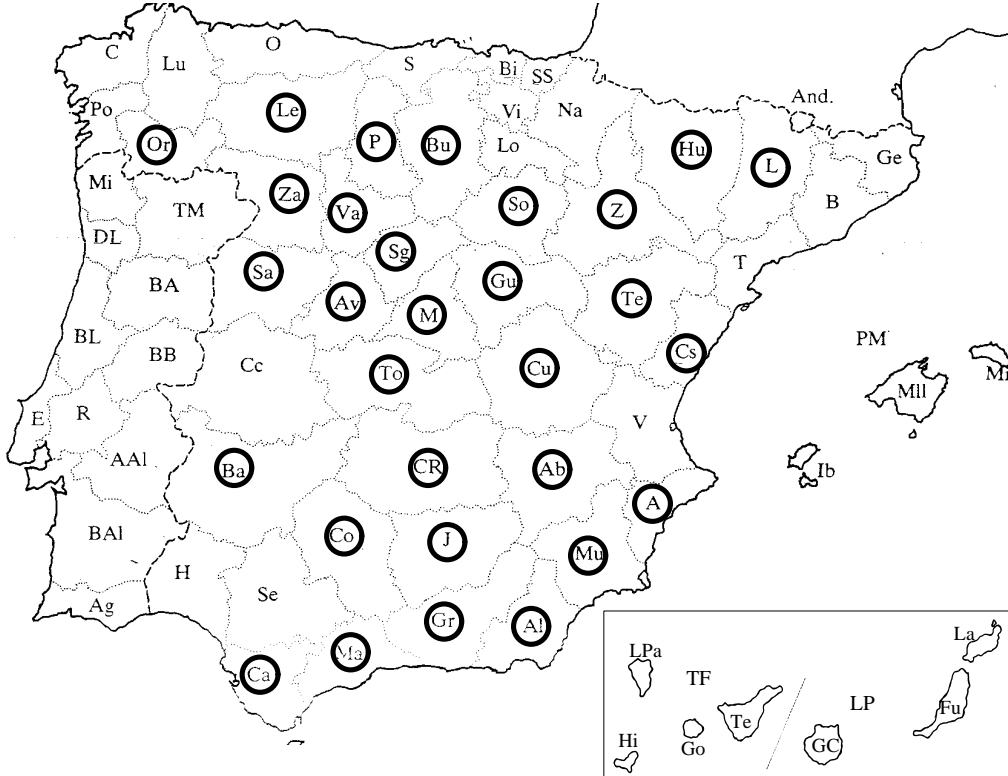
Thymus capitatus (L.) Hoff. & Link. = (*Corydorthymus capitatus* (L.) Reichenb.; *Thymbra capitata* (L.) Cav.) (Farigola, Frigola, Senyorida, Timó capitat, Tomillo, Tomillo aceitunero, TOMILLO ANDALUZ, Tomillo cabezudo, Tomillo carrasqueño, Tomillo fino, Tomillo real, Tomillo sevillano, Tomillo tinajero.) Como condimentaria, saborizante, y en la elaboración de encurtidos. Como ornamental para el cultivo en rocallas. En perfumería proporciona el aceite esencial "aceite de orégano espinoso". Contiene aceite esencial (1,5%) rico en carvacrol.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos (cafeico, rosmarínico), taninos, triterpenos, fitosteroles.

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- THYMUS VULGARIS L.</p>
<p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial 0,5-2,5%, rico en timol y carvacrol contiene además geraniol, terpineol, linalol. Flavonoides: derivados del apigenol y luteolol.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antioxidantes, antiespasmódicas, antisépticas, antifúngicas, balsámicas, cicatrizantes, coleréticas, digestivas, estimulantes, estomacales, tónicas, expectorantes, antihelmínticas y vulnerarias.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLOGICOS.-</p> <p>Antiséptico; afecciones pulmonares; carminativo; antitusivo; diaforético; expectorante; fungicida; afecciones bucales, rubefaciente; sedante; espasmolítico. Empleado también como antihelmíntico.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como condimentaria y en la elaboración de encurtidos. En la industria para la obtención de esencia. El aceite esencial se usa en la industria farmacéutica (humana y veterinaria), en perfumería, en cosmética, y jabonería. En licorería (Chartreuse, y un aguardiente italiano llamado grappa). Es repelente de insectos. Se usan en jardinería como ornamentales. Especie melífera</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El aceite esencial puede originar reacciones anafilácticas, sobre todo en niños y a dosis elevadas puede originar fenómenos convulsivos.</p>

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- THYMUS ZYGIS L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- Farigola salsera, TOMILLO ACEITUNERO, Tomillo albar, Tomillo blanco, Tomillo español, Tomillo fino, Tomillo risquero, Tomillo rojo, TOMILLO SALSERO.</p>
<p>ORIGEN.- Península Ibérica.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Parte aérea</p>
<p>ECOLOGIA.- Planta subarbusciva que puede alcanzar una talla de hasta 30 cm. Prefiere terrenos no calizos, y arenosos. Muy similar en exigencias y en manejo del cultivo al <i>Thymus vulgaris</i>.</p>
<p>DISTRIBUCIÓN.-</p>  <p>The map shows the distribution of <i>Thymus zygis</i> L. across the Iberian Peninsula. Regions are labeled with abbreviations: C, Lu, O, S, Bi, SS, And., Ge, Po, Le, P, Bu, Vi, Na, Lo, Hu, L, B, Mi, TM, DL, Za, Va, So, Z, Sa, Sg, Gu, Te, BA, Av, M, Cu, T, BL, BB, Cc, To, CR, Ab, PM, Mil, Ib, E, R, AAL, Ba, CR, Ab, A, BAl, H, Co, J, Mu, Ag, Se, Gr, Al, Ca, Ma, A, LPa, TF, Te, LP, Fu, Hi, Go, GC. Circled letters (Or, Le, P, Bu, Hu, L, Za, Va, So, Z, Sa, Sg, Gu, Te, Av, M, Cu, To, CR, Ab, A, Co, J, Mu, Ca, Ma, A) indicate specific collection points across various regions.</p>
<p>VARIEDADES.- Dentro de esta especie se han identificado los quimiotipos alfa-terpineol, linalol, timol y carvacrol.</p>

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- THYMUS ZYGIS L.</p>
<p>OTRAS ESPECIES.-</p> <p><i>Thymus baeticus</i> Boiss. ex Lacaita (tomillo limonero).- Propio exclusivamente de las montañas del sur y sureste de España. En esta especie se han detectado los quimiotipos que se han identificado en <i>T. vulgaris</i> comunes en Francia y España, aunque la mayor parte no presenta dominantes claros. No obstante se han encontrado individuos con olor a limón, posiblemente como consecuencia de un elevado contenido en citral y que dan lugar a una esencia denominada como “esencia de verbena de España”.</p> <p><i>Thymus serpyllodes</i> Bory (samarilla, tomillo) Montañas del sur de España (principalmente por encima de los 2.000 msnm). Uso ornamental.</p> <p><i>Thymus piperella</i> L. (pebrella, pebrinella, piperesa, timó (Alicante)).- Endémico del levante español. Con quimiotipos timos y carvacrol. Se usa en perfumería y como condimentaria, para la elaboración de encurtidos y como ornamental.</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial (aproximadamente el 1%), rico en timol.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se usan como condimento; como ornamentales y en perfumería</p>

<p>• NOMBRE CIENTIFICO.- THYMUS MASTICHINA L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- Almoradux, Almoráu, Almoraz, Cantueso blanco, Moradux bord, Marahú, Mayorana silvestre, Mejorana, Mejorana bastarda, MEJORANA SILVESTRE, Mendaroa, Moradux bord, SARILLA, Tomillo, Tomillo blanco, Tomillo salsero.</p>
<p>ORIGEN.- Península Ibérica.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Parte aérea</p>
<p>ECOLOGIA.- Planta subarbusativa que puede alcanzar una talla de hasta 50 cm. Prefiere terrenos no calizos, y arenosos. Muy similar en exigencias y en manejo del cultivo al <i>Thymus vulgaris</i>. Se conocen dos quimiotipos: cineol y linalol, y otras poblaciones intermedias.</p>
<p>DISTRIBUCIÓN.-</p>

• NOMBRE CIENTIFICO.- <i>THYMUS MASTICHINA L.</i>
PROPIEDADES TERAPEUTICAS.- Similares a las de los <i>Thymus</i> anteriores, pero en particular antisépticas, anéstesicas y desodorantes.
OTROS USOS.- Como condimentaria. Especie ornamental. El aceite esencial se utiliza en perfumeria (aceite de mejorana silvestre). En la elaboración de las pastas dentífricas.

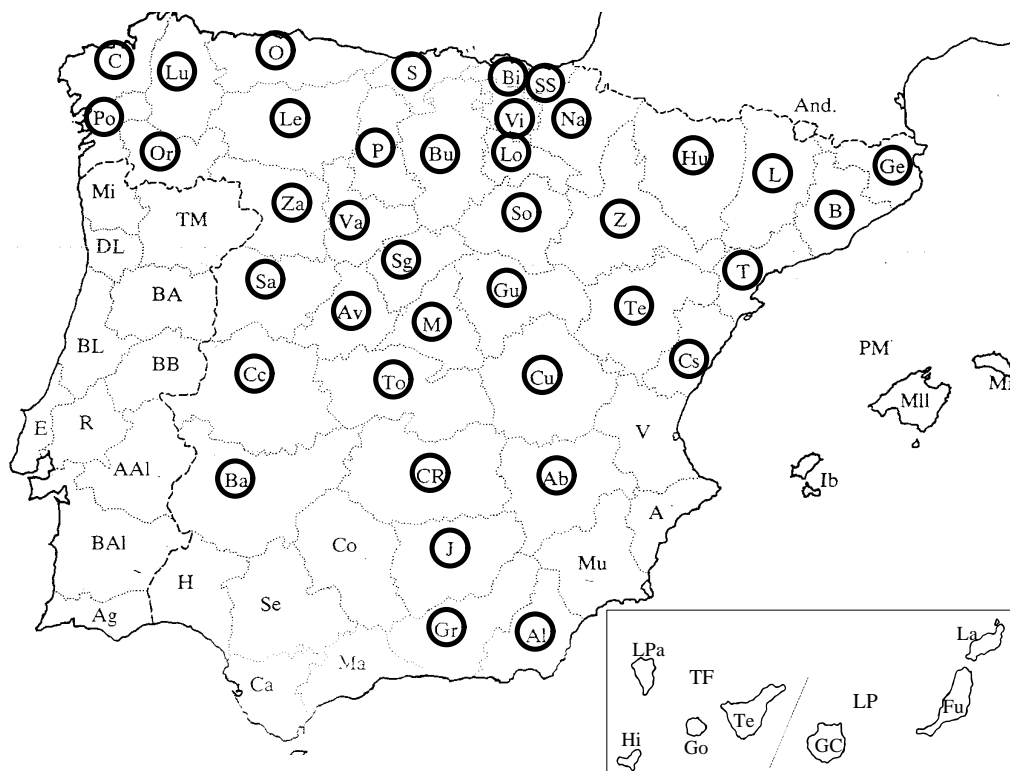
3.2. Familia **Asteraceae** (Compuestas)

3.2.1. Género **Achillea**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ACHILLEA MILLEFOLIUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Abrofia; Altarreina; Ama Birjiña'ren bedarrak; Aquilea; Camamil-la vera; Camamilla vera; Camomila de los montes; Cientoenrama; Erva carpinteira; Erva das cortadelas; Erva do bomdeus; Erva dos carpinteiros; Erva dos militares; Erva dos soldados; Espina de peix; Feiteirinha; Filigrana; Flor de la pluma; Flor de pujo; Herba da rula; Herba das heridas; Herba de corder; Herba de les nous camises; Herba de talls; Herba de tos; Hierba de Aquiles; Hierba de las heridas; Hierba meona; Macelao; Mao de deus; Marfull; Meona; Mil hojas; Milefolio; MILENRAMA; Milfolhado; Milfulles; Milhojas; Milhorria; Milifolio; Milifulla; Millaorriko; Milloria; Millorri; Millosto; Milrrosas; Pelo de carneiro; Percala; Prazer das damas; Sabuda blanca; Salvaço do mundo.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. (También se pueden emplear los frutos). Infusión, extracto fluido y seco, tintura, jarabe, jugo de la planta fresca.
ECOLOGIA.- Especie herbácea perenne con tallos de hasta 70 cm de altura, de fenología estival y propia de prados y bosques en sitios no demasiado secos. Es muy aromática y amarga. Desde el punto de vista edáfico es una planta que se adapta a prácticamente todo tipo de suelos, si bien en cultivo son preferibles los suelos de buena calidad. Altitudinalmente se puede situar incluso a cotas muy por encima de los 2.000 msnm, no obstante prefiere estaciones situadas por debajo de los 1.500 m (a cotas por encima de 1.000 m la planta presenta menor talla y más fragancia). La recolección se realizará en plena floración. En cultivo se puede mantener por periodos muy largos (hasta 10 años).

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ACHILLEA MILLEFOLIUM* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

Como ornamental existen en el mercado numerosos cultivares, entre ellos “Kelwayi”; “Rosea”; y “Rubra”.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Achillea ptarmica L. (Botón de plata; Botons de plata; Camamilla de muntaya; Hierba del moro; Hierba estornutatoria; Ptármica).

Achillea ageratum L. (Agerato; Ale de bou; Altarreina; Alta reina; Artemisa basta; Artemisa real; Eupatorio de Mesué; Hierba julia; Macela de sao joao; Macela francesa)

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Polinos, ácidos fenólicos, tanino, trazas de compuestos acetilénicos, un heterósido cianógeno, compuestos nitrogenados.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,5-0,8 %) que contiene azulenos (según la raza química). Lactonas sesquiterpénicas (leucodina, achilina, achilicina...). Flavonoides: flavonas y flavonoles metoxilados en 6, di y trimetilados.

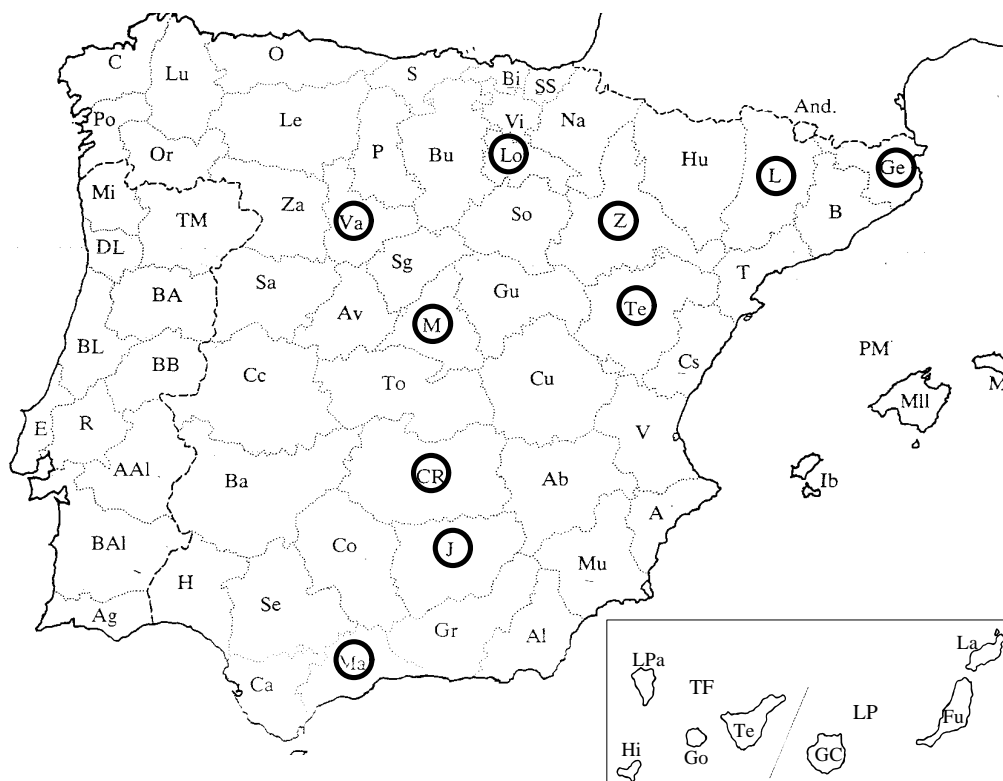
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ACHILLEA MILLEFOLIUM L.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiinflamatorias y antiespasmódicas debidas a los flavonoides y a los azulenos. Antipiréticas, astringentes, cicatrizantes y antihemorroidales; coléreticas, diuréticas y hemostáticas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Popularmente se emplea como tónico y antipirético. Astringente y cicatrizante.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se usa en enología para evitar que el vino se avinagre, en maltería como sustituto del lúpulo y en licorería para la elaboración de licores (grappa, Fernet). Como aditivo para bebidas se usan los quimiotipos libres de tuyona.</p> <p>En fresco y en pequeñas cantidades se consume en ensaladas; y como condimentaria se utiliza en la elaboración de requesón, mantequillas y sopas.</p> <p>En cosmética, perfumería, jabonería y elaboración de pastas dentífricas.</p> <p>Se ha utilizado como sustituto del tabaco.</p> <p>Se emplea para teñir la lana de color amarillo.</p> <p>Como ornamental en jardinería (ya era usada en los jardines medievales) y como flor cortada y seca.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Puede provocar dermatitis de tipo alérgico si se frota la piel con sus hojas.</p>

3.2.2. Género **Arctium**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARCTIUM LAPPA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Achuscarris, Aguipegotes, Amanu, Amores, Apegaderas, BARDANA, Bardana maior, Bardanera, Belaun belarr, Cachurrera, Cachurros, Cardinches, Cuspinera, Enganxacabells, Enganxadones, Enganxavelles, Erba dos pegamassos, Erba dos tinhosos, Gafarot, Gafets, Gafets vermells, Garrapote, Gossos, Herba do costado, Herba dos enamorados, Irakorr, Kharlotx, Lamparaza, Lampazo, Lampazo mayor, Lapa, Lapabelarr, Lapachikia, Lapagarratz, Lapaitz, Lapaiza, Laparasa, Lapati, Lapatín, Lapatz, Llaparassa, Llapassa, Maitebedarr, Monas, Ohoin, Ooin, Orkatx, Orkhatzbelarr, Orkhatz-osto, Pegadillo, Pegamás, Pegamasso, Pegamasso maior, Pegotes, Peollos, Remolins, Repalaca, Repalada, Repalasa, Repalassa, Sanalotodo, Urrebuusi, Urhebursi, Yerba de los tiñosos, Zarápón, Zarrapote, Zarrapotillo.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíces y hojas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura, pulverizada y aceite de bardana
ECOLOGIA.- Especie herbácea bienal o vivaz, que en el momento de floración sus tallos llegan a alcanzar hasta 2 m. Florece en verano. Como constituyente de la flora espontánea resiste el frío y la sequía y se implanta en habitats alterados ya que es una planta ruderal y nitrófila. En cuanto a su posible cultivo es preferible que se realice en suelos frescos o con posibilidades de riego, profundos, sin problemas de encharcamiento, no pesados (para facilitar la recolección) y fértiles; no obstante, no es muy sensible a la compacidad del suelo. Altitudinalmente se implanta en los pisos basal y montano. El momento de la recolección depende de la parte de la planta, así si se trata de las raíces se recolectarán fundamentalmente al final del periodo vegetativo del primer año, o en su defecto en el inicio de la primavera del segundo año, antes de generar el tallo, ya que una vez que se emite este, la raíz pierde sus propiedades. El sistema radicular es bastante potente, lo cual dificulta su cosecha. Si la recolección es de las flores se debe realizar antes de la floración y a poder ser sin los pedúnculos. La de los frutos, una vez granada la planta, lo cual ocurre el segundo año de cultivo. Por último la recolección de las hojas se realiza en primavera o principios de verano. En cultivo, su duración depende de la parte que se vaya a recolectar, así si se trata de las raíces se maneja como especie anual y si por el contrario se recolectan los frutos el cultivo durará dos años.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ARCTIUM LAPPA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Se puede confundir con la especie *Arctium minus* (Hill.) Bernh., por su parecido morfológico así como por ocupar los mismos habitats que el anterior, si bien se diferencia de aquel en que los peciolos foliares son huecos y los capítulos se encuentran sobre pedúnculos cortos en racimos terminales y en el color de sus brácteas. Esta especie tiene una distribución más amplia en España que la especie *A. lappa* L.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos orgánicos, ácidos fenólicos, ácidos grasos, glúcidos (inulina), aceite esencial, principios amargos, resina, fitosteroles, taninos.

b.- Principios activos

Polienos y poliinos, mucílagos, lactonas sesquiterpénicas (arctiopictina).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antibacterianas, antifúngicas, astringentes, cicatrizantes, coleréticas, depurativas, diuréticas, hipoglucemiantes.

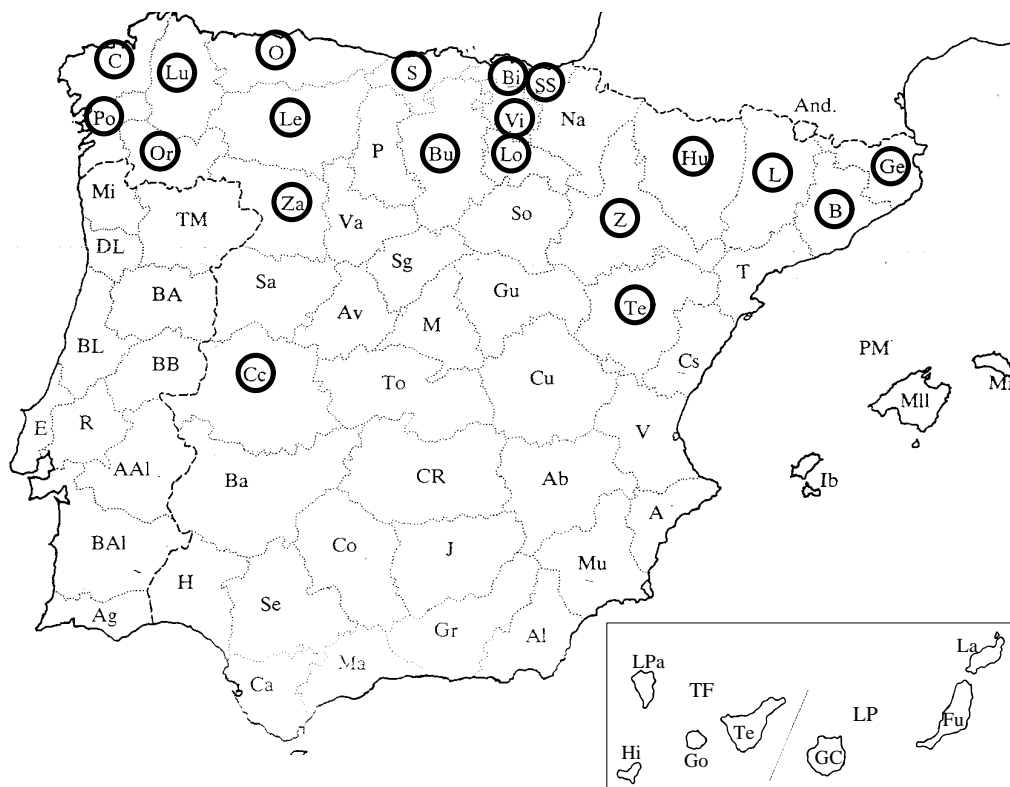
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARCTIUM LAPPA L.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se ha empleado como antirreumático, también en anorexia nerviosa, en eczemas y psoriasis, depurativo y antiforunculoso.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En algunos países se cultiva por sus raíces que son consumidas como verdura, así como los peciolo de las hojas y los tallos tiernos.</p> <p>Las raíces contienen inulina, que se puede utilizar como edulcorante.</p> <p>Se utiliza en cosmética, en forma de infusiones para uso externo, vahos faciales o el zumo de la planta.</p>

3.2.3. Género **Arnica**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARNICA MONTANA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alop; ÁRNICA; Estabaco; Esternudera; Estornudadera; Flor de Tabaco; Herba capital; Tabac de muntanya; Tabac de pastor; Tabaco borde; Tabaco de montaña; Talpa; Talpica.
ORIGEN.- Centro y Norte de Europa
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Capítulos florales. (También pueden emplearse hojas y rizomas). Infusión, extracto fluido, tintura, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, que se perpetúa por medio de rizomas. Alcanza una altura de hasta 60 cm. Las flores (capítulos) se disponen de forma aislada o en grupos de tres o cuatro en el extremo de los tallos. Tiene fenología primaveral o estival. Prefiere los terrenos silíceos, arenosos, ricos en materia orgánica y húmedos. Altitudinalmente se sitúa entre los 600 y los 2800 msnm, si bien su óptimo se sitúa en la mitad superior de este rango altitudinal. Debido a su interés las poblaciones naturales espontáneas están siendo eliminadas y se la ha situado en riesgo de extinción; en algunas zonas está protegida. Por ello se impone que para cualquier posible uso económico se ponga en cultivo. El cultivo de árnica puede tener una duración de unos 4 años. Las partes aéreas se pueden iniciar a recolectar a partir del segundo año de cultivo, mientras que los rizomas solo se recogen al levantar la parcela al final de dicho periodo de cultivo. Teniendo en cuenta que su habitat natural puede definirse como de montaña, para poder asegurar el régimen hídrico necesario durante el verano debe ser puesta en condiciones de regadío.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ARNICA MONTANA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Desde el punto de vista botánico se identifican dos subespecies:

- Subsp. *montana* con capítulos grandes de 5-8 cm de diámetro y hojas basales de forma obovadas o elípticas de 2-5 cm de ancho y subsésiles.
- Subsp. *atlantica* A. Bolos, con capítulos más pequeños (4-5 cm de diámetro) y hojas basales oblanceoladas de 1,7-2,5 cm de ancho y cortamente pecioladas. La distribución de esta subsp. es desde el SO de Francia por la costa Atlántica española hasta el Sur de Portugal. En la Península esta subsp. se sitúa a menores cotas (< 1.000 msnm) que la subsp. montana.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

A. fulgens Pursh. (Originaria de Norte América). Según autores es más eficaz.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales de manganeso, ácidos grasos, ceras, aminoácidos, polinos, fitosteroles, carotenos, cumarinas, taninos.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,1%), lactonas sesquiterpénicas, flavonoides, ácidos fenólicos, alcoholes triterpénicos

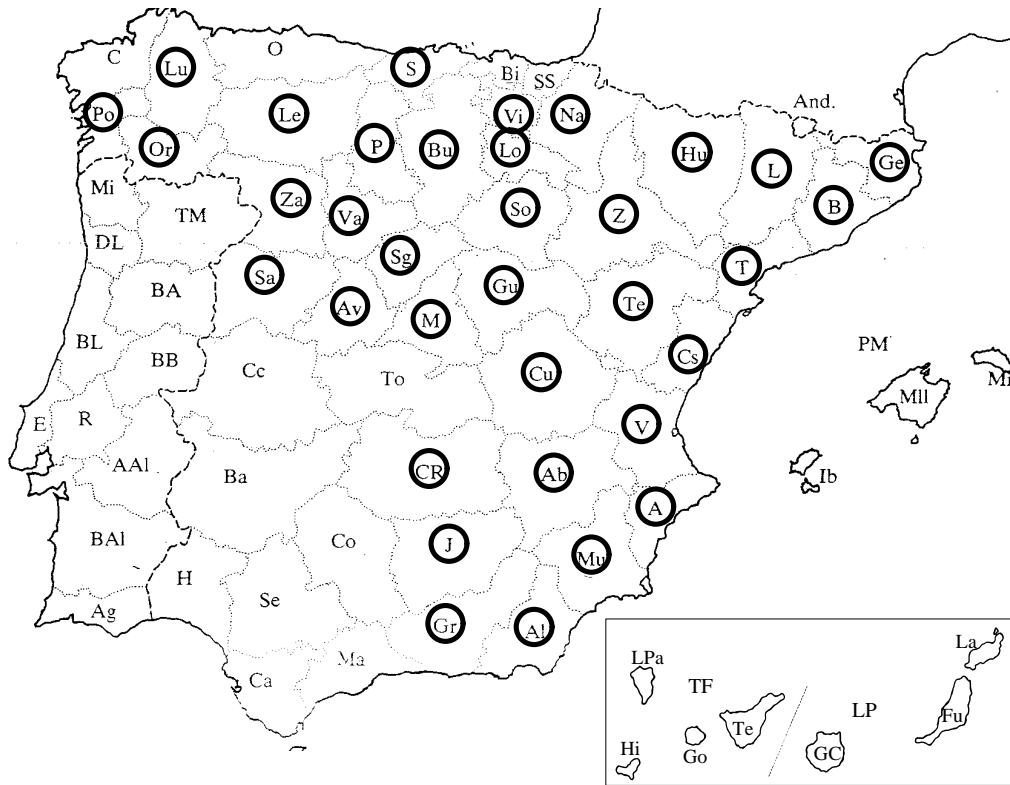
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARNICA MONTANA L.</p>
<p>(arnidiol, faradiol), derivados acetilénicos. Polisacáridos.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Analgésicas, antiinflamatorias, antiespasmódicas, astringentes, desinfectantes, cicatrizantes y estimulantes de la circulación sanguínea. Las lactonas sesquiterpénicas inhiben la fosforilación oxidativa de los polinucleares y su migración. La helenalina (lactona sesquiterpénica) inhibe la artritis crónica experimental en rata y la síntesis de prostaglandinas. Propiedades inhibitorias de la agregación plaquetaria. Los polisacáridos le confieren propiedades inmunoestimulantes.</p> <p>Indicada en uso externo en contusiones, hematomas, etc., como antiinflamatoria y vulneraria.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Antiinflamatorio; en quemaduras de sol, eritemas. En picaduras de insectos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En cosmética en forma de baño de vapor, en infusión para uso externo o en decocción concentrada utilizando esta como loción capilar. El aceite esencial se usa en licorería (Chartreuse, Benedictine; y aromatizar aguardiente de sidra como el Calvados), y en perfumería. En algunas zonas se fuman las hojas como sustituto del tabaco, bien secas o fermentadas. Pulverizadas se han usado como estornutatorio.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Contiene arnicina, que es tóxica. Generalmente se reserva el empleo de esta especie para uso externo. En uso interno puede provocar cefaleas, problemas gástricos, taquicardia, temblores, y en casos extremos la muerte. En uso externo, si se aplica muy concentrado puede provocar en la piel enrojecimiento, ampollas, e irritación de las mucosas, así como reacciones alérgicas (debido a la presencia de helenalina); evitar la aplicación sobre heridas y cerca de los ojos o la boca. La ingestión de flores de árnica puede provocar la muerte (dosis letal 60 g). En dosis subletales provoca alucinaciones.</p> <p>Contraindicada durante el período de gestación.</p>

3.2.4. Género **Artemisia**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARTEMISIA ABSINTHIUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Absintio, Absinto, Ahamenda-belar, Ajencio, Ajenjio, AJENJO, Ajenjo común, Ajenjo marino, Ajenjo mayor, Ajenzo, Alosma, Alosna, Alsamilla, Arhamenta, Artemaga, Asenjo, Asensi-bedarr, Asensio, Asente, Asentes, Asento, Asentos, Asentsio, Asentsio-belar, Assensio, Axenso, Axenixio, Axenxo, Axenxos, Axince, Azantzio, Azentzu, Azinju, Azintzu, Azuntxu, Doncel, Donçel, Donzell, Donzell mascle, Encens, Encenso, Encienso de Andalucía, Ensensio, Ensensio común, Ensensio de Andalucía, Esensio, Gínjol, Incienso, Hierba santa, Incienso de Andalucía, Insiensio, Losna, Xixari-belar.
ORIGEN.- Europeo
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y sumidades floridas. Infusión, polvo, tintura, extracto fluido y seco, jarabe, decocción.
ECOLOGIA.- Planta vivaz con cepa leñosa, que puede alcanzar una talla de hasta 1 m. Toda la planta es aromática. En condiciones silvestres la especie se desarrolla en medios secos y áridos, sin embargo su posible cultivo se reduce a zonas de regadío ya que si bien se la puede considerar como poco exigente en cuanto a recursos hídricos, situación típica durante el estío en condiciones de clima mediterráneo, los riegos durante el verano aumentan notablemente los rendimientos de la cosecha. En cualquier caso precisa una pluviometría superior a los 400 mm/año. En cuanto a altitud puede alcanzar los 2.300 msnm. Variando su contenido en glucósidos (de forma directa) y en aceite esencial (de forma inversa) con la altura, al igual que ocurre con las temperaturas durante el día. Como planta vivaz que es puede llegar a durar hasta los 20 años, si bien en cultivo, este periodo no alcanza nunca este tiempo por la pérdida de rendimiento que se puede apreciar a partir del tercer año; según las condiciones del cultivo este plazo se sitúa entre los cinco y los 10 años. La primera recolección se realizará el segundo año, si bien en función de las condiciones de cultivo el primer año podría realizarse una primera cosecha pero de menguada producción. El momento óptimo de realizar la cosecha, cuando el contenido en aceite esencial es máximo, es en el momento de plena floración. En cuanto a suelos, aunque en condiciones silvestres sea una planta muy rústica y que parezca que prefiere los yesosos, en condiciones de cultivo requiere unos suelos no excesivamente pesados y por tanto sin problemas de encharcamiento.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ARTEMISIA ABSINTHIUM* L.

DISTRIBUCIÓN.- *Artemisia absinthium* L.



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

A. abrotanum L. (Abrótano macho; Ajenjo arbóreo, Ajenjo moruno, Bixijo-bedar, Boixac, Boja común, Botja, Broida, Brotano, Herba cuquera, Hierba lombriguera, Hierba lombriguera macho, Incienso, Yerba lombriguera macho). Originaria del sur de Europa. Se usan las partes aéreas, y fundamentalmente las sumidades floridas. Tiene propiedades emenagogas, tónicas y vermífugas. Se usa en fitoterapia, farmacia, perfumería, cosmética, licorería, y como condimentaria. Es muy escasa, fundamentalmente en cultivo y a veces naturalizada.

A. pontica L. (Ajenjo menor, Ajenjo pontico, Ajenjo romano). Originaria del sureste de Europa. Se utiliza en la elaboración del vermouth y licores aromáticos.

A. campestris L. (Altamira, Altimira, Artemexón, Artemisa, Belarmin, Bocha, Donzell salvatge, Erle-belar, Escobilla parda, Hierba de San Juan). Indígena de la Península. Se utilizan todas las partes herbáceas de la planta (no los tallos) y también las raíces. Tiene propiedades similares a las de *A. abrotanum*. Se utiliza en fitoterapia, farmacia, cervecería, licorería y como condimentaria.

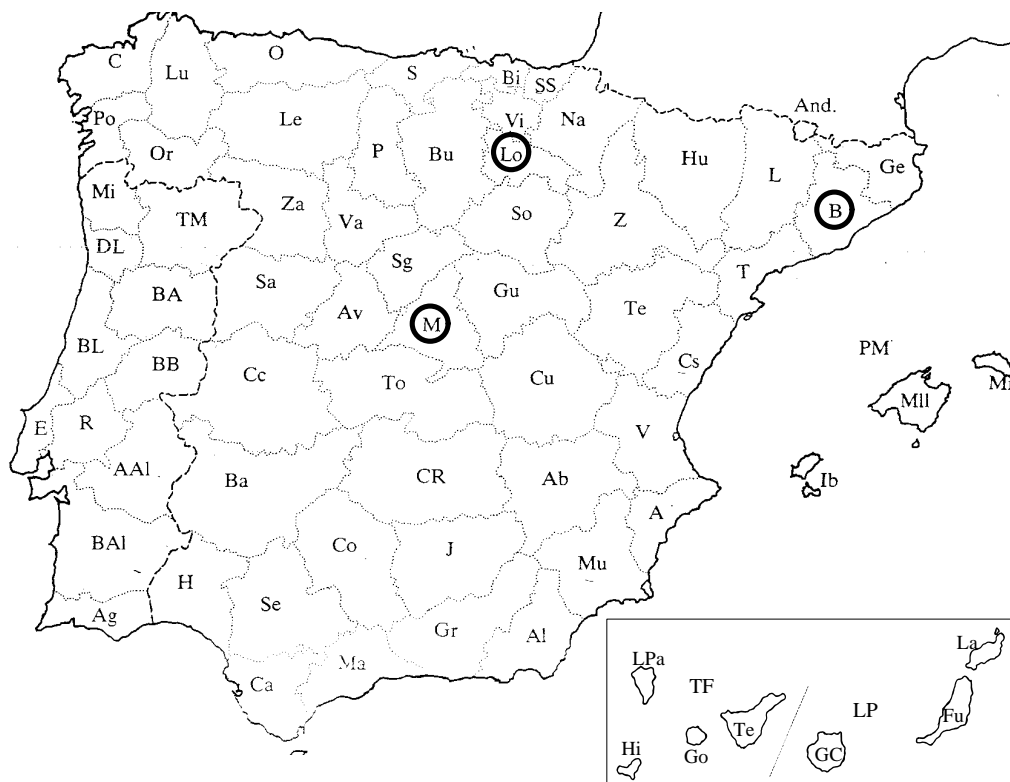
A. herba-alba Asso. (Aje yesquera, Ajea churra, Ajea yesquera, Boja blanca, Boja blanca de olor, Boja de olor, Boja entina, Boja yesquera, Borja pudenda, Botja pedent, Entina, Incienso, Ontina, Ontina blanca, Tetero, Tomaza, Tomillo blanco, Tomillo yesquero, Tomillo yesquero de olor, Untina). Especie de origen mediterráneo, muy extendida en el norte de África.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARTEMISIA ABSINTHIUM L.</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General Poliinos, flavonoides, taninos, sales de potasio.</p> <p>b.- Principios activos Aceite esencial (0,2-0,6%) con y tuyona y tuyol, hidrocarburos monoterpénicos, azulenos, principios amargos (lactonas sesquiterpénicas: absintina).</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Posee propiedades digestivas, tónico estomacales, carminativas, aperitivas, expectorantes, antibacterianas y vermífugas. Contiene un glucósido, la absintina (principios amargos en general), que le confieren propiedades aperitivas, tónico-amargas y coleréticas. Propiedades diuréticas por la presencia de elevadas concentraciones de sales de potasio.</p> <p>Se encuentra indicada en amenorrea, dismenorrea, meteorismo, anorexia, disquinesia biliar, bronquitis y externamente como vulneraria</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Vermífugo y emenagogo.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>La planta seca se utiliza como condimentaria. El aceite esencial es utilizado en la Industria farmacéutica. En licorería para la elaboración de bebidas amargas, vermut y licor de ajeno, si bien la fabricación del licor de ajeno está prohibida en distintos países por su toxicidad.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Su uso en dosis elevadas y durante períodos prolongados puede originar trastornos digestivos y urinarios. La esencia es tóxica, pudiendo provocar crisis epileptiformes. La tuyona a dosis elevadas posee una acción convulsivante. Puede provocar dermatitis por contacto.</p> <p>Contraindicada en el embarazo. No se recomienda el uso de la esencia, principalmente en niños.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARTEMISIA DRACUNCULUS L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- Dragoncillo, Dragonet, Estragó, ESTRAGÓN, Suge-belar.</p>
<p>ORIGEN.- Especie originaria de Asia central (Rusia y Siberia), e introducida en España en los siglos IX o X por los árabes, desde donde se extendió al resto de Europa y a América. No se da de forma espontánea en la Flora española.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Parte aérea. Infusión y aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.- Especie vivaz, que puede llegar a alcanzar una talla de hasta 2 m y que en nuestras condiciones no fructifica, por ello su multiplicación es por vía vegetativa. Para su cultivo requiere suelos profundos, de consistencia media y bien drenados. No tolera encharcamientos, pero requiere condiciones de regadío o de secano muy fresco. Altitudinalmente se adapta a un rango muy amplio, pudiendo llegar desde el nivel del mar hasta por encima de los 1.000 m. Climáticamente requiere unas condiciones sin variaciones estacionales muy marcadas. Para la obtención de aceite esencial se recolectará en plena floración; si es para herboristería, y por tanto solo se utilizarán las hojas, recolectar en el momento de mayor desarrollo vegetativo que se alcanza poco antes de la floración. La duración del cultivo depende del material vegetal utilizado así como de las condiciones en las que éste se desarrolle, pero lo normal es que se mantenga entre 3 y 5 años. Normalmente se le pueden hacer dos cortes por año. El contenido en aceite esencial disminuye a lo largo del día. En la floración pierde su sabor picante y amargo. La concentración de aceite esencial está relacionada inversamente con la densidad de plantación.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ARTEMISIA DRACUNCULUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

En la literatura se distinguen dos “tipos” de plantas diferentes: a) la que denominan “variedad” francesa, que es estéril, de talla baja (< 1m) y con una duración en cultivo muy corta (2-3 años); y b) la denominada “variedad” alemana, la cual da frutos fértiles, es de talla alta (hasta 2 m) y es mucho más longeva.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

A. dracunculoides Pursh.- Estragón ruso. Planta sin aroma, de hasta 1,5 m de altura, y mas vigoroso y frugal que el estragón, de sabor mas fuerte y amargo pero de peor calidad si bien esta suele mejorar con los años. Fructifica normalmente.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Glúcidos, sales minerales.

b.- Principios activos

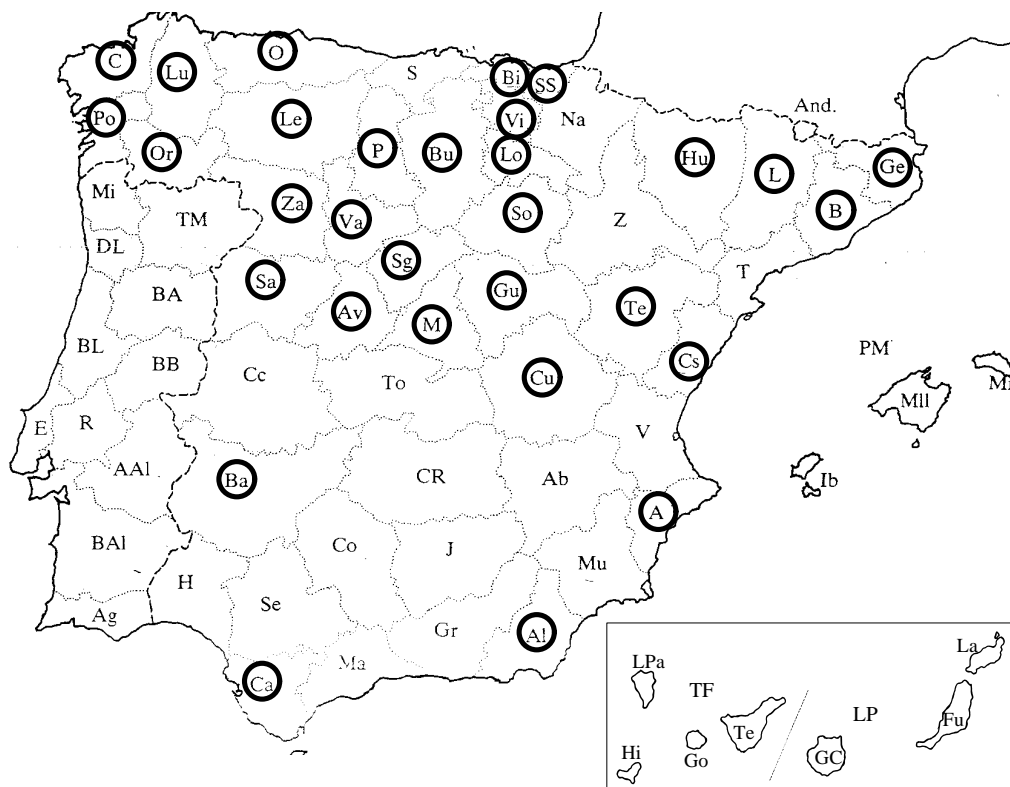
Aceite esencial (0,5-1%) con alto contenido en estragol, cis y trans ocimeno, limoneno, terpenos y cumarinas.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARTEMISIA DRACUNCULUS L.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Presenta propiedades analgésicas, aperitivas, tónico digestivas, eupépticas, carminativas, coleréticas, antiespasmódicas, emenagogas, diuréticas, antisépticas y vermífugas.</p> <p>Se encuentra indicado en inapetencia, dispepsias, digestiones lentas, gastritis hiposecretoras, meteorismo, colitis espasmódicas (dolor), amenorrea, dismenorrea, reumatismo y parasitosis intestinal.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>La planta seca se usa en alimentación como condimentaria, elaboración de salsas, mostazas, etc. El aceite esencial es utilizado en perfumería, licorería, aromatizante del vinagre para conservas y en la elaboración de encurtidos. Posee propiedades insecticidas.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Como todas las esencias, debe utilizarse con precaución por la posibilidad de desarrollar reacciones alérgicas, así como producir excitación del SNC e irritación gastrointestinal.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARTEMISIA VULGARIS L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- Altamisa; Altamira; Altimira; Artamisa; Artamisia; Artemexón; Artemisa; Artemisa vulgar; ARTEMISIA; Artemisia-mina; Belarmin; Belar-miña; Donzell salvatge; Erle-belarr; Herba madroa; Herba de Nosa Señora; Hierba de San Juan; Tomarajas; Yerba de San Juan</p>
<p>ORIGEN.- Euroasiático</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y sumidades floridas. También las raíces enteras. Infusiones, extracto fluido, jarabe, aceite esencial.</p>
<p>ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz de hasta 1,5 m de altura. Florece en verano. Es poco exigente en cuanto a suelos se refiere, pero prefiere los ligeros, profundos, sin problemas de encharcamiento y frescos o con posibilidades de regadío (si es en cultivo). Prefiere que el suelo sea calizo. Precisa exposiciones soleadas. Altitudinalmente se sitúa en los pisos basal y montano (< 1.800 m.) La recolección se efectuará en función de la parte de la planta de que se trate: así las hojas se recogerán poco antes de la floración a partir del segundo año de cultivo; las sumidades floridas en la floración; y si fuesen las raíces, en el otoño del último año de cultivo. La duración del cultivo se mantiene en función de los rendimientos, pero de media esta duración es inferior a los 5 años. La concentración de aceites esenciales disminuye a lo largo del día.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ARTEMISIA VULGARIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, polinos, flavonoides, taninos, triterpenos, esteroides.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,1-0,2 %) que contiene: alcanfor, borneol, hidrocarburos sesquiterpénicos, tuyonas. Lactonas sesquiterpénicas.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Posee propiedades antimicrobianas, emenagogas, astringentes, aperitivas.

Se encuentra indicada en anorexia, en ciertos trastornos nerviosos y digestivos, amenorrea, dismenorrea.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Utilizada desde antiguo como emenagogo, para regular la menstruación. Reputado como abortivo.

OTROS USOS.-

Las hojas se usan como condimento, y sin ser tiernas se consumen cocidas.

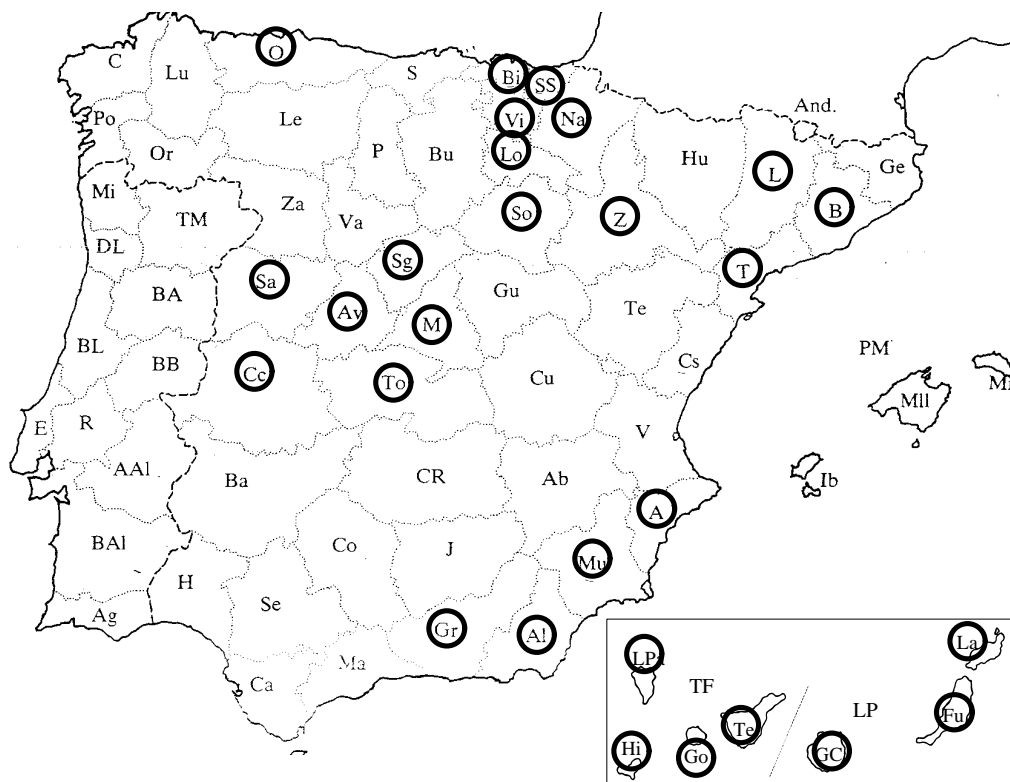
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARTEMISIA VULGARIS L.</p>
<p>Se utilizó para saborizar la cerveza. Se han usado para repeler a las polillas. El aceite esencial se usa en perfumería. Especie tintórea para teñir lana de colores amarillentos-pardos-verdosos en función del mordiente utilizado.</p>
<p>TOXICIDAD.- Se encuentra contraindicada en embarazo. No debe utilizarse de forma continuada ni a dosis superiores a las indicadas, ya que contiene una pequeña cantidad de tuyona que puede ser tóxica para el S.N.C. y puede provocar convulsiones. Debe evitarse su uso en niños.</p>

3.2.5. Género **Calendula**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CALENDULA OFFICINALIS L.</i>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Aingeru-lorea; Balsamo-belarra; Boixac; Boninas; Caldo; CALÉNDULA; Clavel de muerto; Clavellina de mort; Corona de Rey; Ebaqui-belarra; Espantanovios; Flamencuela; Flamenquilla; Flor d'albat; Flor de difunto; Flor de muerto; Flor de todos los meses; Flor de tot l'any; Galdiró; Garronada; Gaugé; Gauget; Gaujat; Gojat; Groguet; Ilena; Ilherrilili; Illen; Jaumet; Llevamá; Llevamans; Lligamá; Mal d'ulls; Maravilla; Maravilla de jardín; Maravillas mejicanas; Maravillas tudescas; Mejicanas; Mercadela; Pampullo; Reineta; Reinita; Rosa de muertos; Tudescas.
ORIGEN.- Desconocido, si bien se cree que pudiera tener su origen en el entorno del Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Flores. (También se pueden emplear las hojas en verde). Infusión, tintura, extracto fluido, decocción, pomada.
ECOLOGIA.- Especie herbácea, que puede ser desde anual hasta vivaz en función de las condiciones del medio, leñosa solo en la base, con tallos de hasta 60 (70) cm de longitud, con hábito muy variable desde erecto hasta procumbente. Los capítulos, solitarios en el extremo de las ramas, tienen un diámetro de 4-7 cm. La planta tiene un olor poco agradable. Florece prácticamente durante todo el año (alrededor de los 100-120 días después de la siembra). Esta planta se ha naturalizado en el SO de Europa situándose en los pisos basal y montano (<1.000 msnm). Es muy poco exigente en cuanto al tipo de suelos, con la salvedad de que no sea encharcadizo, y teniendo en cuenta su fenología que pueda ser regado. Aunque la especie puede ser vivaz, la duración normal del cultivo suele ser de 1 año. La recolección, tanto de hojas como de flores, se realizará en el momento de plena floración; teniendo en cuenta que el contenido en aceite esencial disminuye según avanza el día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CALENDULA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

En la bibliografía se puede encontrar la subespecie *C. officinalis* L. subsp. *arvensis* (L.) Fiori, que en realidad es la especie *C. arvensis* L.

Existen en el mercado numerosas variedades de cultivo ya sea como ornamental o para otros usos; entre otras "Gitana", "Cornice d'oro", "Orange King", "Balls Lemon", "Erfurter", etc. También hay cultivares de flores dobles como por ejemplo "Chrysantha".

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

C. arvensis L. (Basa-ilena; Boixac de camp; Galdirons; Herbeta de foc; Hierba del podador; Llevagats; Llevamans; Maravilla silvestre), es más activa por lo que en fitoterapia puede sustituir con ventaja a la especie anterior. Sus capítulos se usan en encurtidos. En algunos sitios se usan sus flores secas como colorante sustituto del azafrán. Se usan para teñir de amarillo.

Es una especie que se sitúa entre las mieses (se puede comportar como mala hierba), en ribazos y cunetas.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, esteroides libres y esterificados, carotenoides (caroteno, licopeno, violaxantina...), taninos.

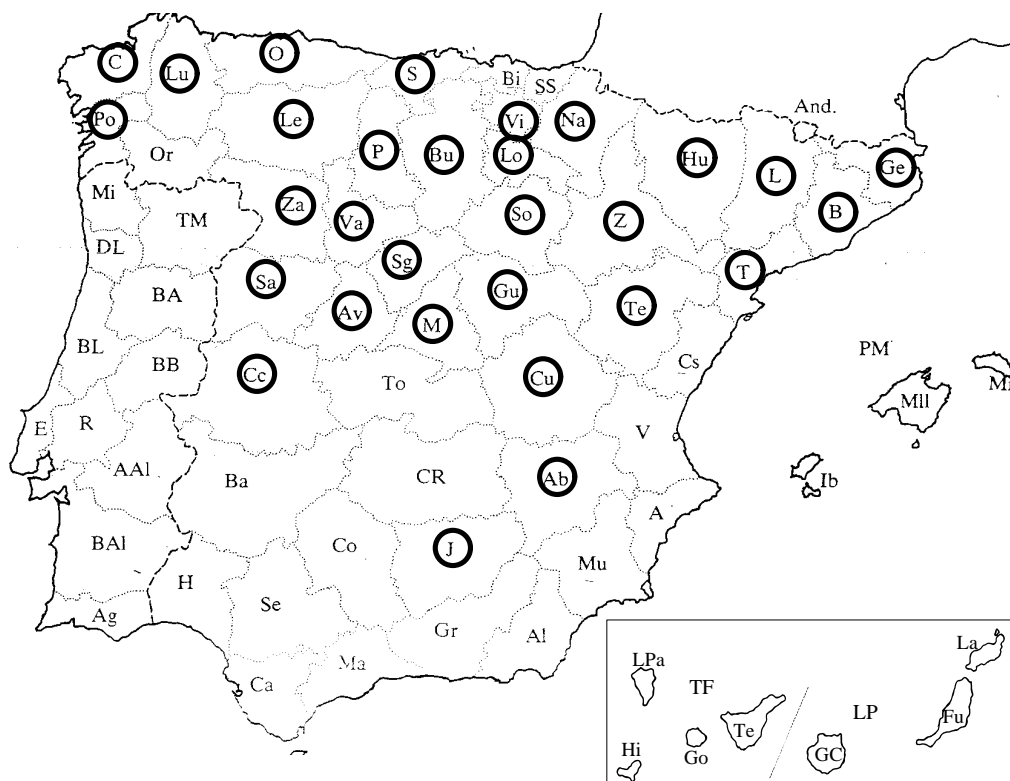
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CALENDULA OFFICINALIS L.</i></p>
<p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial (0,2-0,3%) rico en derivados mono y sesquiterpénicos oxigenados, ácido salicílico, flavonoides, saponinas, principios amargos, alcoholes triterpénicos (arnidiol, faradiol, taraxasterol).</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Muestra propiedades antiinflamatorias, antiedematosas, antisépticas y antibacterianas, antiespasmódicas, coleréticas, cicatrizantes, diuréticas, emenagogas, emolientes, hipotensoras, vasodilatadoras, laxantes, sudoríficas y vulnerarias. Gracias a la presencia de alcoholes y lactonas terpénicas muestra acción antibiótica y fungicida.</p> <p>Se encuentra indicada en amenorrea, dismenorrea, disquinesia biliar, oliguria, hipertensión. En uso externo en acné, ulceraciones, irritación cutánea, quemaduras superficiales, forúnculos, abscesos, dermatitis exfoliativa.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Antigripal y antitumoral. Vulneraria y antiinflamatoria.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En cosmética en forma de emplasto (flores y o tallos); y las flores en forma de infusión; en forma de pomada y en baños. Las flores molidas como polvos suavizantes. Forma parte de jabones, talcos, champús, etc. Como colorante alimentario como sustituto del azafrán (en tiempos de los romanos ya se utilizaba para falsificar el azafrán) , y como condimentaria para aromatizar diversos platos. Por los carotenos que contienen las flores se utilizan como tinte. El aceite esencial se utiliza en perfumería. Las hojas tiernas se han consumido en ocasiones en ensaladas. Se utiliza profusamente como ornamental, existen numerosos cultivares. Picaduras de insectos.</p>

3.2.6. Género **Centaurea**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CENTAUREA CYANUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- ACIANO, ALDIZA, Angelets, Aziano, AZULEJO, Azulejo común, Baleo cabezudo, Blahuet, Blauet, Blavet, Botoncillo, Botoncillo de Europa, Bracera, Cabezuela, Cap-blau, Ciano, Clavel de San Juan, Escobilla, Escobilla de Europa, Escombra, Flor celeste, Flor de blat, Granera, Liebreçilla, Lindita, Llums, Loios dos jardins, Nabar-lorea, Nabarr lore, Nabaarlosa, Ojeras, Peu de corb, Xerampions.
ORIGEN.- Mediterráneo
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Capítulo. Infusión, decocción.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual o bienal, de hasta 80-100 cm de altura, florece en primavera. Según la fecha de la siembra, primavera u otoño, la especie se considera como especie anual o bienal. Crece de forma espontánea en los cultivos de cereales como mala hierba adaptándose muy bien al ciclo de estos, por lo cual estos terrenos pueden ser usados para su cultivo, así como en cunetas. Es muy sensible a los herbicidas y de hecho es una especie que como mala hierba está claramente en regresión. Su cultivo es solo posible gracias a las variedades ornamentales, las cuales tienen las flores más grandes. El azulejo puede ser cultivado en todo tipo de suelos, ya que es indiferente al tipo de sustrato, no obstante se alcanzan mejores rendimientos en los suelos ligeros, fértiles, profundos y frescos sin problemas de encharcamiento o susceptibles de ser regados para suplir los posibles déficits hídricos que se produzcan a fin de asegurar la cosecha. La recolección de las flores se realiza a medida que los capítulos se van abriendo, lo cual implica la utilización de una gran cantidad de mano de obra con el consiguiente incremento de los gastos. Su contenido en principios activos aumenta a lo largo del día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CENTAUREA CYANUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Pectinas, mucílagos, taninos, un principio amargo, polinos.

b.- Principios activos

Flavonoides y antocianósidos

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiinflamatorias, antibióticas, aperitivas, eupépticas astringentes, diuréticas, potenciadoras de la agudeza visual, vasoprotectoras.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se ha utilizado la flor como antiinflamatorio en conjuntivitis y otras molestias oculares.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CENTAUREA CYANUS L.*

OTROS USOS.-

Las flores se utilizan en productos cosméticos para el cuidado del cabello, en función de la concentración se usan o bien para aclarar el cabello claro, o a altas concentraciones para reforzar su color. También se usan en cosmética en forma de vahos faciales y en productos para el lavado ocular, si bien en personas sensibles puede producir ligeras irritaciones.

Las flores se han utilizado como tinte de color azul.

Se utiliza como ornamental, en jardinería para formar masas de color y como flor seca y cortada.

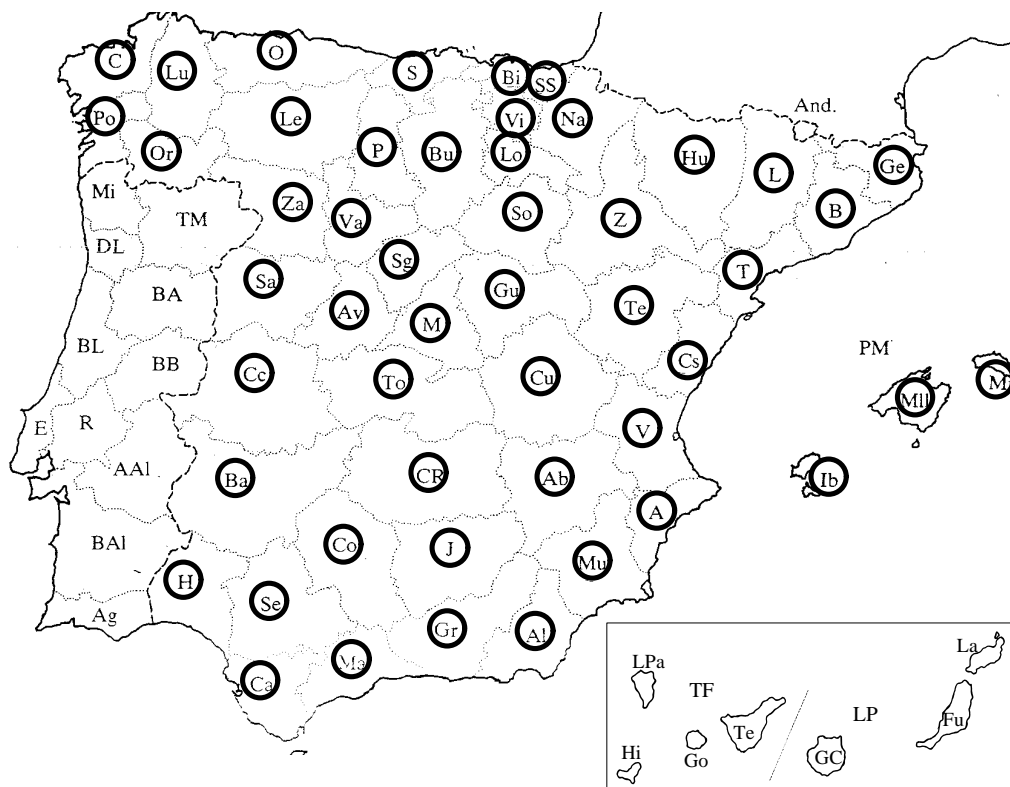
Las hojas y los tallos tiernos pueden ser consumidos como verdura. Planta melífera.

3.2.7. Género **Cichorium**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CICHORIUM INTYBUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- ACHICORIA; Achicoria amarga; Achicoria silvestre, Almirón, Almirón amargo, Amargón; Basatxikoria; Cama-roja; Camaroja de los catalanes; Camarotja; Camarroya; Chicoria; Husillo; Leitaruga, Masteguera borda; Orikatxo; Osterchuriya; Radicha; Radicheta; Ramaoya; Txikori; Txikori orikatxa; Txikoro; Xicoia; Xicoina; Xicoira; Xicoira amarga; Xikore; Xikori.
ORIGEN.- Su origen se sitúa en el Mediterráneo, aunque en la actualidad su distribución es cosmopolita.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíz. (También se emplean hojas y flores). Infusión, decocción, jarabe y tintura.
ECOLOGIA.- Planta vivaz cuyos tallos pueden alcanzar una altura de 150 cm y con raíz pivotante y napiforme. Floración en verano. Sus requerimientos edáficos son muy escasos, si bien teniendo en cuenta que puede ser un cultivo de “raíz” prefiere los suelos sueltos y profundos, sin problemas de encharcamiento. Tolera los suelos con pH desde alcalinos hasta ligeramente ácidos (pH>5,1). Si bien de forma espontánea se le considera resistente a la sequía, si se pone en cultivo, teniendo en cuenta su fenología sería adecuado que esté en condiciones de regadío o en situaciones muy frescas durante el verano. En la actualidad se cultiva como especie hortícola. Altitudinalmente se sitúa desde el nivel del mar hasta por encima de los 1.500 msnm. En una especie vivaz cuyo cultivo se mantiene unos 2-3 años. El manejo del cultivo depende de que su objetivo principal sean las hojas (para uso hortícola como planta fresca) o que el objetivo fundamental del cultivo sean las raíces.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CICHORIUM INTYBUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Las denominadas en horticultura como "achicorias de Bruselas", "endivias" o "witloof" pertenecen a esta especie, dentro de la cual y para estos fines hortícolas existen numerosas variedades de cultivo.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, glucosa, sacarosa, mucilagos, taninos, resina, esencia,

b.- Principios activos

Inulina (50-60%), ácidos clorogénico, isoclorogénico, chicorésido. Principios amargos entre los que se encuentra la intibina, lactucopicrina; alcoholes triterpénicos. Cumarinas.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Posee propiedades aperitivas, diuréticas, colagogas y coleréticas, ligeramente depurativas y laxantes. La inulina se comporta como hipotensora y antiarrítmica, origina bradicardia. Propiedades bacteriostáticas debidas a los ácidos clorogénico e isoclorogénico.

Se encuentra indicada en anorexia, dispepsia, disquinesia biliar, estreñimiento e hipertensión. Coadyuvante en regímenes de adelgazamiento debido a la eliminación renal de agua.

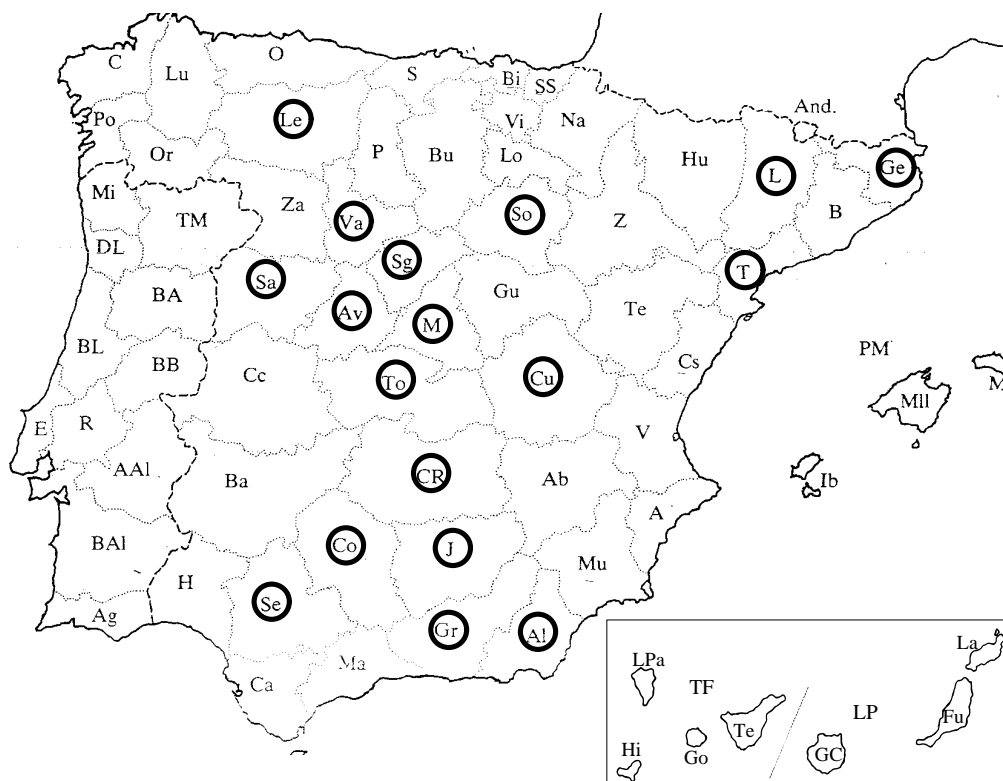
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CICHORIUM INTYBUS L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Amargo, depurativo.</p>
<p>OTROS USOS.- Las raíces torrefactadas se usan como sucedáneo del café (achicoria). Las hojas tiernas se pueden consumir en ensalada, se han desarrollado variedades de cultivo para uso hortícola (endivias). En cosmética se puede utilizar en forma de “zumó”. En infusión aplicada sobre la piel actúa como repelente de insectos. Las raíces tienen un alto contenido en inulina y pueden ser una fuente potencial de obtención de fructosa.</p>
<p>TOXICIDAD.- El ganado alimentado con hojas de achicoria o con las raíces puede presentar trastornos digestivos, alteraciones del apetito y parálisis de las extremidades y en algún caso puede ocasionar incluso la muerte del animal.</p>

3.2.8. Género **Cnicus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CNICUS BENEDICTUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Benedicto, Card beneit, Card sant, Cardo bendito, Cardo benedicto, Cardo bento, CARDO SANTO , Cardo santo de Europa, Cardot sant, Centaura bendita, Centaurea sudorífica, Cnico, Sudorífica, Txanparr lora, Txori bedarr, Txoro bedarr, Txori belarr, Txorikardu.
ORIGEN.- Cuenca mediterránea, hasta Irán y el Cáucaso.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Planta entera. Infusión, decocción, maceración, extracto acuoso, tintura, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual, de hasta 40 cm de altura, que florece en primavera-verano. El cardo santo aparece de forma espontánea en cultivos, como mala hierba, así como en las cunetas y bordes de cultivo, en herbazales y pastizales, y en general en zonas alteradas ya que se comporta como ruderal y nitrófila. Se sitúa preferentemente en el piso basal (hasta los 800 msnm) sobre sustratos de pH neutro, de consistencia ligera o mediana, sin problemas de encharcamiento y profundo. Es una especie bastante rústica ya que puede tolerar unas condiciones de sequía y un sustrato pobre, sin embargo caso de ser cultivada se han de evitar estas situaciones colocándola en aquellas en las que la productividad sea máxima. En la actualidad no se conoce como cultivo, por su muy baja rentabilidad. La recolección de los capítulos se realiza a medida que estos van floreciendo, con lo cual esta labor puede prolongarse durante bastante tiempo, además no se adapta a ningún tipo de mecanización por lo que se consumiría una gran cantidad de mano de obra. La de las hojas se realizará cuando su desarrollo vegetativo sea máximo, poco antes del inicio de la floración.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CNICUS BENEDICTUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Mucílago, resina, taninos, esteroides, terpenoides, lignanos, ácido nicotínico y nicotinamida.

b.- Principios activos

Aceite esencial, flavonoides. Contiene principios amargos, se trata de lactonas sesquiterpénicas principalmente la cnicina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antibióticas, antifúngicas, bacteriostáticas, expectorantes, antiirreumáticas, aperitivas, eupépticas, colagogas, antidiarreicas, diuréticas, antihemorrágicas, febrífugas e hipoglucemiantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se utilizó para tratar las fiebres de Malta. Se emplea en anorexia y dispepsias como tónico y aperitivo.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CNICUS BENEDICTUS L.*

OTROS USOS.-

Las hojas fueron ampliamente utilizadas en la medicina medieval, pero en la actualidad han perdido en gran medida su importancia.

La planta fue cultivada especialmente en Alemania durante las dos guerras mundiales como fuente de aceite de emergencia, a partir de sus frutos, con el que elaborar alimentos de supervivencia. Este aceite constituye casi el 30 % del fruto y en él predominan los ácidos no saturados, en particular el ácido oleico.

El alcoholería, la planta macerada en vino, se ha utilizado para la elaboración de aperitivos amargos.

Se han consumido todas las partes de la planta, incluida la raíz, como verdura.

TOXICIDAD.-

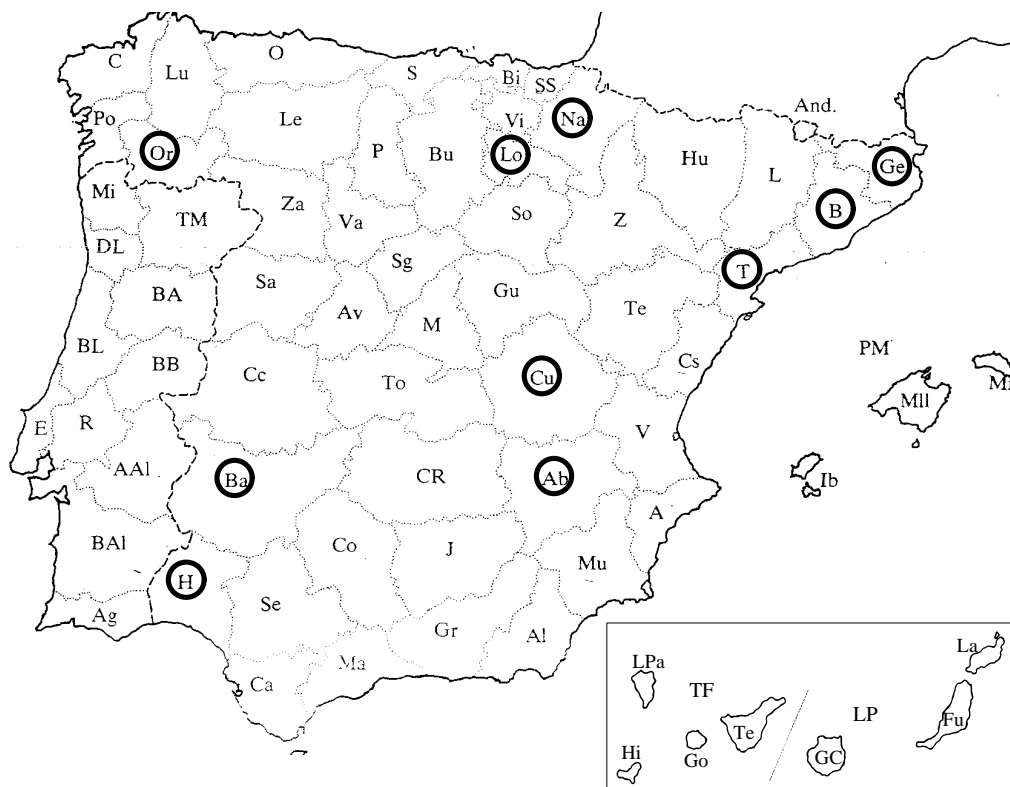
Dosis excesivas pueden causar efectos indeseados, como irritación de las mucosas digestivas que darán como resultado vómitos y diarreas violentas. Al igual que otras especies vegetales que contienen lactonas sesquiterpénicas el cardo santo posee capacidad sensibilizante.

3.2.9. Género **Cynara**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CYNARA SCOLYMUS L.</i>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alcaci; Alcacil; Alcachofa; Alcachofera, Alcachofra, Alcachofra hortense; Alcahucil cultivado; Alcahucil silvestre; Alcancil; Alcarcil; Alcarchofa; Alcarxofa, Alcarxofera; Alcaucí, Alcaucil; Alcaucique; Alcaulera; Arcacil; Cardo alcachofero; Carxofa; Carxofer; Carxofera; Escarxofa; Escarxofera; Morrilla; Morrillera; Orrubura; Orrgura; Orriburra; Orrigura.
ORIGEN.- Se desconoce esta especie en estado silvestre, es un cultigen. Probablemente derive de <i>C. cardunculus L.</i> , y por ello es probable que su zona de origen sea el Sudoeste de Europa o Norte de África.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas Infusión, tintura, extracto seco y fluido, nebulizado
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz muy similar a <i>C. cardunculus L.</i> Sólo se conoce como especie cultivada (cultigen) como hortícola. En cuanto a suelos, esta especie no presenta unas exigencias muy marcadas (en terrenos muy arenosos disminuye su rendimiento de forma muy sensible). Soporta mal el exceso de humedad del suelo y puede adaptarse a suelos con pH ligeramente alcalino. Es una planta resistente a la salinidad. Climáticamente, por debajo de los 5°C detiene su desarrollo, teniendo una temperatura óptima para su crecimiento entre los 15 y 18 °C. Es sensible a las heladas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CYNARA SCOLYMUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Existen en el mercado muy numerosas variedades de cultivo para uso hortícola de origen fundamentalmente español, francés, italiano e israelí.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales (potasio y magnesio), mucílago, pectina, esteroides, alcoholes triterpénicos, cinarogenina (saponina esteroídica), cinaropicrina (principio amargo). Flavonoides (heterósidos del luteolol y apigenol).

b.- Principios activos

Ácidos fenólicos: ésteres del ácido caféico (1%) principalmente ácido cafeil quínico (ácido clorogénico) y ácido dicafeil quínico (cinarina). Ácidos-alcoholes (málico, succínico, láctico, fumárico...).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Aperitivas, colagogas y coleréticas, diuréticas, eupépticas, hepatoprotectoras, hipocolesterolemiantes y laxantes (suaves). La cinarina produce un descenso de la colesteroemia y las lipoproteínas.

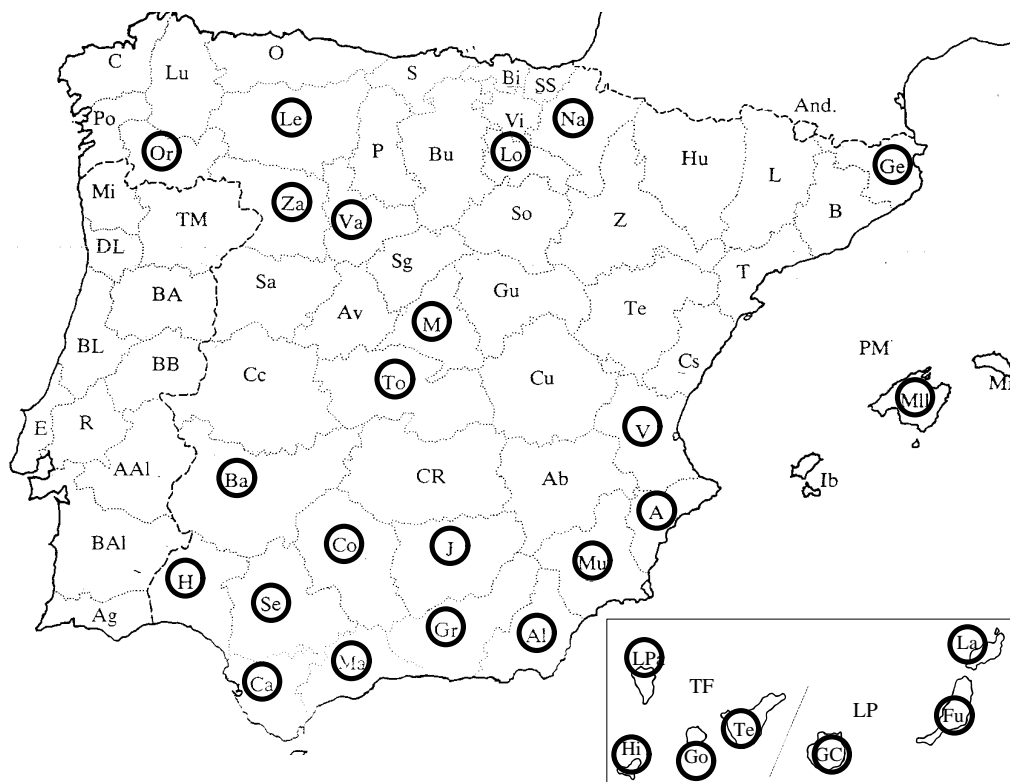
Indicada para favorecer la eliminación de la bilis y mejorar la digestión. Favorece las funciones de eliminación renal y digestivas.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CYNARA SCOLYMUS L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Diurético y afecciones hepáticas.</p>
<p>OTROS USOS.- Se cultiva como especie hortícola para el consumo humano -como verdura de los capítulos tiernos (alcachofas) o en conserva- siendo este uso su principal utilización. En la elaboración de licores y bebidas aperitivas. En cosmética se usa en forma de lociones, en champús y en forma de mascarilla. Las hojas se han usado para teñir tejidos de color gris.</p>
<p>TOXICIDAD.- No se aconseja su asociación con otros coleréticos y/o colagogos vegetales en caso de obstrucción de vías biliares.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CYNARA CARDUNCULUS L.</i></p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Alcachofa; Alcaucil; Card; Card coler; Card Comú; Card d'herba; Card de formatjar; CARDO; Cardo alcachofero; Cardo arrecife; Cardo de arrecife; Cardo de comer, Cardo de huerta; Cardo formatger; Cardo presoero; Colera; Escarxofera borda; Garde; Herba-col; Herba colera; Herba de formatjar; Hierb de cuajo; Kardabera; Karlo; Karlotx; Kazkarro; Khardo; Mortas de carratracas; Presó.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Oeste del área mediterránea y Sur de Portugal.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas. (También pueden emplearse las raíces, tallos, capítulos y frutos).</p> <p>Decocción.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Especie herbácea vivaz, con tallos de hasta 3 m. de altura, de aspecto muy similar a la alcachofa. Florece en verano.</p> <p>Su ecología es similar a la de la especie <i>C. scolymus</i> (alcachofa), si bien las diferencias en cuanto a qué parte es utilizada en horticultura entre ambas especies hace que su manejo como cultivo sea diferente. La recolección de las hojas se efectúa, generalmente, en otoño e invierno, manteniendo el cultivo como si se tratara de una especie anual o bienal.</p> <p>Su ciclo biológico está perfectamente adaptado al clima mediterráneo y en cuanto a suelos manifiesta una valencia ecológica muy amplia.</p> <p>No obstante como cultivo hortícola puede verse dañado por las heladas y prefiere suelos profundos y sin problemas de encharcamiento.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CYNARA CARDUNCULUS L.*

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Entre otras variedades de cultivo están:

"Lleno sin pinchos de España"; "Lleno blanco"; "Blanco mejorado raza Bergamo".

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Flavonoides, sales de potasio.

b.- Principios activos

Inulina, ácido clorogénico, cinarina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Aperitivas, colagogas, coleréticas, diuréticas y hepatoprotectoras.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se ha utilizado desde la antigüedad. Plinio y Galeno recomendaban utilizar un macerado de la raíz en vino para combatir los cálculos. Problemas hepáticos.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CYNARA CARDUNCULUS L.*

OTROS USOS.-

Elaboración de bebidas. Los capítulos tiernos y los raquis de las hojas, así como las raíces también pueden consumirse como verdura y en conserva, siendo éste su principal aprovechamiento. En cosmética se ha usado en decocción en forma de lociones. Las flores se utilizan en la elaboración de quesos para cuajar la leche (queso de la Serena. También en Mallorca tienen este mismo fin). Se ha usado como especie tintórea para colorear de amarillo. También puede usarse como especie forrajera para alimentación animal.

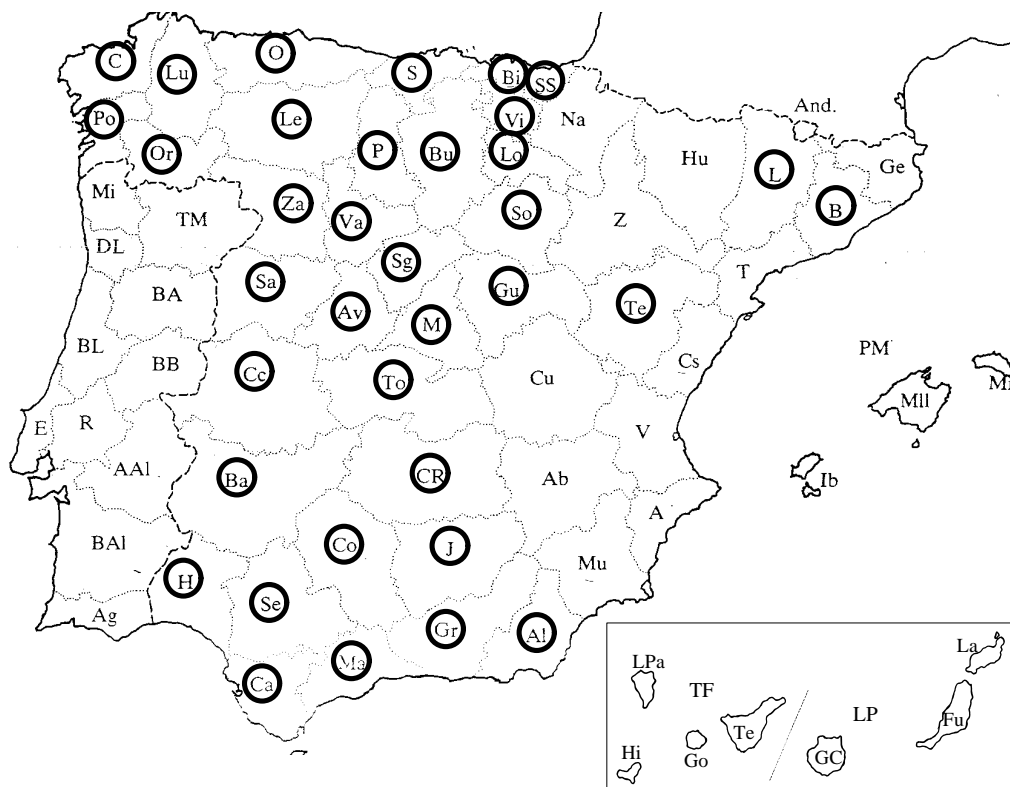
De sus frutos se obtiene aceite, parecido en cualidades al de girasol.

3.2.10. Género **Chamaemelum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CHAMAEMELUM NOBILE (L.) All. (= <i>Anthemis nobilis</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Bichilora; Bichiloro; Bitxilora; Camamilla romana; Camomila romana; Enbasa bedarr; Kamamilla; Larranbillo; Lilibitxi; Macela; Macela dourada; Macela galega; Magarcela; Manzanilla amarga; Manzanilla buena; Manzanilla común; Manzanilla del Moncayo; Manzanilla fina; Manzanilla oficial; MANZANILLA ROMANA; Marcela; Oficial; Romana.
ORIGEN.- Sur y oeste de Europa, zona del Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Capítulos florales. Infusión, extracto fluido, tintura, droga pulverizada, aceite esencial obtenido por destilación.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, muy aromática, con tallos de hasta 50 cm de altura, que florece en primavera-verano, que en su forma espontánea es propia de suelos arenosos, frescos y generalmente oligotrofos. Para su cultivo, si bien se adapta a todo tipo de suelos, se prefieren los que sean profundos, ricos y bien aireados. No tolera los excesos de humedad, siendo también sensible a situaciones de sequía durante el verano, por lo cual deberá estar en condiciones donde el riego sea posible. La especie silvestre presenta un capítulo típico con flores liguladas en la periferia y tubulares en el centro y posee frutos fértiles, lisos y sin vilano. Por el contrario la de cultivo es estéril y no fructifica. La recolección debe hacerse en el momento de plena floración, pero teniendo en cuenta que la floración es muy escalonada, obliga a pases sucesivos, lo cual origina unos gastos de cultivo muy importantes si no se consigue mecanizar, para lo que sería necesaria la existencia de variedades de cultivo de floración homogénea. Para lograr un producto de calidad para el comercio de la planta seca, en el momento de la recolección los capítulos deben estar secos, sabiendo que el contenido en aceite esencial disminuye a lo largo del día. Si se va a dedicar a la destilación, las condiciones no son tan estrictas y normalmente se suele dedicar la última cosecha, donde los capítulos suelen ser mas pequeños. A pesar de ser una especie vivaz, en cultivo se acorta muchísimo su duración ya que en función de las condiciones, a partir aproximadamente del tercer año disminuye su rendimiento. Como la mayoría de las plantas aromáticas cuyo principal objetivo sean las flores, en cultivo se deben evitar los excesos en nitrógeno porque favorecería a la planta en los aspectos vegetativos en detrimento de la floración. La especie silvestre puede llegar a ser una mala hierba en otros cultivos.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CHAMAEMELUM NOBILE* (L.) All. (= *Anthemis nobilis* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Hay variedades de cultivo, que presentan capítulos llamadas de “flor doble” que poseen un aspecto totalmente diferente debido a la mayor proporción de flores liguladas.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Anthemis cotula L. utilizada por sus propiedades como insecticida y supuesto repelente de roedores; *A. tinctoria* L. utilizada como tinte de color amarillo.

A. arvensis L. especie arvense a la que se atribuyen las mismas virtudes y usos que *Chamaemelum nobile* (L.) All., pero es muy poco aromática y se considera como una manzanilla de muy baja calidad.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, trazas de meso-inositol, mucílagos, poliinos.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,4-1,5 %) constituido fundamentalmente por ésteres de ácidos y alcoholes alifáticos de bajo peso molecular como los ácidos angélico, isobutírico y metilacrílico con los alcoholes N-butílico, isoamílico y 3-metil pentanol, el angelato de isobutilo es el éster mas abundante; contiene también trazas de azulenos. Lactonas amargas. Ácido cafeico y sus ésteres, flavonoides, cumarinas y catecoles.

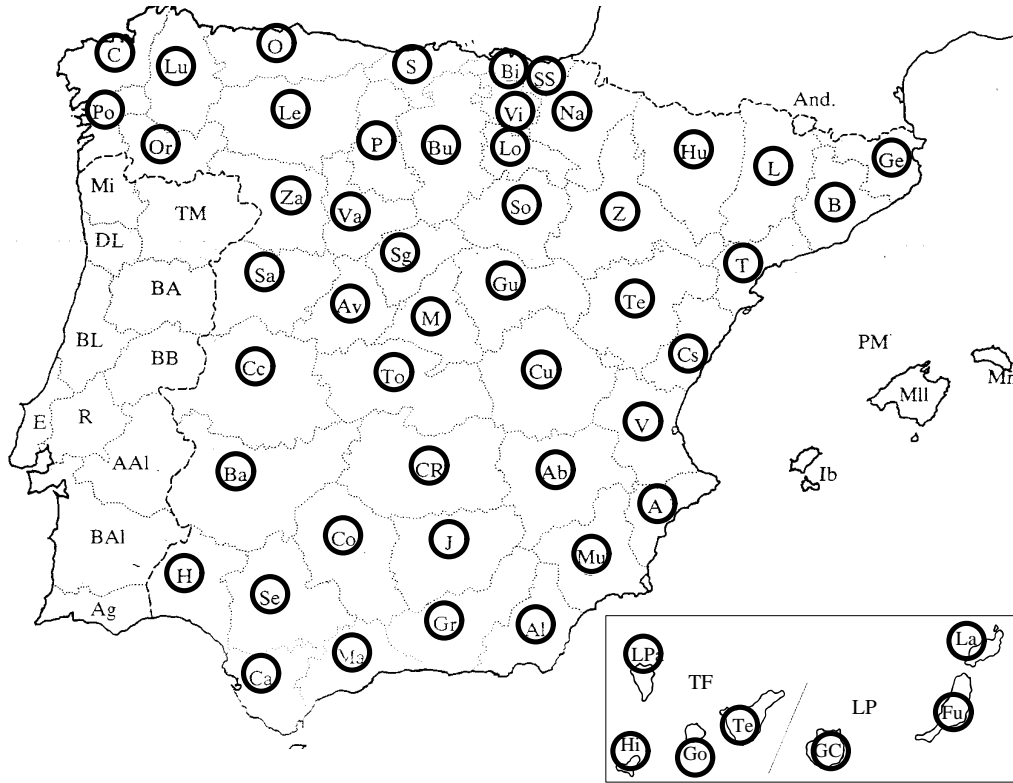
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- CHAMAEMELUM NOBILE (L.) All. (= <i>Anthemis nobilis</i> L.)</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiinflamatorias; aperitivas, carminativas, eupépticas, espasmolíticas, citostáticas y eméticas (a dosis elevadas). Ligeras propiedades antálgicas de la cavidad bucal y orofaríngea.</p> <p>Indicada como tónico amargo; en digestiones difíciles, flatulencia, espasmos gastrointestinales. Por vía externa como suavizante y antipruriginoso.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Tónico estomacal, digestiva, carminativa. Diaforética.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se utiliza en perfumería y cosmética (champús, lociones capilares, productos antisolares). Se ha usado como tinte para teñir de color dorado.</p> <p>En licorería se usa para dar sabor a licores finos. También se ha usado para aromatizar cervezas y como sustituto del lúpulo.</p> <p>Tiene propiedades insecticidas y ha sido usada como repelente de insectos.</p> <p>Como ornamental se ha empleado en jardinería desde tiempos de los romanos para macizos de flor y para constituir céspedes por su mínimo mantenimiento y tolerancia a la sequía.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Esta droga parece carecer de toxicidad, pero puede ser emético a dosis elevadas. El aceite esencial, al igual que todos los aceites esenciales, debe utilizarse con precaución.</p>

3.2.11. Género **Chamomilla**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CHAMOMILLA RECUTITA (L.) Rauschert (= <i>Matricaria chamomilla</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Amasabel bedarr; Bitxeleta; Bitxilora; Camamilda; Camamilla; Camamilla d’Aragó; Camamilla de l’Urgell; Camamirla; Camomila; Camomilla; Camomilla borda; Kamamila-arrunta; Kamamilla; Kamamillu; Larramillo; Larrambillo; Lilibitxi; Magarsa; Magarza común; Magarzueta; Mansanella; Mañanilha; Manzanella; Manzanilla; Manzanilla bastarda; MANZANILLA COMÚN; Manzanilla de Aragón; Manzanilla dulce; Manzanilla hedionda; Manzanilla loca; Margaça das boticas; Marticaria hedionda; Marticaria loca.
ORIGEN.- Euroasiático
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Capítulos florales. Infusión, extracto fluido y seco, tintura, jarabe, droga pulverizada, pomada, aceite esencial obtenido por destilación.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual, muy aromática, de ciclo corto que en función de la climatología de la zona puede tener fenología primaveral, estival e incluso otoñal. Sus tallos pueden alcanzar una altura de hasta 60 cm. Los capítulos tiene el receptáculo hueco. Es una especie muy frecuente que se suele introducir como mala hierba en los cultivos de cereal. Es muy poco exigente en cuanto a suelos, evitando los demasiado compactos y con problemas de encharcamiento, o demasiado arenosos. El pH óptimo para esta especie se sitúa entre los valores de 6 y 8. En cultivo y a fin de asegurar y aumentar los rendimientos se pondrá en suelos bajo condiciones de regadío. Altitudinalmente se sitúa desde el nivel del mar hasta los 1.500 msnm. El contenido en aceites esenciales disminuye a lo largo del día. La recolección se debe hacer en floración, cuando las flores liguladas de la periferia están todavía dispuestas de forma horizontal, antes de que se curven hacia abajo. Teniendo en cuenta que cada planta presenta numerosas flores y que dicha floración se realiza de forma escalonada, la recolección se debe hacer en sucesivas pasadas, lo cual encarece mucho el producto final. Para poder mecanizar el cultivo se precisa de variedades de cultivo que presenten una floración homogénea tanto en el tiempo como en la colocación en altura de las mismas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CHAMOMILLA RECUTITA* (L.) Rauschert (= *Matricaria chamomilla* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Existen variedades de cultivo mejoradas, en especial en los países del este, tales como los cultivares rumanos "F-445"; "F-446"; y "Zlotylan".

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Matricaria discoidea DC., de origen asiático e introducida en Europa y América, es usada como *Chamomilla recutita* (L.) Rauschert.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, colina, mucílagos, ácidos fenólicos.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,25-1,5 %) rico en sesquiterpenos: farnesenos, azulenos, -bisabolol, oxidos de -bisabolol. Flavonoides: flavonas y flavonoles. Cumarinas.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- CHAMOMILLA RECUTITA (L.) Rauschert (= <i>Matricaria chamomilla</i> L.)</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiinflamatorias y antiespasmódicas. Antisépticas, fungicidas, antiulcerosas, aperitivas, carminativas, coleréticas, digestivas, sedantes y vulnerarias.</p> <p>La actividad antiinflamatoria se debe principalmente a la presencia de chamazuleno y su precursor la matricina, así como al -bisabolol. Los flavonoides y el -bisabolol parecen ser los responsables de la actividad espasmolítica y además el -bisabolol protege frente a la úlcera gástrica inducida experimentalmente. El aceite esencial posee propiedades antisépticas y fungicidas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se conocía y se utilizaba desde la antigüedad como emenagogo, febrífugo y en afecciones hepáticas. Tónico amargo, carminativo, eupéptico.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En licorería para elaborar licores, o para saborizar los mismos.</p> <p>En cosmética y perfumería. En forma de lociones capilares para mantener los cabellos rubios teñidos y aclarar los castaños.</p> <p>Como tinte para teñir lana de colores amarillo, naranja o verde. Se ha utilizado como repelente de insectos.</p> <p>El aceite esencial (en Alemania) se usa en la industria del vidrio, y de la porcelana.</p> <p>Como ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La planta y el aceite esencial pueden originar alergias.</p>

3.2.12. Género **Echinacea**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ECHINACEA ANGUSTIFOLIA DC.
NOMBRES VERNÁCULOS.- EQUINÁCEA El género <i>Echinacea</i> es de origen americano y no se encuentra de forma espontánea en la flora europea. De este género dos especies son las mas interesantes en estos momentos desde el punto de vista de su posible uso medicinal: <i>E. angustifolia</i> DC y <i>E. purpurea</i> (L.) Moench.
ORIGEN.- América del Norte.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíces. Infusión, extracto fluido y seco, tintura, pomada.
ECOLOGIA.- <i>E. angustifolia</i> es una especie perenne con uno o varios tallos que alcanzan una altura de entre 10 y 60 cm. Las hojas son alternas, oblongas o lanceoladas de 5-30 cm de largas con 3-5 nervios que recorren el limbo. Su fenología es estival-autummal. La especie <i>E. purpurea</i> se distingue de la anterior por sus hojas ovadas más anchas. Cuando se cultiva de semilla se precisan de 3 a 4 años para alcanzar un tamaño de raíz cosechable. Las jóvenes plántulas son poco vigorosas y no soportan la competencia con las malas hierbas, ni la sequía. También puede propagarse por división de mata. La recolección de la parte aérea se puede realizar desde el primer año, efectuándose ésta cuando ya se ha iniciado la floración de las flores en tubo del capítulo y a unos 10 cm por encima de la superficie del suelo. Para la recolección de las raíces, se recoge previamente la parte aérea. El cultivo puede durar 3 o 4 años, pudiéndose además aprovechar también las raíces al final, siempre y cuando no haya fuertes heladas o sequías en primavera que producirían pérdidas de rendimiento. A mayor duración del cultivo se obtienen mayores rendimientos, en el caso de <i>E. angustifolia</i> parece que una mayor duración del cultivo tienen un efecto positivo sobre el contenido en equinacósidos. La <i>E. angustifolia</i> es resistente a las heladas, no parece tener muchas pretensiones en los que se refiere al clima. En relación con el suelo, se ha visto, que la siembra directa sobre el campo solo puede realizarse en suelos ligeros debido al peligro de encharcamiento. Si se quieren recolectar las raíces, también solo entran en consideración suelos ligeros, tamizables, libres de piedras y profundos, debido a que solo así el desarrollo de las raíces es satisfactorio y la limpieza de los rizomas ramificados resulta menos tediosa. Además, el suelo debe contener humus y agua, no tener agua estancada. <i>Echinacea angustifolia</i> soporta más la sequía que <i>Echinacea purpurea</i> .
DISTRIBUCIÓN.- No existe en España
VARIEDADES.- Como especie para uso ornamental existen numerosas variedades de cultivo en el comercio, fundamentalmente de <i>E. purpurea</i> .

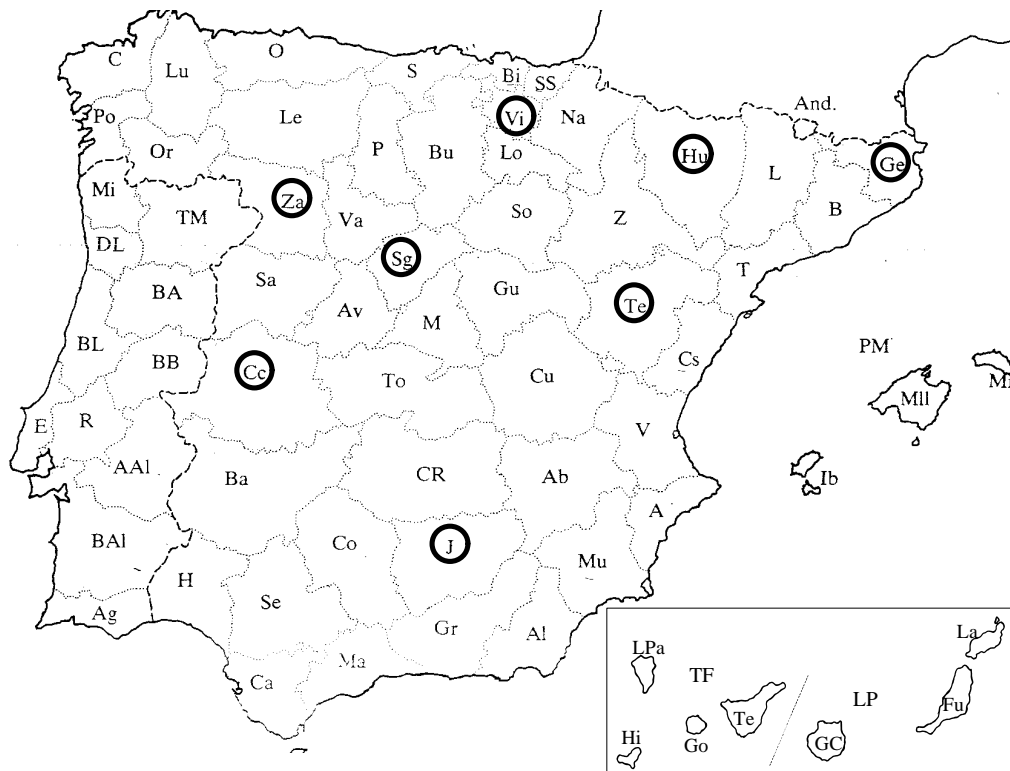
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ECHINACEA ANGUSTIFOLIA DC.</p>
<p>OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.- <i>E. pallida</i> Nutt.; y <i>E. paradoxa</i> con los mismos usos.</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General Inulina, aceite esencial, resina, ácidos grasos, rutósido, esteroides. Alcaloides indolizidínicos.</p> <p>b.- Principios activos Derivados del ácido cafeico: ácido cafeico, clorogénico, ácidos dicafeil quínicos; mono y dicafeato del ácido tartárico, ésteres osídicos del ácido cafeico (equinacósido). Compuestos alifáticos insaturados de cadena larga; polisacáridos.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Recientes investigaciones científicas (la mayoría en Alemania) han demostrado que las especies de este género poseen un efecto estimulante en el sistema inmunológico.</p> <p>Además las raíces poseen actividad antibiótica contra algunas especies de <i>Staphylococcus</i> y <i>Streptococcus</i>; tienen propiedades antitumorales y antivíricas (gripe, herpes, etc.). Algunos ésteres cafeicos como el equinacósido, poseen propiedades antivirales. Propiedades antiinflamatorias, antitérmicas, sialagogas y diaforéticas.</p> <p>Está indicada en la profilaxis y tratamiento de la gripe y resfriado común, como coadyuvante de la quimioterapia en ciertas afecciones. Se recomienda su uso en periodos cortos y a intervalos regulares.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>La <i>E. Angustifolia</i> fue la planta medicinal más usada por los indios de la pradera americana. Se usó para curar una gran variedad de enfermedades, desde cicatrizante por vía tópica hasta cefaleas o afecciones estomacales, por vía interna. H.C.F. Meyer la empleó como una medicina patentada en los años 1870 y a partir de ahí se ha introducido en medicina.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se puede utilizar la raíz masticada en fitoterapia.</p> <p>Elaboración de productos insecticidas (mosquitos y moscas) y otros que alteran el desarrollo de los insectos. Se cultiva frecuentemente en los jardines como ornamental.</p> <p>En las tribus de las zonas donde es originaria la planta, se han usado los capítulos como peine y como cepillo.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La droga parece ser atóxica y carecer de efectos secundarios, pero puede originar sialorrea.</p>

3.2.13. Género **Inula**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- INULA HELENIUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Ala; Ala de corb; Alaní, Agorri; Anula campana; Énula; Enula campana; HELENIO, Herba de l'ala; Hierba del ala; Hierba del moro; Inula; Ínula griega; Kristo-lora; Raíz del moro; Usteltxa; Yerba campana; Yerba del moro.
ORIGEN.- Centro de Asia.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíces y rizomas. (También se pueden emplear las hojas). Decocción, extractos, ungüento, droga pulverizada, aceite esencial obtenido por destilación.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz de hasta 1,5 m de altura, de fenología estival, propia de prados húmedos, bosques y setos. Los tallos florales no aparecen hasta el segundo año. Es una especie de fácil cultivo y poco exigente. Sus requerimientos edáficos son suelos profundos, frescos, pero sin exceso de humedad, fértiles y de reacción ligeramente ácida. En el caso de que las condiciones de la estación no permitan por sí el mantenimiento de un nivel adecuado de humedad, será necesario el riego. Es resistente a las heladas, si bien depende su tolerancia del momento fenológico en el que se puedan producir. Altitudinalmente se sitúa desde el nivel del mar hasta los 1.500 msnm, si bien se desarrolla mejor en alturas por encima de los 700-800 msnm. Teniendo en cuenta que la parte comercializable son fundamentalmente las partes subterráneas, el cultivo debe durar el mínimo necesario para que se alcance un desarrollo adecuado, lo cual se produce a partir de finales del segundo año pudiéndose alargar hasta los 3 o 4 años. Antes de proceder al arranque de las partes subterráneas se siega y recoge la parte aérea.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *INULA HELENIUM* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Inula viscosa Ait., originaria del mediterráneo, se utiliza en Grecia (las raíces) como tintórea para teñir de amarillo.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, esteroides, alcoholes triterpénicos.

b.- Principios activos

Aceite esencial (1-2 %) rico en helenina, azuleno. Inulina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Diuréticas (debidas a la inulina, aumenta la eliminación de agua y sodio, y por tanto, ligero efecto antihipertensivo), antiespasmódicas, antihelmínticas, antipruriginosas, béquicas, expectorantes, coleréticas, colagogas, fungicidas y vulnerarias.

Indicada como calmante de la tos, en catarros, gripe, bronquitis. En infecciones de orina. En uso externo como antipruriginosa en leucorreas y úlceras varicosas.

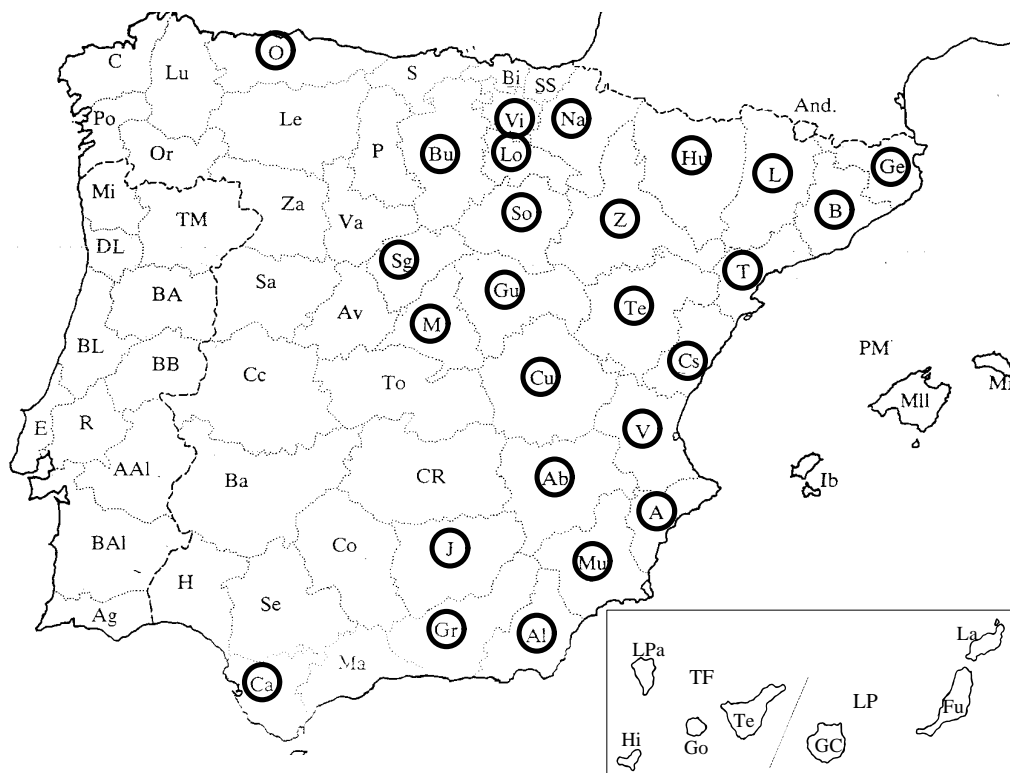
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>INULA HELENIUM L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Desde la antigüedad se han atribuido a la especie múltiples aplicaciones. Diurética y en afecciones catarrales, calmante de la tos en bronquitis e incluso en tuberculosis.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las raíces de esta especie se utilizan para aromatizar bebidas amargas como el vermouth. En Centro Europa macerando la raíz en mosto y dejándolo fermentar se elaboran vinos (potio paulina; reps).</p> <p>Las raíces se han utilizado para lavar ropa y también como tinte de color azul. Se ha utilizado en confitería para la elaboración de confituras. Se cultivó por sus raíces que eran consumidas como verdura en tiempos de Plinio. Se utiliza la raíz como condimento y sazonador. Se ha usado en cosmética, y perfumería.</p> <p>Las raíces y rizomas contienen inulina, que puede utilizarse para la obtención de fructosa.</p> <p>Se usa como ornamental.</p> <p>Planta melífera</p>

3.2.14. Género **Jasonia**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- JASONIA GLUTINOSA (L.) DC.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Hierba del hueso, Pulguera fina, Pulguera pegajosa, Té, TÉ DE ARAGÓN, Té de monte, Té de peña, Té de peñas, TÉ DE ROCA, Té manzanilla, Té roquer.
ORIGEN.- Extremo occidental del Mediterráneo (España, Sur de Francia, Sicilia, Malta, y Norte de África).
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión.
ECOLOGIA.- Especie perenne, con cepa robusta, de la que todos los años se producen los renuevos que pueden llegar a alcanzar una talla de hasta 45 cm y es de floración estival. Las hojas son muy aromáticas y de sabor un poco amargo. Se desarrolla en las grietas de zonas rocosas o pedregosas y calcáreas (a lo que debe parte de sus nombres vernáculos). Altitudinalmente se sitúa desde el nivel del mar hasta los 1.500 m. Es una especie que no se conoce en cultivo. La recolección se realiza poco tiempo antes de la floración, tomando únicamente las sumidades floridas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *JASONIA GLUTINOSA* (L.) DC.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Jasonia tuberosa (L.) DC., originaria de España, Francia y Portugal, que suele hallarse en el mismo área que la anterior pero en laderas y collados arcillosos o calizos.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

b.- Principios activos

Lactonas sesquiterpénicas (principios amargos), taninos, heterósidos. Aceite esencial.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Anticatarrales, antiinflamatorias, antisépticas, aperitivas, digestivas, espasmolíticas, hemostáticas, hipotensoras.

Indicada en digestiones difíciles, inapetencia, espasmos gastrointestinales, hipertensión, resfriados, heridas y contusiones.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Popularmente se emplea como aperitivo, digestivo, anticatarral, antidiarréico, laxante. Popularmente se la considera como abortiva.

TOXICIDAD.-

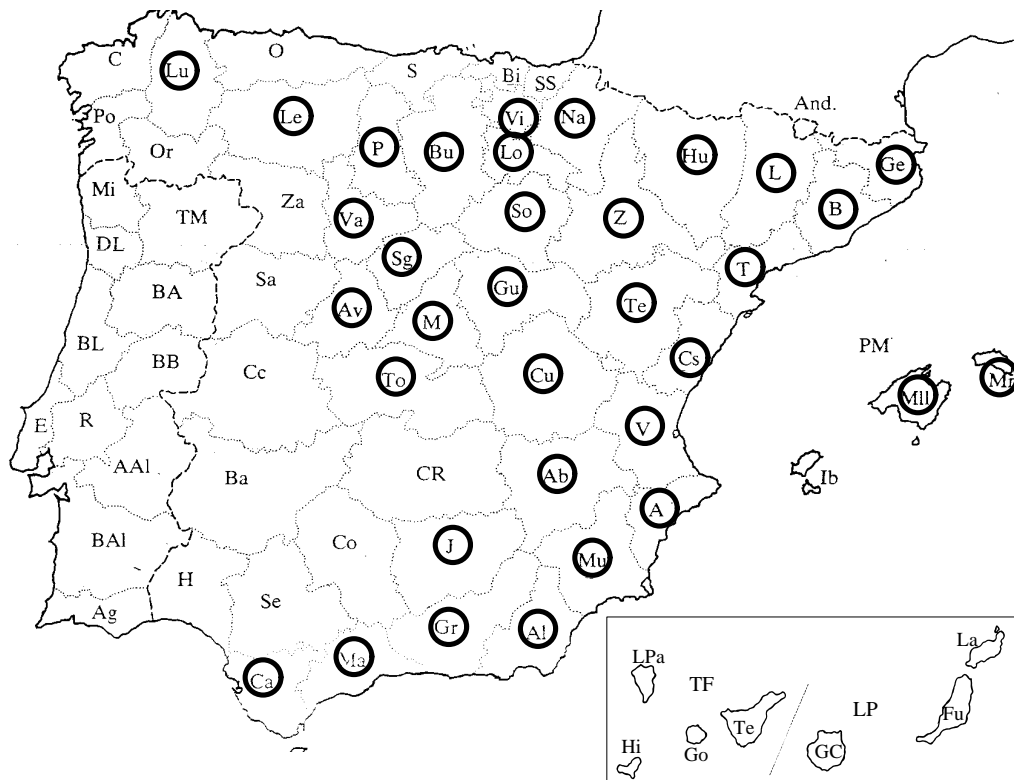
A dosis elevadas puede producir efectos eméticos. Contraindicada durante el embarazo.

3.2.15. Género **Santolina**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- SANTOLINA CHAMAECYPARISSUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- ABRÓTANO HEMBRA, Abrótano montesino, Abrótano serrano, Bocha conejera, Boja, Bojeta, Botja de Sant Joan, Botjas de Sant Joan, Broida femella, Brótano, Brótano hembra, Camal-la de muntanya, Camamilla blanca, Camamilla groga, Camamilla de la Mola, Centonicon, Ciprés bajo, Cipresillo, Cordonet, Chichari belarra, Escoba mujeriega, Espartillera, Espernallac, Espernallach, Flor de Sant Joan, Guardaropa, Guardaropas, Guardarropa, Herba de Sant Joan, Hierba cupresillo, Hierba lombriguera hembra, Hierba piojera, Lombriguera, Lombriguera hembra, Manzanilla, Manzanillera, Meaperros, Ontina de cabezuelas, Pacencia, Santilona, Tonina, Untina de cabezuelas, Xixare belarr, Yerba lombriguera hembra, Yerba piojera, Zoldabelarr.
ORIGEN.- Oeste del Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Capítulos florales. Infusión, droga pulverizada, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Especie subarbutiva de hoja perenne que puede alcanzar una talla de hasta 60 cm. Florece en primavera y verano. De forma espontánea aparece desde el nivel del mar hasta cotas de 2.000 m, prefiriendo los suelos calcáreos, en el resto de propiedades de los suelos no es una planta exigente. Planta aromática y muy ramificada, que vive en las formaciones de orla de los encinares, mezclada con romeros, tomillos, etc., estando por tanto muy bien adaptada a las condiciones de clima mediterráneo, con sus veranos muy secos. En cultivo, por el momento solo se usa con fines ornamentales, reproduciéndose en viveros. En estas condiciones los substratos, así como el régimen hídrico (mediante riego) al que están sometidas son adecuados para que su desarrollo sea máximo en el mínimo tiempo. Para un posible cultivo de esta especie en campo, si bien como se ha dicho es planta muy poco exigente, cuanto mejores sean los suelos y mas fértiles y menores sean los periodos de sequía, mejores serán los rendimientos. La recolección de las flores se realizará en momento de plena floración.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SANTOLINA CHAMAECYPARISSUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos, taninos

b.- Principios activos

Aceite esencial (rico en cetonas terpénicas y azulenos), flavonoides.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiflogísticas; antihelmínticas, antisépticas, aperitivas, carminativas, cicatrizantes, digestivas, emenagogas, espasmolíticas, expectorantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Vermífugo y emenagogo

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SANTOLINA CHAMAECYPARISSUS L.*

OTROS USOS.-

Los capítulos han sido utilizados para tratar enfermedades de la piel.

Tiene propiedades insecticidas o insectífugas y por ello se han utilizado tallos y flores para colocar entre la ropa contra las polillas.

El aceite esencial se utiliza en fitoterapia y en perfumería, en el primero de los casos se recomienda usarlo con precaución.

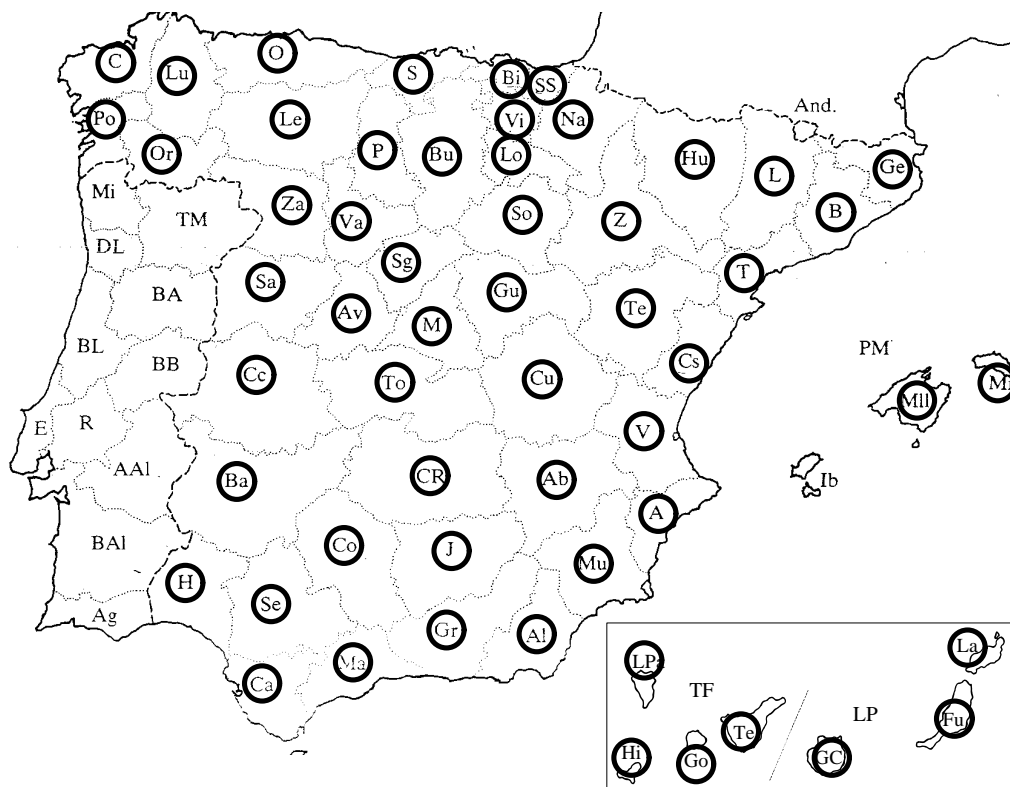
Se utiliza profusamente como planta ornamental para la formación de masas de color, y setos bajos y en los trabajos de recuperación de zonas degradadas.

3.2.16. Género **Silybum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SILYBUM MARIANUM</i> (L.) Gaertner
NOMBRES VERNÁCULOS.- Arzolla; Astalikardua; Bedegar; Card blanc; Card burreal; Card calapatós; Card clapat; Card de maría, Card gallofer; Card lloeter; Card mariá; Cardancho; Cardo borde, Cardo borriquero, Cardo borriquero de Sevilla; Cardo burreal; Cardo de borrico; Cardo de burro; Cardo de María; Cardo de Santa María; Cardo lechal; Cardo lechar; Cardo lechero; Cardo manchado; CARDO MARIANO; Cardo pinto; Cardot; Cart gallofer; Carxofa de burro; Escardot de Nostra Senyora; Escardot gros; Hedegar; Mariana; Mariaren khardia; Triaga.
ORIGEN.- Región Mediterránea.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos. (También se pueden emplear hojas y tallos). Decocción, extracto seco, tintura madre, nebulizado.
ECOLOGIA.- Especie herbácea (anual) bienal, con roseta de hojas basales, con tallos de hasta 1,5 m de altura, que presentan hojas de menor tamaño que las basales. Florece en primavera-verano. Sus requerimientos edáficos son escasos si bien precisa medios ruderalizados y eutrofizados (con alto contenido en nitrógeno), próximos al habitat humano. En sus poblaciones naturales resiste la sequía como lo demuestra que de forma espontánea se presenta en bordes de caminos, lugares alterados, terreno baldíos y en bordes de cultivo. Por supuesto que si se trata de poner en cultivo se requerirían unas condiciones de mayor calidad de suelos, prefiriendo los suelos profundos, aireados y sin problemas de encharcamiento. Altitudinalmente se sitúa en los pisos basal y parte inferior del montano, llegando hasta los 1.400 msnm en algunas zonas montañosas de Andalucía.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SILYBUM MARIANUM* (L.) Gaertner

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, proteínas, tiramina, histamina, lípidos, polinos.

b.- Principios activos

Flavonoides: quercetol, taxifolina; flavanolignanos: silimarina (silibina, silidianina, silicristina).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Protector y regenerador hepático, reforzante de la acción detoxificadora del hígado; antiasmáticas, aperitivas, digestivas, diuréticas; hemostáticas; hipertensoras y estimulantes de la vesícula biliar. La silimarina es antioxidante, inhibe la peroxidación lipídica, luego tendrá efecto estabilizador de membrana.

Indicado en trastornos funcionales digestivos en hepatopatías.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Febrífugo, antihemorrágico. Afecciones hepáticas.

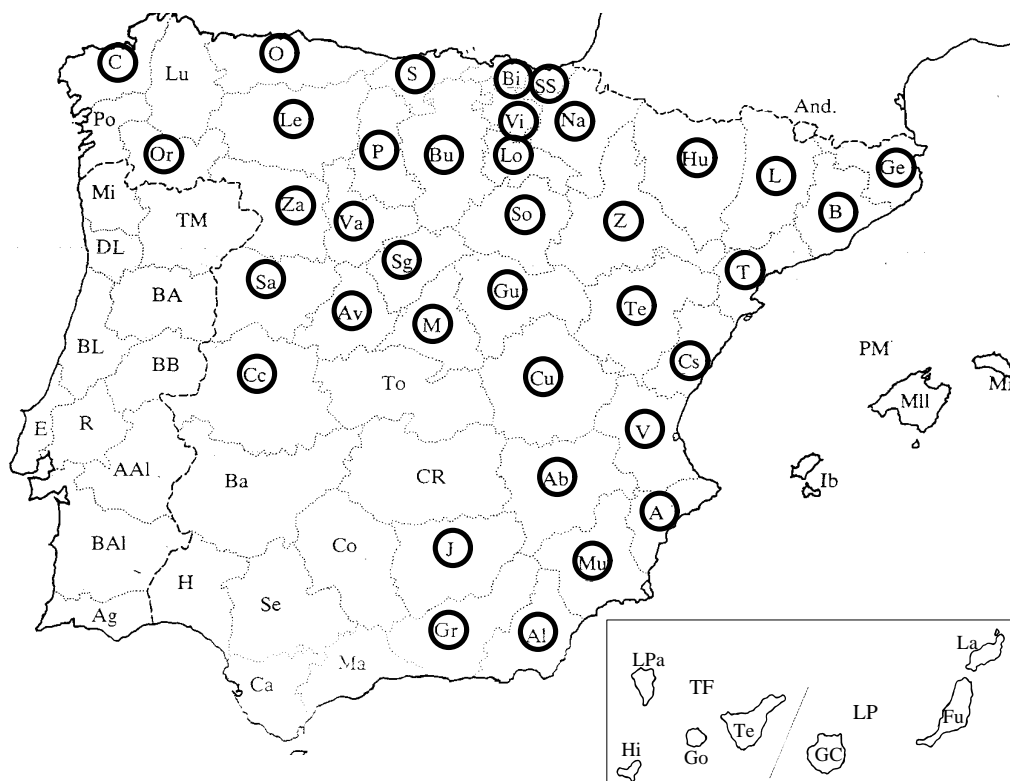
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SILYBUM MARIANUM</i> (L.) Gaertner</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Los frutos poseen un aceite de buena calidad con ácidos grasos no saturados y son ricos en principios activos hepatoprotectores. Tostados se han usado como sustituto del café. Las hojas tiernas se consumen en ensalada, como verdura y en algunas zonas (países árabes) como encurtido.</p> <p>Los tallos tiernos se pueden consumir como si fueran espárragos. También se han utilizado como textiles. Las raíces (cuando alcanza el máximo grosor) también se pueden usar para consumo humano.</p> <p>Se ha utilizado como ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Se han citado casos de envenenamiento de ganado (rumiantes) en América del Sur, presentando como sintomatología problemas digestivos, bradicardia y problemas respiratorios, probablemente como consecuencia del metabolismo animal de los nitratos de las plantas, ya que pueden acumular elevados contenidos de los mismos si en el suelo donde se ha desarrollado está fuertemente eutrofizado.</p>

3.2.17. Género **Solidago**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SOLIDAGO VIRGAUREA L.</i>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Consuelda sarracena, Consuelda sarracenic, Herba de los indios, Plumeros amarillos, Vara d'or, VARA DE ORO, Vara de San José.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, decocción, maceración, extracto fluido, tintura, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, muy polimorfa, con tallos subterráneos (rizomas) y cuyos tallos aéreos llegan a alcanzar 1 m de altura. Las hojas tienen un sabor amargo aromático. Florece en verano. Se desarrolla sobre suelos ligeros y fértiles, cerca de los cursos de agua, con mayor frecuencia en zonas montañosas sobre substratos no calcáreos, en bosques claros y matorrales, situándose desde el nivel del mar hasta los 3.000 m (en Sierra Nevada). La recolección de la totalidad de la planta (sumidades floridas y hojas) se realiza en floración, cortando a unos 20 cm del suelo, posteriormente se pela y se procede a secar en capas a baja temperatura. Cuando se desea obtener las partes subterráneas, la cosecha se debe realizar al final del ciclo anual.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SOLIDAGO VIRGAUREA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Aceite esencial (pequeña cantidad), polisacáridos, ácidos fenólicos, cumarinas, derivados acetilénicos, terpenoides.

b.- Principios activos

Ácidos fenólicos (ésteres caféicos, virgaureósido A, liocarpósido), taninos, saponósidos triterpénicos, flavonoides

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Diuréticas, astringentes, antidiarreicas, antiinflamatorias, venotónicas, antisépticas, cicatrizantes, hipotensoras, sedantes, antifúngicas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se utiliza como diurética y astringente. En ocasiones se han utilizado las partes subterráneas por sus propiedades digestivas y carminativas.

3.2.18. Género **Tanacetum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **TANACETUM PARTHENIUM (L.) Schultz Bip.** (= *Chrysanthemum parthenium* (L.) Bernh.; *Pyrethrum parthenium* (L.) Sm.).

NOMBRES VERNÁCULOS.-

Amagarza; Amasa belarr; Anderaña; Arrugas; Botón de plata; Botons de plata; Camamilla; Camamilla borda; Camamilla de los huertos; Camamilla pudent; Camomila de Aragón; Confits; Emasa belarr; Gamarza; herba de la mare; Herba de la matriú; Herba de San Antonio; Herba de Sant Antoni; Herba de Santa María; Herba dos carpinteiros; Herba madros; Magarza; Magarzuela; Marerba; MATRICARIA; Matronaria; Pelitre; Santa María blanca; Segura; Txitxare belarr.

ORIGEN.-

Desde el Sureste de Europa (Península de los Balcanes) hasta el Caúcaso.

PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-

Partes aéreas.
Infusión, droga pulverizada.

ECOLOGIA.-

Especie herbácea, fuertemente aromática, vivaz, que puede alcanzar hasta 80 cm de altura y de fenología estival.

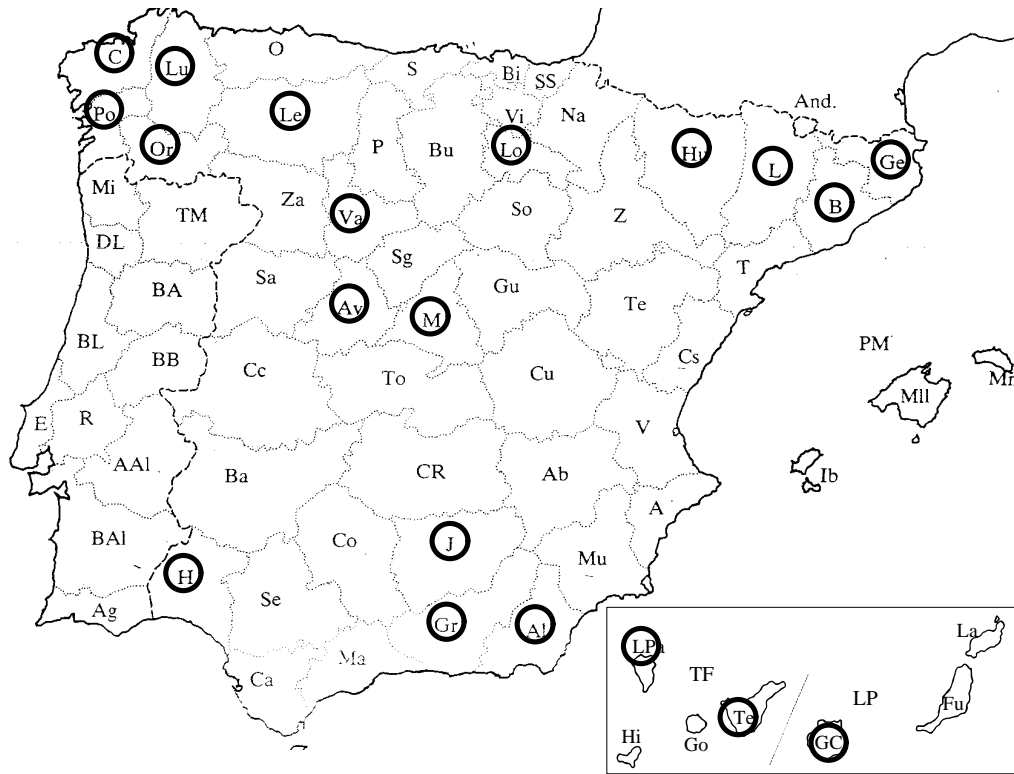
Es una especie muy poco exigente en cuanto al suelo, evitando únicamente los suelos fuertes por problemas de encharcamiento y asfixia radicular. En cultivo será preciso implantarlo en condiciones muy frescas o con posibilidad de efectuar riegos. Se la considera muy resistente a las heladas.

Altitudinalmente se sitúa en los pisos basal y mitad inferior del montano (< 1.300 m).

La recolección se realiza en plena floración. El cultivo se mantendrá varios años hasta que se produzca un descenso de los rendimientos que no justifique su mantenimiento.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **TANACETUM PARTHENIUM (L.) Schultz Bip.** (= *Chrysanthemum parthenium* (L.) Bernh.; *Pyrethrum parthenium* (L.) Sm.).

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Hay cultivares para su uso como ornamental en jardinería (por ejemplo cv. Aureum)

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, éteres de enoles espiroacetálicos poliínicos, ácido tánico, fitosterina.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,07-0,4 %) con alcanfor, canfeno, acetato de crisantemilo, germacreno D, Lactonas sesquiterpénicas (partenólido, artemorina, canina, artecanina...)

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Posee propiedades aperitivas, eupépticas, espasmolíticas, emenagogas, antimicrobianas, febrífugas, antimigrañosas y sedantes. La droga inhibe la agregación plaquetaria y la liberación de serotonina. El partenólido in vitro presenta propiedades citotóxicas marcadas.

Indicada en inapetencia, digestiones difíciles, espasmos gastrointestinales, amenorreas, dismenorreas y como preventivo de las crisis de migrañas.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- TANACETUM PARTHENIUM (L.) Schultz Bip. (= <i>Chrysanthemum parthenium</i> (L.) Bernh.; <i>Pyrethrum parthenium</i> (L.) Sm.).</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Reglas dolorosas, cefaleas.</p>
<p>OTROS USOS.- Las flores se utilizan en licorería para aromatizar algunos vinos. En cosmética se usa como emplastos, en forma de vahos faciales o baños de hierbas para el cuidado de la piel. Tiene propiedades insecticidas. Se ha usado y se usa como ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.- Debe utilizarse con precaución ya que pueden presentarse efectos secundarios como ulceraciones en la boca o dolores abdominales, o problemas alérgicos. Contraindicada en embarazo y lactancia.</p>

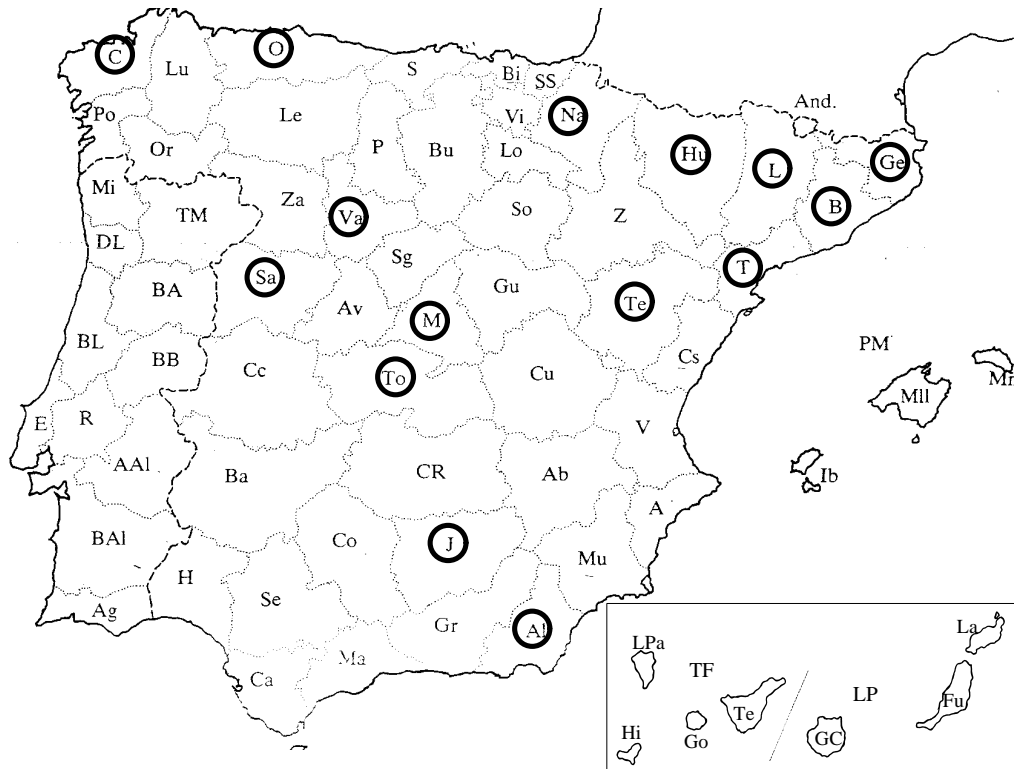
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- TANACETUM CINERARIIFOLIUM (Trev.) Schultz Bip (= <i>Pyrethrum cinerariifolium</i> Trev.; <i>Chrysanthemum cinerariifolium</i> (Trev.) Sch. Bip.)</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.- PELITRE; Piretro.</p>
<p>ORIGEN.- Balcanes</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Capítulos Extracto (en disolvente apolar), droga pulverizada.</p>
<p>ECOLOGIA.- Especie cespitosa, perenne, con tallos de hasta 50 cm. Propia de lugares rocosos. Cultivada fundamentalmente por sus propiedades insecticidas. En cuanto exigencias edáficas es muy similar a la especie anterior.</p>
<p>DISTRIBUCIÓN.-</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- TANACETUM CINERARIIFOLIUM (Trev.) Schultz Bip (= <i>Pyrethrum cinerariifolium</i> Trev.; <i>Chrysanthemum cinerariifolium</i> (Trev.) Sch. Bip.)</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General</p> <p>Sales minerales, aceite esencial, lactonas sesquiterpénicas, resina, lípidos, taraxasterol, principios nitrogenados.</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Piretrinas (0,5-2 %) son ésteres monoterpénicos (piretrinas I y II, cinerinas I y II, jasmolinas I y II) que resultan de la esterificación de dos ácidos y tres alcoholes. Los dos ácidos llevan un núcleo ciclopropano sustituido; los alcoholes son secundarios y tienen en común un núcleo metilciclopentenolónico.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antihelmínticas, antiparasitarias e insecticidas. Las piretrinas son tóxicas para los animales de sangre fría. Actúan a nivel de las fibras sensitivas y de las motoras causando la muerte del insecto.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Sus capítulos son fuente de la materia insecticida denominada piretrina. Se emplea para uso externo fundamentalmente en forma de extracto con un disolvente apolar o los capítulos pulverizados. Útil contra las moscas, pulgas, etc. Es también repelente. Se utiliza igualmente en veterinaria para eliminar parásitos externos de animales domésticos. Las piretrinas son muy inestables a la luz por lo que su eficacia solo dura uno o dos días.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>En el hombre y animales domésticos se puede decir que prácticamente carece de toxicidad aguda por vía oral (DL50 aproximadamente 2 g/kg) y no son posibles efectos acumulativos.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- TANACETUM VULGARE L. (= <i>Chrysanthemum vulgare</i> (L.) Bernh., non (Lam.) Gaterau; <i>C. tanacetum</i> Karsch, non Vis.)</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Anastasia; Anzarr bedarr; Atanasia; Atanásia das boticas; Buen varón de Jarava y otros, Erva dos vermes; Erva de sao Marcos; Herba cuquera; Herba da triaga; Herba das lombrigas; Herba de Nosa Señora; Herba dels verms; Herba lombrigueira; Herba tana; Hierba de las lombrices; Hierba lombricera; HIERBA LOMBRIGUERA; Lombricera, Lombriguera; Mota belarr; Tana; Tanacet; TANACETO; Tanarida; Tanásica; Triaca; Triaga, Yerba lombricera, Yerba lombricera común.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Euroasiático.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Sumidades floridas. Capítulos (principalmente) y hojas y frutos.</p> <p>Infusión, droga pulverizada.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Especie sufruticosa vivaz, con tallos que alcanzan una altura de hasta 150 cm y de floración estival.</p> <p>Toda la planta es muy aromática, incluso seca.</p> <p>Es muy poco exigente en cuanto a suelos, muy similar en exigencias a la especie <i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Schultz Bip., si bien precisa humedad pero no encharcamiento, precisando para ello suelos ligeros arenosos y frescos o con posibilidades de riego. No le convienen los suelos pesados y arcillosos.</p> <p>Altitudinalmente puede llegar a alcanzar mayores cotas que esta especie (hasta los 2.000 msnm).</p> <p>En cultivo suele durar del orden de 3-4 años, ya que con posterioridad decrecen sus rendimientos por debajo de umbrales económico. El máximo rendimiento se consigue el segundo año..</p> <p>La recolección se realizará en floración. Pueden realizarse dos cosechas por año ya que tras la siega la planta vuelve a florecer hacia el otoño.</p> <p>El contenido en aceites esenciales disminuye a lo largo del día.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **TANACETUM VULGARE L.** (= *Chrysanthemum vulgare* (L.) Bernh., non (Lam.) Gaterau; *C. tanacetum* Karsch, non Vis.)

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Goma, mucílago, resina, ácidos fenólicos, taninos, lactona sesquiterpénica amarga, la tanacetina.

b.- Principios activos

Aceite esencial rico en β -tuyona (95%) y alcanfor. Esteroides, terpenoides.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Se consumen los capítulos en forma de infusión por sus propiedades emenagogas, espasmolíticas, carminativas, astringentes, tónicas, coleréticas y vermífugas. También se usa para el tratamiento de la gota. Se ha comprobado su actividad antitumoral in vitro e in vivo.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se ha empleado como vermífugo y emenagogo.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **TANACETUM VULGARE L.** (= *Chrysanthemum vulgare* (L.) Bernh., non (Lam.) Gaterau; *C. tanacetum* Karsch, non Vis.)

OTROS USOS.-

Se utiliza también en veterinaria como antihelmíntico y contra los cólicos.

Como condimentaria para la elaboración de embutidos (en Irlanda) y en diversos alimentos.

Repelente de gusanos, usadas las hojas como sudario.

Se usa en perfumería y cosmética. Se ha usado como especie tintórea para teñir de color desde amarillo a ocre y color canela.

Especie ornamental.

TOXICIDAD.-

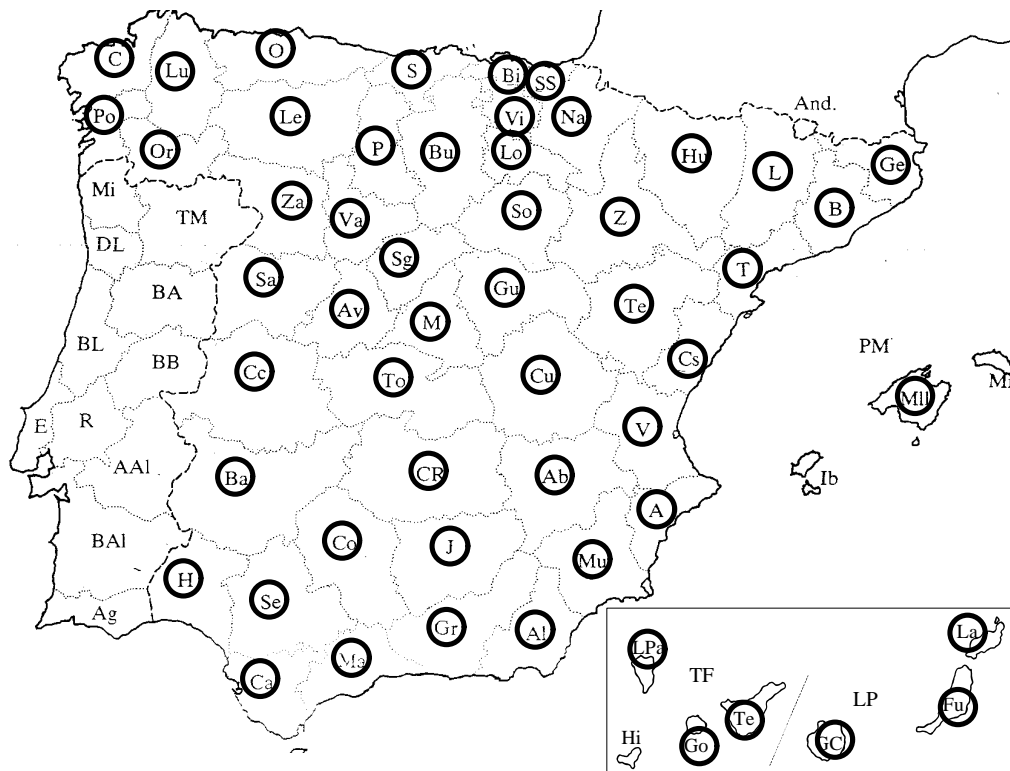
El aceite esencial por su contenido en tujona puede presentar problemas de toxicidad, pudiendo dar lugar a convulsiones tetánicas y violenta inflamación gastro-intestinal, incluso la infusión a dosis altas puede provocar intoxicaciones con vómitos, diarreas, etc. También puede actuar como abortivo, y a dosis altas o si se usa de forma continuada puede ser letal; en personas sensibles puede ocasionar dermatitis por contacto.

3.2.19. Género **Taraxacum**

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- TARAXACUM SPP.</p>
<p>Como consecuencia de la plasticidad genotípica y morfológica que se presenta en el género <i>Taraxacum</i> es muy difícil definir con precisión los límites de cada especie, de tal forma que desde el punto de vista taxonómico nos referiremos a Grupo <i>T. officinale</i>, dentro del cual se sitúa el diente de león, <i>T. dens-leonis</i> Desf., y que para otros autores en la actualidad es el <i>T. officinale</i> Weber.</p> <p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Achicoria amarga; Achicoria silvestre; Aitañi-lili; Almirón, Amargo común, Amargón; Amargón común; Angeletes; Apagallums; Bufallums; Calceta; Cardeña; Dent de lleó; DIENTE DE LEÓN, Ferrexaco; Flor de macho; Galkidea; Hocico de puerco, Lechiriega; Leitariga; Llaesó d'ase; Lletsó d'ase; Llumenetes; Mexacán; Pelosilla; Pixacá; Pixallits; Queixals de vella; Relotjes; Sorgin-belar; Taraxacón; Txuntxumela; Xicoia; Xicoira; Xicoiria.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Euroasiático, en la actualidad tiene una distribución cosmopolita.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas y raíces. (También se pueden emplear las inflorescencias).</p> <p>Decocción, extracto fluido, tinturas, jarabe, vino, zumo.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Especie herbácea, perenne, con roseta basal de hojas y tallos florales que llegan a alcanzar los 40 cm; el sistema radicular es pivotante con una raíz gruesa. La floración se produce prácticamente todo el año.</p> <p>Es una especie muy introducida en los ambientes antropizados, como jardines, huertos, bordes de caminos, etc.</p> <p>Es poco exigente en cuanto a suelos, no obstante prefiere suelos fértiles, de textura media, profundos y frescos, sin problemas de encharcamiento; por ello puede tener problemas en los suelos muy arenosos, en los turbosos o en los muy pesados. En las condiciones de nuestro clima para su cultivo se precisa riego.</p> <p>Altitudinalmente alcanza desde el nivel del mar hasta la cota 1.700, e incluso superior.</p> <p>Es especie perenne pero en cultivo normalmente no conviene mantenerla más de 2 años.</p> <p>El contenido en principios activos varía, disminuyendo, a lo largo del día.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *TARAXACUM SPP.*

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, esteroides. En las hojas flavonoides y vitaminas B y C.

b.- Principios activos

Inulina, lactonas sesquiterpénicas, triterpenos derivados del taraxastano.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Amargo-tónicas, coleréticas, depurativas, diuréticas; estimulantes hepáticas y laxantes (suave). Se ha demostrado en rata que el uso prolongado y a dosis elevadas de la droga origina una disminución del peso corporal.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Depurativo.

OTROS USOS.-

La raíz torrefactada también se ha usado como sustituto del café. Las hojas se consumen en ensalada. Los capítulos sin abrir se consumen encurtidos y abiertos se emplean para la elaboración de vinos.

Especie melífera.

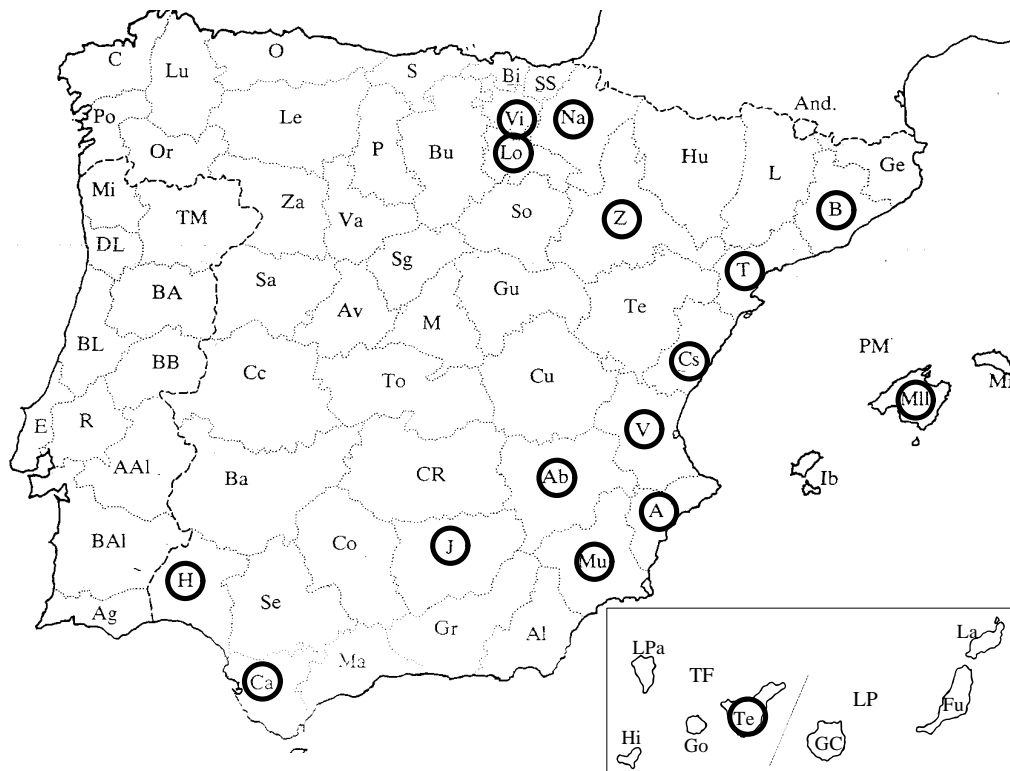
3.3. Familia **Apiaceae** (Umbelíferas)

3.3.1. Género **Anethum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ANETHUM GRAVEOLENS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Anat, Anega, Aneldo, Anet, Aneta, Anetaverón; Aneto, Anheta, Avezón doméstico, ENELDO, Ezamillo, Ezamihilua; Eza-millua; Fonoll pudent; Hinojo hediondo, Neldo.
ORIGEN.- Originaria del occidente asiático y naturalizada en Europa y América del Norte. El eneldo ya era cultivado, al menos, 400 años AC.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos. (También se pueden emplear las hojas y toda la parte aérea). Infusión, agua destilada de eneldo.
ECOLOGIA.- Planta herbácea anual, muy aromática (de olor no agradable), de hasta 50 cm de altura. De floración en primavera-verano. En estado silvestre no presenta exigencias edáficas definidas, adaptándose a prácticamente todo tipo de suelos que no presenten problemas de encharcamiento; no obstante para su cultivo se dedicarán suelos en los que su rendimiento sea óptimo, suelos profundos, de consistencia media, fértiles y adaptados a que, si las condiciones del estío son secas, se pueda realizar algún riego. Altitudinalmente sus poblaciones se sitúan dentro del piso basal (<800 msnm) si bien ocasionalmente pueden superar esta cota. Si el objetivo de la plantación van a ser las hojas, se puede llegar a realizar dos cortes (a ras de suelo) y si son los frutos se colectará cuando estos estén maduros. Teniendo en cuenta la dehiscencia de los frutos es recomendable que la recolección se efectúe por la mañana lo antes posible para reducir las posibles pérdidas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ANETHUM GRAVEOLENS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

A. sowa Roxb. Ex Fleming. (eneldo indio, o eneldo de la India) tiene usos similares; se ha utilizado como sustituto de la alcaravea, si bien presenta diferentes características de sus aceites esenciales.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, ácidos grasos (oleico, linoleico, linolénico), ácidos fenólicos (cafeico, clorogénico, ferúlico), -sitosterol.

b.- Principios activos

Aceite esencial (3-4 %) que contiene carvona, limoneno, y -felandreno, anetol, carveol, eugenol, geraniol, etc.; cumarinas (bergapteno, escopoletina, umbeliferona); flavonoides (kenferol, quercetol).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Aromatizantes; carminativas, eupépticas; diuréticas; espasmolíticas; balsámicas; galactógenas y hemostáticas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Tradicionalmente se ha empleado como favorecedor de la eliminación renal de agua. En algunos lugares se emplea para ciertos tumores.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>ANETHUM GRAVEOLENS L.</i></p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se usa como especie condimentaria. Los frutos y las hojas se utilizan para aromatizar vinagre. En algunas ocasiones para el queso y el pescado.</p> <p>El aceite esencial tiene propiedades insecticidas.</p> <p>Se emplea en jabonería y perfumería (la calidad del aceite esencial varía en función de que se utilicen solo los frutos u otras partes de la planta, así como el estado de madurez de los frutos).</p> <p>Los restos vegetales, una vez realizada la destilación, se pueden usar como alimento para el ganado vacuno.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Puede provocar dermatitis de contacto y fotosensibilidad en personas sensibles.</p>

3.3.2. Género **Angelica**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ANGELICA ARCHANGELICA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Aingeru-belarr, Ajonjera, ANGÉLICA, Anxélica, Carlina, Hierba de los ángeles, Hierba del Espíritu Santo, Raíz de larga vida.
ORIGEN.- Originaria del Norte de Europa y Asia.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Tallos subterráneos. (También se puede emplear la planta entera, raíces, hojas y frutos). Infusión, extracto fluido y seco nebulizado, tintura.
ECOLOGIA.- No existe espontánea en la Flora española y por tanto debe ser cultivada. En las zonas donde es originaria ha sido y es tan grande la presión que se ejerce sobre las poblaciones naturales que en la actualidad se la considera como planta amenazada. Es una especie herbácea cuyo ciclo vital raramente supera los tres años (trienal). Los dos primeros años emite una roseta de hojas y el tercer año emite un tallo que llega a alcanzar los 2 m de altura, fructifica y muere; no obstante hay ejemplares, sobre todo en función de cual haya sido el sistema de plantación, en los que esto puede ocurrir antes de los tres años. Si se evita la floración puede alargarse el ciclo de la planta. Toda la planta posee aceites esenciales. Prefiere lugares templado-frios, húmedos o en regadío y con elevado contenido en materia orgánica en el suelo. Este no debe ser encharcadizo. Los suelos calizos parecen ser convenientes para el cultivo de esta especie ya que se ha constatado una mejora de los aceites esenciales obtenidos en la destilación de las raíces cuando se cultivan en estos sustratos. Altitudinalmente en su zona de origen llega a alcanzar hasta los 3.000 msnm., si bien durante los meses de invierno pierden la parte aérea. La recolección es variable en el tiempo en función del objetivo, así sobre un hipotético ciclo trienal las raíces se cosechan el segundo o tercer año antes de la floración; los peciolos de las hojas el segundo año y a veces el tercero, sobre todo si estos son carnosos y tienen una talla mínima. Las hojas se pueden recolectar el primer año, pero tienen mejor rendimiento el segundo. Por último, si se trata de los frutos, la recolección se realiza al final del ciclo. No obstante las partes más solicitadas son las raíces y los frutos. Solamente las umbelas terminales del tallo principal generan frutos, por ello deberán eliminarse las demás; de la misma forma en el caso de florecer antes del tercer año deberán ser suprimidos estos tallos a fin de alargar su ciclo productivo. Como todas las umbelíferas, la angélica disemina sus frutos de forma natural una vez maduros, por ello deberá elegirse bien el momento de recolección de los mismos para evitar las pérdidas de “grano”, en cualquier caso se deberán evitar los momentos de máximo calor y baja humedad ambiente que favorecen la dehiscencia.
DISTRIBUCIÓN.- No existe en la Flora española.

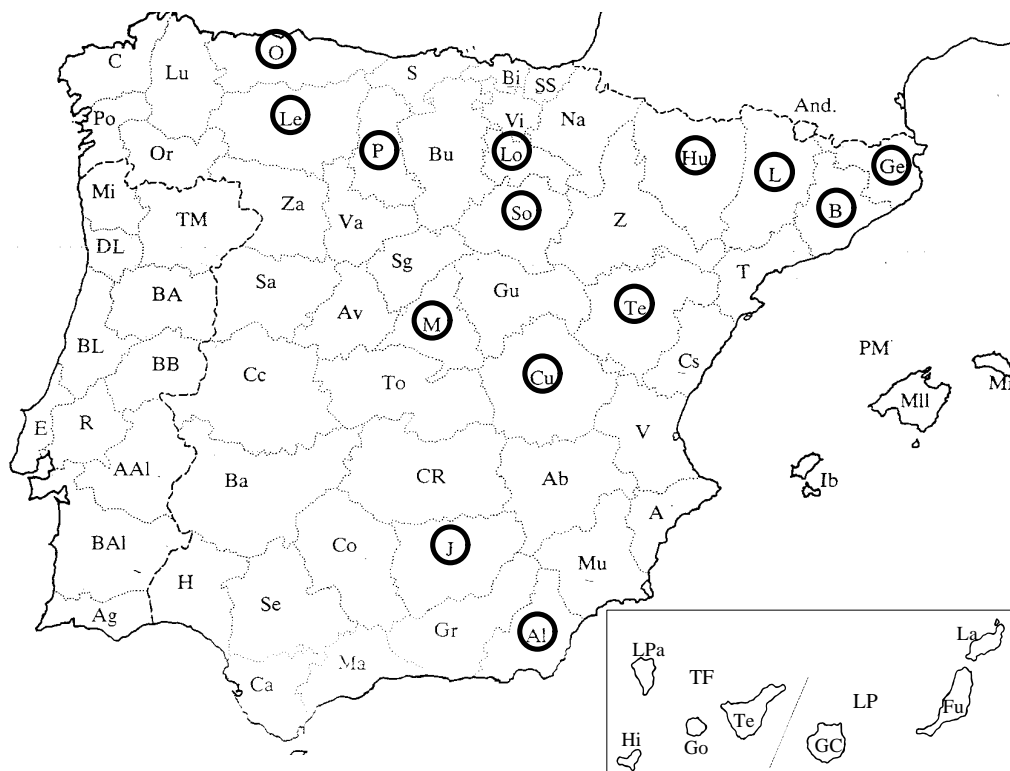
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>ANGELICA ARCHANGELICA L.</i></p>
<p>OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-</p> <p>En España existe de forma espontánea la especie <i>A. sylvestris</i> L. que si bien tiene las mismas propiedades que la anterior es de menor actividad.</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General</p> <p>Glúcidos, taninos, ácidos orgánicos, ácidos fenólicos, una flavanona, -sitosterol y compuestos terpénicos en general.</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial (0,3-0,6 %) contiene -pineno, y -felandrenos, hidrocarburos sesquiterpénicos, lactonas macrocíclicas. Cumarinas, furanocumarinas (bergapteno, arcangelicina, imperatorina...). Cromonas (sobre todo en las especies asiáticas).</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiinflamatorias, antirreumáticas; carminativas, aperitivas y eupépticas, digestivas; diuréticas; espasmolíticas; expectorantes; sedantes y tónicas; antibacterianas y antifúngicas.</p> <p>En diversas especies animales se ha comprobado que la angelicina posee propiedades sedantes, relajantes musculares y anticonvulsivantes. La arcangelicina y compuestos análogos son vasodilatadores coronarios.</p> <p>Indicada en problemas digestivos, digestiones lentas, aerofagia. En Oriente se empleaban como analgésico, sedante y antianémico.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Aperitiva, estomáquica. En medicina popular se recomienda para las convulsiones en niños pequeños, intoxicaciones alcohólicas y para tratar el reuma y la gota.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En decocción que se añade al baño. El aceite esencial se usa en la industria farmacéutica, en licorería (Benedictine y Chartreuse) y en perfumería.</p> <p>El aceite esencial se puede usar también como atrayente de la mosca de la fruta.</p> <p>Los limbos foliares se usan en herboristería. Los peciolos foliares se usan en confitería.</p> <p>Las hojas se consumen cocidas como verdura.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Los extractos de la planta son cáusticos y pueden provocar dermatosis en personas sensibles. Las furanocumarinas son responsables de fototoxicidad. El aceite esencial a dosis muy elevadas es tóxico, paraliza el sistema nervioso.</p>

3.3.3. Género **Carum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CARUM CARVI L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alcarahueya, ALCARAVEA, Alcaravia, Alcaricovia, Alcarovea, Alcarovia, Alcorobea; Alkarobea; Caró, Caros; Carvi, Carvia, Carvit, Comí, Comí de prat; Comino de prado, Cumí, Cumí de Madrid, Matafaluga borda, Txarpoil.
ORIGEN.- Europa del Norte y central. En la actualidad tiene un amplia representación en la mayor parte de Europa excepto en la región mediterránea donde solamente aparece en las zonas de montaña. Ampliamente cultivada y frecuentemente naturalizada. El nombre genérico proviene de Caria, zona del Asia menor donde se descubrió. En la actualidad existe, tanto espontáneamente como en cultivo, en el centro y norte de Europa, así como en Egipto, Marruecos y China.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos. (También se pueden usar las raíces, tallos y hojas). Infusión, decocción, droga pulverizada, aceite esencial.
ECOLOGIA.- En estado silvestre la planta se comporta como perenne; sin embargo también se puede encontrar como anual o bienal (el tallo se emite el segundo año, muy raramente en el primer año). Es una planta herbácea, que se presenta en los prados de montañas calizas (pudiendo situarse a cotas de hasta los 2.000 msnm), y que llega a alcanzar una talla de hasta 150 cm. Toda la planta contiene aceite esencial. La floración tiene lugar el segundo año en primavera-verano. Es una especie cuyo cultivo debe realizarse en terrenos permeables, y preferentemente sobre suelos francos, profundos y calizos. En verano puede ser preciso regar. Teniendo en cuenta que en la madurez los frutos se dispersan, la recolección debe realizarse por la mañana cuando aún no esten muy secos porque en caso contrario habría pérdidas notables. El cultivo tiene una duración de 2 años. No se recomienda repetir el cultivo en el mismo sitio hasta pasado bastante tiempo.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CARUM CARVI* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Almidón, lípidos (ácidos oleico, -linolénico, linoleico, palmítico); azúcares; flavonoides; fitosteroles.

b.- Principios activos

Aceite esencial (3-6 %) rico en carvona, dihidrocarvona, carveol, dihidrocarveol, limoneno. Contiene también pinenos, canfeno

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiespasmódicas; aperitivas, carminativas y eupépticas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Las propiedades de los frutos de esta especie ya fueron conocidos por los médicos árabes y probablemente comenzaron a usarse en Europa en el siglo XIII. Diurético, diaforético.

OTROS USOS.-

Se emplea en gran cantidad como especie condimentaria para saborizar el pan, productos de pastelería, distintos tipos de platos, salsas (“chocrut”; “curry”), encurtidos y quesos (entre ellos algunos del tipo Edam, y el Kümmel).

En licorería para aromatizar licores (Kümmel) y destilados de vino. Las raíces se han consumido como

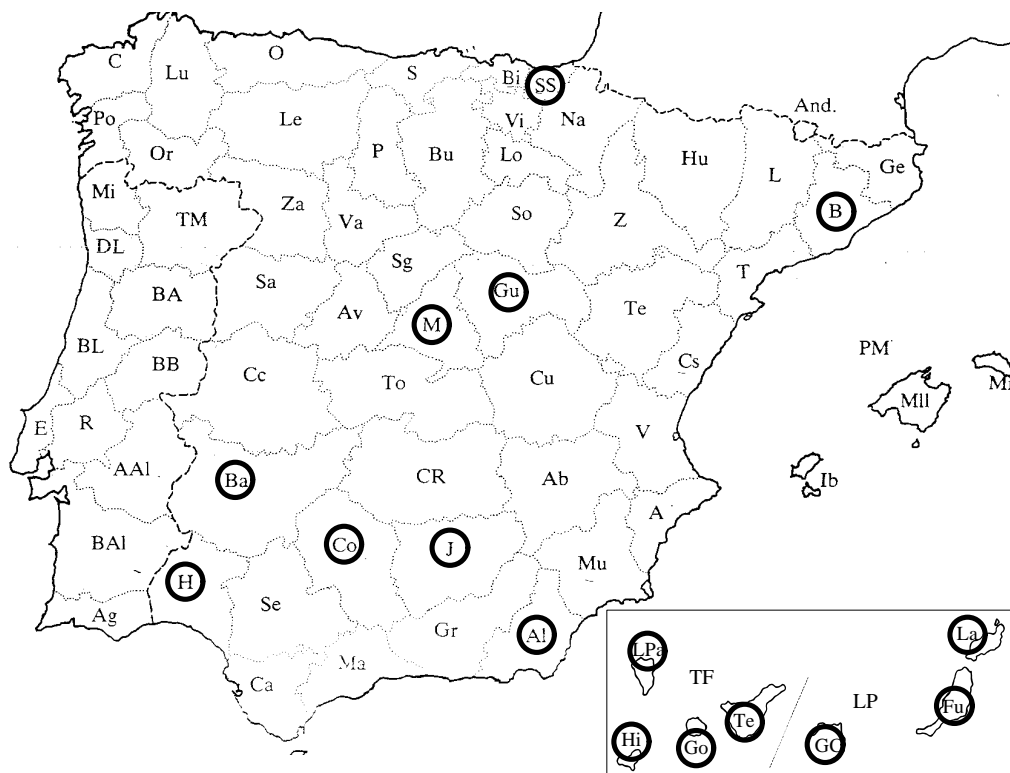
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CARUM CARVI L.</i></p>
<p>verdura; así como los tallos de forma similar a los espárragos, e incluso las hojas. En cosmética se ha usado en infusión y en vahos faciales. El aceite esencial se usa en perfumería y jabonería.</p>
<p>TOXICIDAD.- La especie es inofensiva, pero lo mismo que ocurre con todas las plantas que contienen aceites esenciales, conviene no sobrepasar las dosis aconsejadas.</p>

3.3.4. Género **Coriandrum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CORIANDRUM SATIVUM</i> L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Ceandro; Celandria; Celiandre; Cilandro; CILANTRO; Ciliandre; Ciliándria; Ciliandro; Coendro; Coentro; Colentro; Coriandre; Coriandro; Culandro; Culantro; Culantro común; Gra Xalandri; Martorri; Saliandria; Xendro.
ORIGEN.- Asia occidental y norte de África (países del mediterráneo oriental),. En la actualidad está naturalizada en el sur de Europa y se cultiva extensamente en Europa, en la zona mediterránea (Marruecos, Malta, Egipto) y en China, India y Bangladesh, y en América. El cilantro ya se mencionó en el papiro de Ebers (hacia 1550 A.C.) y en los escritos de Catón y Plinio; y era usado comunmente por los asirios y egipcios.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos. (También se pueden emplear las hojas). Infusión, extracto seco, tintura, droga pulverizada, loción, pomada, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual de unos 70 cm de altura, muy aromática (olor desagradable a “chinche” (“corios”) al que debe en parte su nombre genérico), y de fenología primaveral-estival. No tiene unos requerimientos edáficos exigentes, si bien prefiere los sustratos calcáreos y no se adapta a los suelos demasiado arcillosos con problemas de encharcamiento y humedad excesiva. Para su puesta en cultivo se recomiendan, como en los casos anteriores, suelos profundos, de consistencia media, fértiles, y con posibilidades de riego por si fuera necesario. Altitudinalmente llega hasta la cota de los 1.200 msnm, si bien prefiere las cotas más bajas. Para la recolección de los frutos es válido lo dicho para las especies anteriores de esta misma familia. La forma de los frutos presenta una marcada variabilidad en función de su procedencia, así se pueden distinguir por este carácter las variedades india, rusa, y marroquí. La planta verde posee un olor desagradable, que también se aprecia en la esencia destilada a partir de los frutos inmaduros. Este olor va desapareciendo con la desecación, transformándose en un olor mas suave y que es el que da valor a esta planta como condimentaria. La composición de la esencia de los frutos sufre una considerable alteración durante la conservación del grano.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CORIANDRUM SATIVUM* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

En el mercado existen variedades de cultivo con distinto tamaño del fruto.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Almidón, lípidos (ácidos palmítico, oleico, linoleico), azúcares, ácidos fenólicos (ferúlico, p-cumárico, vainílico, cafeico), flavonoides, vitamina C.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,3-1,8 %) que contiene mayoritariamente coriandrol o d-linalol y -pineno, contiene también -pineno, terpineno, limoneno, p-cimeno, geraniol, alcanfor, borneol. Furanocumarinas.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Analgésicas (uso externo); antiespasmódicas, carminativas, estomáquicas; diuréticas y tónicas del sistema nervioso (en pequeñas dosis). Indicado en flatulencias, espasmos gastrointestinales y en dolores tipo reuma por vía tópica. Se le atribuyen también propiedades afrodisíacas.

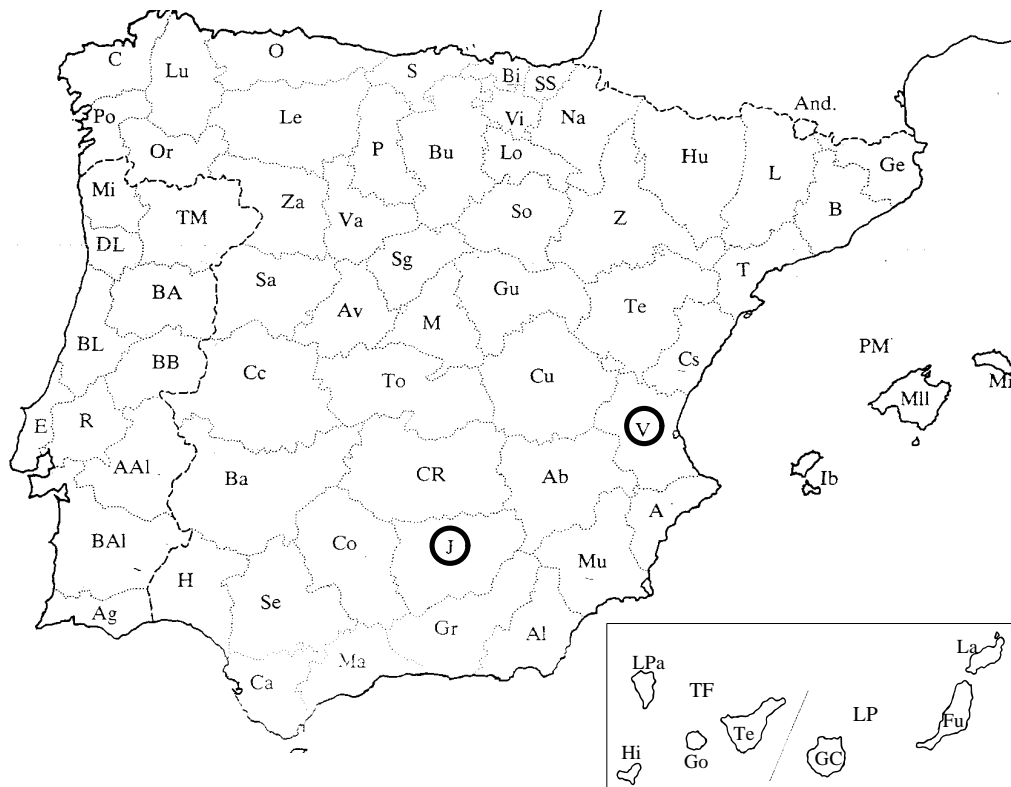
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CORIANDRUM SATIVUM L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se conoce y utiliza el cilantro desde la antigüedad tanto por sus propiedades terapéuticas, tónico estomacal y carminativo, como condimento. Se emplea también contra la halitosis en fumadores o debida a determinados alimentos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En maceración o mediante destilación se utiliza en licorería para elaborar aguardientes y licores (ginebra, “Chartreuse”, “Benedictine”; “Kummel”; “Fernet”; Izarra, etc.) y para aromatizar alguna cerveza.</p> <p>Como condimentaria y en la elaboración de encurtidos se pueden utilizar tanto las hojas en verde o secas, como los frutos (en distintos grados de madurez), si bien son estos últimos los más utilizados (entre otras aplicaciones condimentarias se usa en la elaboración de la salsa “curry”). La raíz puede ser consumida como verdura una vez cocida. En la cocina china se usan profusamente las hojas.</p> <p>Se le han atribuido propiedades insecticidas, en especial contra pulgas.</p> <p>El aceite esencial se utiliza en perfumería, jabonería y cosmética.</p> <p>Fue usada como especie ornamental por los egipcios.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El aceite esencial a dosis elevadas puede llegar a provocar convulsiones. También puede provocar dermatitis de contacto.</p>

3.3.5. Género **Cuminum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CUMINUM CYMINUM L.</i>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alcamonia; Comí castellá, Cominho; Comino, COMINO COMÚN, Comino fino, Comino hortense, Comiño; Cumí, Falso anís; Komino, Kumin, Kumino, Kuminoa; Kumiyoa; Uzta-belarr.
ORIGEN.- Su origen se sitúa en la zona sur-occidental de Asia y norte de África; se cultiva extensamente en el área mediterránea y en la actualidad se cita como especie naturalizada localmente en las floras de España, Italia y Francia, posiblemente escapada de cultivo. El comino ya era cultivado en tiempos de los Minoanos (1300 años AC). En la Edad Media fue una de las especias más comunes.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos. Decocción, tintura, droga pulverizada, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Planta herbácea anual que florece en verano, de hasta 50 cm de altura. Si bien no se suele encontrar de forma espontánea, se sitúa en el piso basal y mitad inferior del montano (<1.200 msnm). Es planta poco exigente en cuanto al suelo, no obstante para su cultivo prefiere suelos profundos de consistencia media, sin problemas de encharcamiento, y frescos o que puedan ser regados, y preferiblemente en posiciones protegidas del viento. Como todas las especies de esta familia (Umbelíferas) su fruto llegada la madurez se desgrana, además de que las flores de las umbelas maduran de forma escalonada, por lo cual para evitar pérdidas se recomienda recolectar de forma temprana (aún sin que estén todos los frutos maduros) y evitando las horas de máxima temperatura.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CUMINUM CYMINUM L.*

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

En algunos países es confundido con la alcaravea.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Lípidos, resina, taninos.

b.- Principios activos

Aceite esencial (2-4 %) que contiene principalmente aldehído cumínico, también contiene alcohol cumínico, éstos van acompañados de terpenos: α - y β -pineno, p- cimenol, mirceno, y α -felandreno, α -terpineno, linalol, limoneno, terpineol, p-menta-1,3-dien-7-al, p-menta-1,4-dien-7-al. Flavonoides (derivados de luteolol y apigenol).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antihelmínticas; aperitivas, carminativas, digestivas, estomáquicas, diuréticas; emenagogas; espasmolíticas; astringentes; galactógenas y sedantes.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CUMINUM CYMINUM L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se conocen y se utilizan desde hace muchos siglos tanto como condimento como por sus virtudes digestivas y diuréticas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>El comino se utiliza fundamentalmente como especie condimentaria para aromatizar numerosos tipos de platos y productos elaborados (embutidos, vinagres, encurtidos) no solo dentro de la cuenca mediterránea, sino también en Europa central (además de aromatizar quesos como el tipo “Edam” y “Munster”) y en las cocinas indú y mexicana. También se usa en licorería.</p> <p>El aceite esencial se usa además en perfumería.</p> <p>En la actualidad se emplea en veterinaria.</p> <p>En muchos casos sus frutos han sido sustituidos por los frutos de alcaravea, estos últimos son de sabor más agradable y suave.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El aceite esencial no debe ser administrado a los niños puesto que puede provocar convulsiones.</p>

3.3.6. Género **Foeniculum**

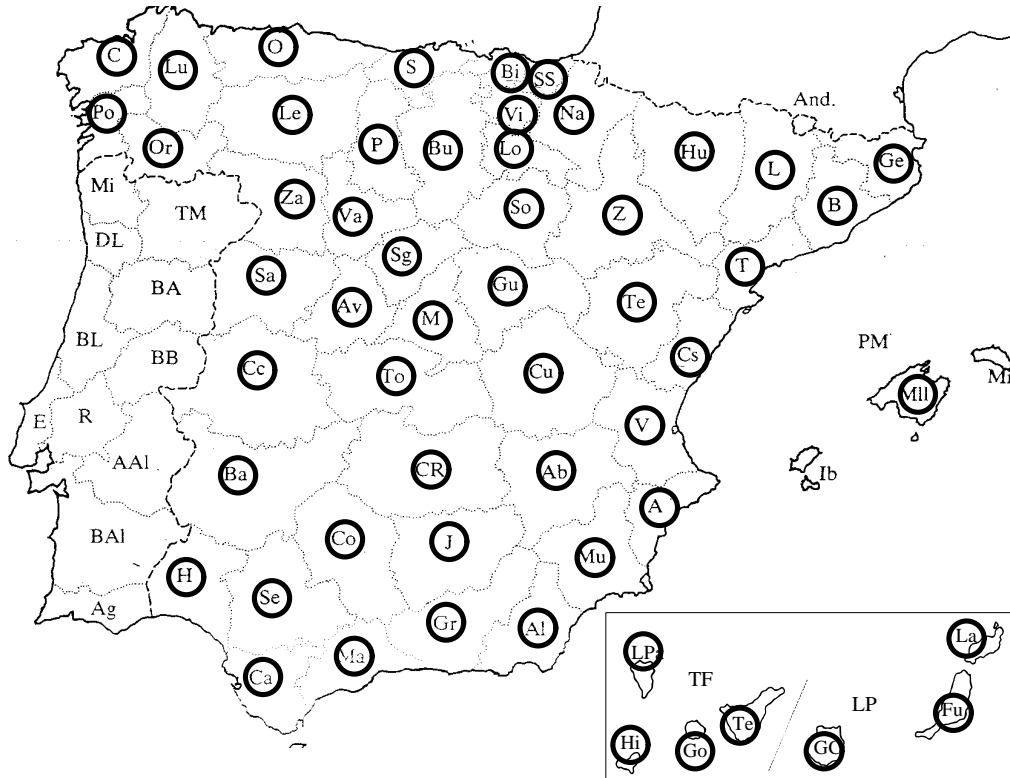
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- FOENICULUM VULGARE Miller</p>
<p>El género <i>Foeniculum</i> está compuesto exclusivamente por esta especie, si bien a lo largo de los tiempos su taxonomía ha pasado por diversos planteamientos.</p> <p>Todas las especies o subespecies cultivadas, y sus frutos, según diversos autores, pueden ser utilizados como fuente de aceites esenciales.</p> <p>Desde el punto de vista taxonómico nos podemos encontrar con las siguientes denominaciones y sinonimias:</p> <p><i>F. azoricum</i> Mill. = <i>F. vulgare</i> Mill. var. <i>azoricum</i> (Mill.) Thell. Originario de Italia y cultivado por sus anchas vainas foliares y sus peciolos que son blanqueados y consumidos en ensalada.</p> <p><i>F. dulce</i> Mill. = <i>F. vulgare</i> Mill. Var. <i>dulce</i> (Mill.) Thell. De uso hortícola.</p> <p><i>F. officinale</i> All.= <i>F. vulgare</i> Mill.</p> <p><i>F. piperitum</i> Ucr. = <i>F. vulgare</i> Mill. var. <i>piperitum</i> (Ucr.) Cout.</p> <p>No obstante planteamos la situación más actualizada:</p> <p>* <i>F. vulgare</i> Mill. subsp. <i>vulgare</i> var. <i>azoricum</i> (Mill.) Thell (= <i>F. dulce</i> DC. non Mill.) (de uso hortícola).</p> <p>* <i>F. vulgare</i> Mill. subsp. <i>vulgare</i> var. <i>dulce</i> Batt. & Trab. (= <i>F. dulce</i> Mill.)</p> <p>(De las que la segunda de las variedades es la cultivada fundamentalmente para la extracción de aceite esencial y se diferencia de la anterior de uso hortícola en que no presenta engrosamiento en las vainas foliares); y</p> <p>* <i>F. vulgare</i> Mill. subsp. <i>piperitum</i> (Ucra) Coutinho, que es la que abunda en los campos y borde de caminos en la región Mediterránea.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Anado, Anís-bedarr, Berbeña, Berbeña, Cenoyo, Fenol, Fenoll, Finojo, Fiolho, Fiollo, Fionllo, Fiuncho, Fonoll, Funcho, Herba de les vinyes; Hierba santa, HINOJO, Hinojo común, Linojo, Mehla, Mieloi, Mielu, Mieru, Mihilua; Mihuli, Millua; Milu, Milubedarr, Millus, Mirillu, Mirillu-belarr, Miru, Miru-belarr; Molu, Mullu, Puhuillu, Pukulli, Pukullu, Tinojo, Xapot, Xarpotx, Zenojo.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Europeo-mediterráneo. Se cultiva en muchas partes de Europa, pero se importa en grandes cantidades de India, China y Egipto.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Frutos. (También se pueden emplear la raíz, hojas y planta completa).</p> <p>Infusión, extracto fluido, droga pulverizada, aceite esencial.</p> <p>(Raíz en infusión, decocción, extracto seco; Hojas en infusión y cataplasma de hojas frescas; Planta completa en decocción)</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Especie herbácea vivaz o bienal de hasta 250 cm de altura, fuertemente aromática y de floración estival.</p> <p>Se extiende por las regiones cálidas de los pisos basal y montano inferior de toda España (< 1.000 msnm).</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *FOENICULUM VULGARE* Miller

Se adapta prácticamente a todo tipo de suelos, excepto aquellos con factores limitantes extremos, no obstante para su cultivo son preferibles las condiciones de suelo recomendadas para el resto de las especies de esta familia. Para asegurar la producción es igualmente recomendable que pudiera tener riego.

Si bien la especie puede vivir muchos años de forma silvestre, en cultivo no suele mantenerse más de 2-3 años, si bien lo habitual es que se maneje como cultivo anual.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Como se indicó al inicio se cultivan dos variedades de esta especie: var. *azoricum* (Miller) Thell. que presenta grandes vainas foliares que se consumen después de haber sido blanqueadas, y var. *dulce* Battand. & Trabut. que es la cultivada por sus aceite esencial de uso medicinal y condimentario desde la cultura Micénica (1300 años AC.).

Dentro de la variedad de uso hortícola existen numerosas variedades de cultivo.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, lípidos, cumarinas, -sitosterol,

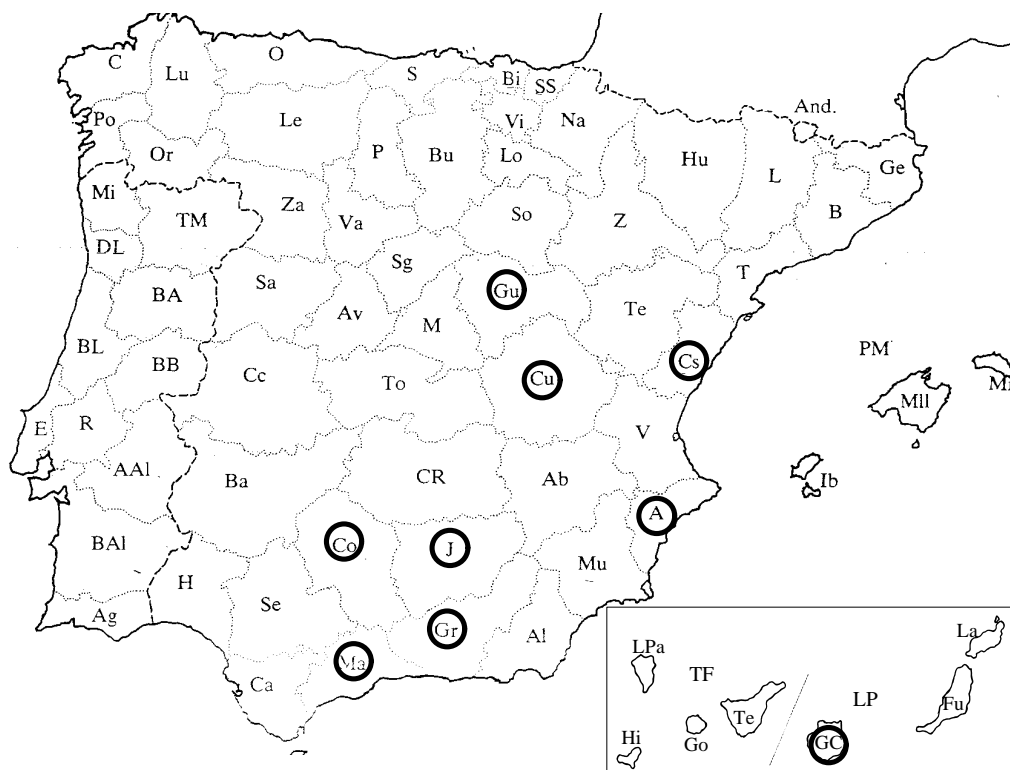
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- FOENICULUM VULGARE Miller</p>
<p>b.- Principios activos</p> <p>Aceite esencial (2-6 %) rico en E-anetol, estragol (metilcavicol), fenchona, -pineno, y -felandreno, limoneno.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Los frutos (y su aceite esencial) poseen propiedades antisépticas, antiinflamatorias, aperitivas, aromáticas, estomáquicas, carminativas, espasmolíticas; emenagogas; excitantes; expectorantes, galactógenas, reepitelizantes; diaforéticas y vermífugas. La raíz también se ha usado por sus propiedades diuréticas y digestivas y las hojas tienen propiedades vulnerarias.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Tradicionalmente se usa como carminativo, digestivo y diurético. En algunos sitios se emplea para remediar enfermedades de los ojos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Los frutos secos se usan como condimento; en panadería, para elaborar ciertos tipos de pan. Se pueden consumir los peciolo y vainas foliares como verdura, o en ensaladas.</p> <p>La esencia obtenida por destilación se emplea en licorería (también se usan los frutos para la elaboración de anises; como sustituto del enebro en la elaboración de ginebra. También se han usado las raíces para aromatizar bebidas, como la denominada “sack”).</p> <p>Se utiliza en diversas industrias como la industria farmacéutica, en perfumería y cosmética.</p> <p>En veterinaria en decocción se usa para tratar el meteorismo del ganado bovino y como galactógeno.</p> <p>Se ha usado como ornamental en los jardines romanos.</p> <p>Especie melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El aceite esencial a dosis elevada es irritante del tracto gastrointestinal y puede originar náuseas, vómitos y diarreas; también puede irritar el tracto urinario. Sobre el SNC dosis excesivas pueden producir depresión llegando a estupor y fallos respiratorios o estimulación, con excitación y convulsiones, esto se atribuye a su riqueza en anetol. El aceite esencial y sus extractos son además irritantes de la piel y pueden causar dermatitis de contacto.</p>

3.3.7. Género **Pimpinella**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- PIMPINELLA ANISUM L. (= <i>Anisum vulgare</i> Gaertn.).
NOMBRES VERNÁCULOS.- Amisa; Anís, Anís-belar Anís común, Anís verde; Batafalua, Batafaluga, Batafulaga, Erba-doce; Hierba dulce, Matafaluga, Matahalúa, Matalauba; MATAHAHÜGA, Matalahúva, Matalúa, Simiente dulce, Yerba dulce.
ORIGEN.- De origen euroasiático-zona oriental del Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos. Infusión, tintura, extracto fluido y seco, droga pulverizada, jarabe, aceite esencial. El aceite esencial forma parte de la formulación del elixir paregórico.
ECOLOGIA.- Es una planta herbácea anual, de fenología estival, que alcanza una talla de hasta 60 cm. En los frutos existe una gran variabilidad en su morfología en función de su origen; así el procedente de España e Italia presenta un tamaño mayor y color más claro que el procedente de Alemania y Rusia. Requiere suelos ligeros, frescos, permeables y aptos para regadío; rehusando los suelos muy pesados por poder presentar problemas de encharcamiento. Requiere exposiciones bien soleadas. Altitudinalmente puede alcanzar la cota de 1.000 msnm. La recolección, cuando los frutos están maduros, se realiza en el verano, aproximadamente 4 meses después de la siembra. Se debe efectuar por la mañana para evitar al máximo la pérdida de cosecha debida a la dehiscencia de los frutos en los momentos de mayor temperatura, además es cuando el contenido en aceite esencial es máximo. Su esencia es competidora de la del anís estrellado (<i>Illicium verum</i> Hook.); si bien este último es de peor calidad y de menor precio. El anís de mejor calidad en aceite esencial es el de España, seguido del de Malta.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PIMPINELLA ANISUM* L. (= *Anisum vulgare* Gaertn.).

DISTRIBUCIÓN.- En España no aparece de forma espontánea



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, lípidos, resina, flavonoides, cumarinas, triterpenos.

b.- Principios activos

Aceite esencial (2-3 %) que contiene mayoritariamente E-anetol y menos de un 0,5 % de su isómero Z-anetol, junto con estragol (metilcavicol) y trazas de aldehído y cetona anísicos e hidrocarburos terpénicos.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Aperitivas, aromatizantes, carminativas, eupépticas, digestivas; diuréticas; emenagogas; espasmolíticas; expectorantes; galactógenas y sudoríficas. El E-anetol presenta una toxicidad aguda no muy importante, la del isómero Z es mayor (se considera como dosis diaria aceptable para el hombre de Z-anetol: 2,5 mg/kg). Estudios realizados en ratón han mostrado que el estragol puede inducir cáncer hepático, no así el anetol como se ha demostrado en experimentación animal.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Carminativo, digestivo y expectorante. Para estimular la secreción láctea y regular la menstruación.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **PIMPINELLA ANISUM L.** (= *Anisum vulgare* Gaertn.).

OTROS USOS.-

Especie condimentaria cuyos frutos son correctores del sabor. En licorería se utiliza ampliamente en toda la cuenca del Mediterráneo para aromatizar aguardientes (anisete, “pernod”, “pastis”, “sassolino”, “sambuca”, etc.) y en especial en España (solo o en mezclas con otras especies). El aceite esencial se emplea en confitería y en la fabricación de caramelos como aromatizante..

Las hojas frescas se pueden consumir para aromatizar salsas y sopas..

Los frutos y su aceite esencial se utilizan en cosmética, perfumería y jabonería (pastas dentífricas).

En veterinaria se usa como antiparasitario.

El anetol, componente mayoritario de la esencia, se puede preparar en la actualidad por síntesis. Las tortas (frutos después de extraído el aceite esencia), se pueden emplear para alimentación del ganado ya que poseen valor nutritivo, lo mismo ocurre con la mayoría de los frutos de umbelíferas.

TOXICIDAD.-

El aceite esencial a dosis elevada es irritante del tracto gastrointestinal y puede originar náuseas, vómitos y diarreas; es también irritante del tracto urinario. Sobre el SNC dosis excesivas pueden producir depresión llegando a estupor y fallos respiratorios, o estimulación, con excitación y convulsiones, esto se atribuye a su riqueza en anetol. El aceite esencial y sus extractos son además irritantes de piel y pueden causar dermatitis de contacto.

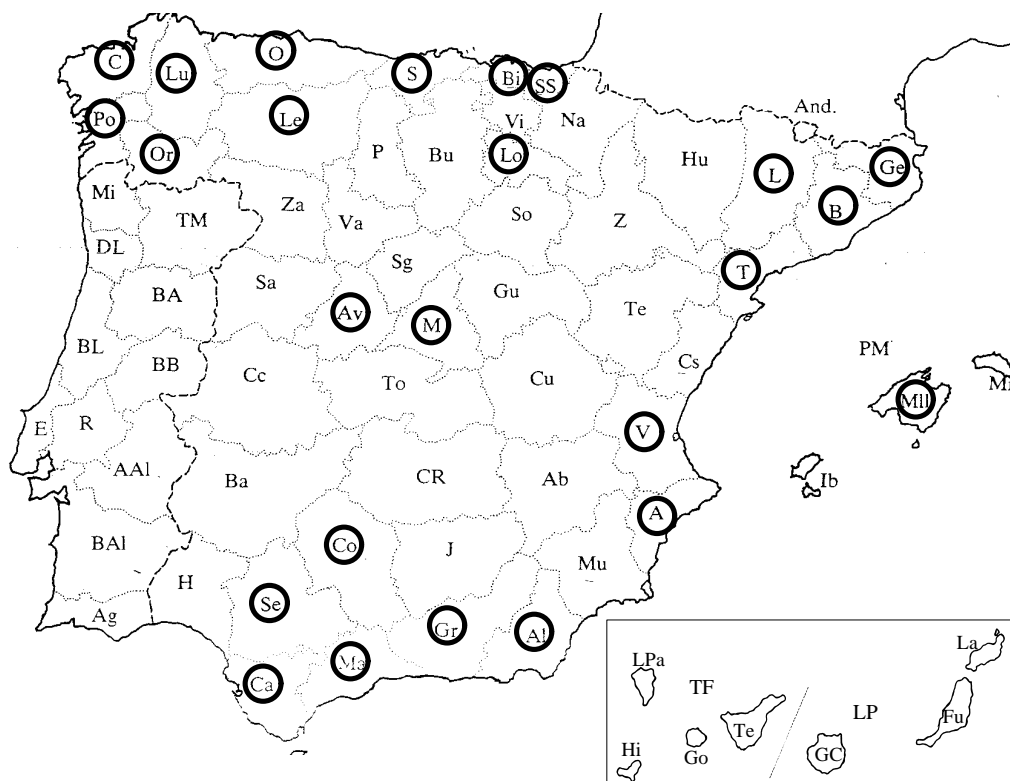
3.4. Familia **Lauraceae** (Lauráceas)

3.4.1. Género **Laurus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- LAURUS NOBILIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Bacalia, Bager, Chorin, Ereintzarr, Ereintza, Ereño, Ereñotz, Ereñotza, Eriñotz, Eriontz, Erramu, Erramua, LAUREL, Laurel común, Loureiro, Louro, Llaurer, Llor, Llorel, Llóreo, Lloreólo, Llorer.
ORIGEN.- Mediterráneo. Se conoce el laurel desde la antigüedad, estaba consagrado a Apolo y era símbolo de gloria.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos y hojas. Infusión, decocción, tintura, alcoholato, pomada, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Arbolillo o árbol de 5-10 m de altura, de hoja perenne que florece a finales de invierno y primavera, madurando sus frutos a principios del otoño. Vegeta sobre todo tipo de suelos, pero para alcanzar un buen desarrollo los requiere sueltos y con cierto grado de humedad. Prefiere climas templados o templado-cálidos. En general la mayoría de los que aparecen “espontáneamente” han sido plantados o proceden de semillas de laureles cultivados. Soporta muy bien la poda y el recorte.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *LAURUS NOBILIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

En Canarias crece la especie *Laurus azorica* (Seub.) Franco (= *L. canariensis* W.B.), con hojas más anchas y de olor más suave, el cual forma parte del “monte verde” (Laurisilva).

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Aceite fijo (frutos), taninos.

b.- Principios activos

El fruto contiene aceite esencial rico en derivados terpénicos: cineol, linalol, geraniol, etc.

La hoja contiene 1-3 % de aceite esencial rico en cineol, contiene también linalol y eugenol, lactonas sesquiterpénicas; alcaloides isoquinoleínicos (semejantes a los del boldo).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antirreumáticas, rubefacientes, antisépticas, balsámicas, emenagogas, espasmolíticas, carminativas, eupépticas, tónico digestivas y parasiticidas.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- LAURUS NOBILIS L.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Se emplea como antirreumático.</p>
<p>OTROS USOS.- Las hojas contienen un aceite esencial en glándulas en el parénquima lagunar y en el nervio medio, por el cual se usan como condimentarias y medicinales. Este aceite esencial también se acumula en la corteza y en las flores; en el fruto y semillas se almacena aceite graso. El aceite esencial se usa en licorería y en perfumería. También se emplea en cosmética en productos de higiene facial o del cabello y como relajante en baños de hierbas. En jabonería se ha empleado el aceite graso de sus frutos. Tiene propiedades insecticidas como pediculicida (aceite graso de sus frutos) y parasiticida de uso en veterinaria y como repelente de insectos el aceite esencial. La madera se ha usado para ahumar carnes y quesos. Se usa como ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.- Las hojas a grandes dosis son venenosas ya que el aceite esencial y la pequeña cantidad de alcaloides ejerce una acción tóxica sobre el sistema nervioso. En ciertas personas puede provocar dermatitis y fotosensibilización. No confundir con hojas de forma similar de otras especies.</p>

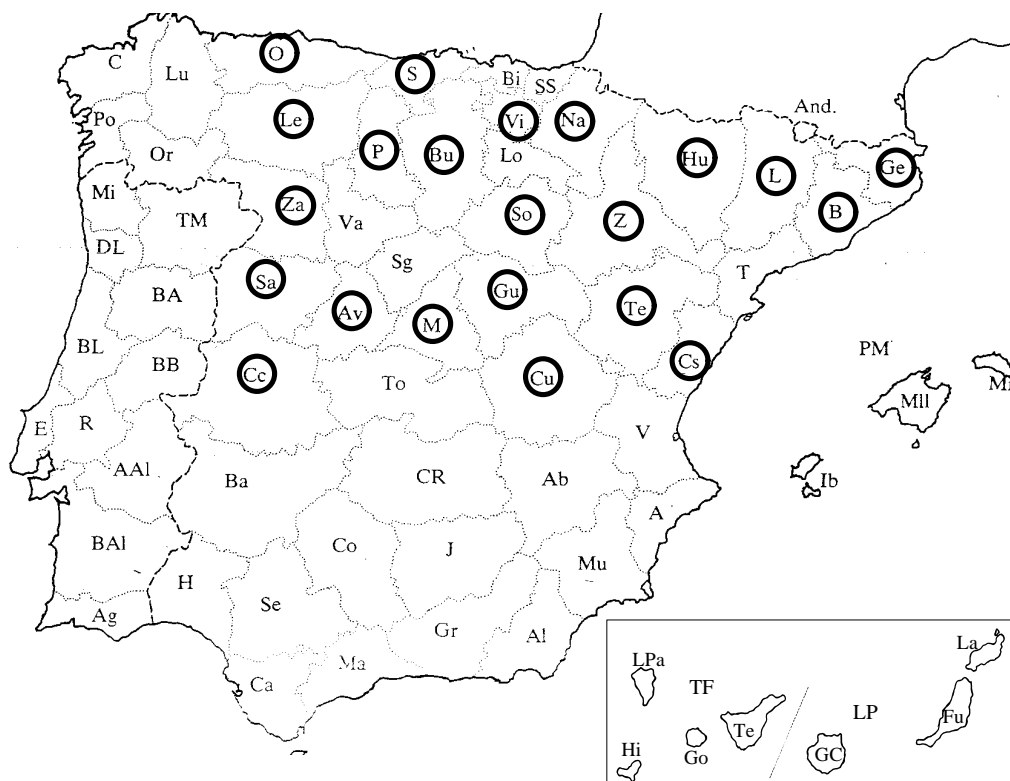
3.5. Familia **Ranunculaceae** (Ranunculáceas)

3.5.1. Género **Aconitum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ACONITUM NAPELLUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Acónit, ACÓNITO, Alarguntsa belarr, Anapelo, Anapelo azul, Belarr pozoidun, Casco de Júpiter, Escanyallops, Hábito del diablo, Herba tora, Herba verinosa, Irabedarr, Irabelarr, Matallops blau, Matalobos, Matalobos azul, Matalobos de flor azul, Nabillo del diablo, Napelo, Otseria, Pozoiduna, Siuet, Sivet, Sorribelharr, Tora, Tora blava, Vedegambre, Vedegambre azul, Verdegambre azul, Xinet.
ORIGEN.- Europa Central.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíces, (ocasionalmente las hojas) Extracto hidroalcohólico, tintura, droga pulverizada. Con el extracto se preparan pomadas y ungüentos.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, de tallo erecto que llega a alcanzar una altura de hasta 150 cm e incluso mas. Se multiplica vegetativamente por medio de rizomas napiformes. Florece en verano. El acónito es una planta de montaña, apareciendo de forma espontánea en los prados, lugares frescos y nitrificados. Altitudinalmente se implanta entre los 400-600 y 1400-2.700 m en función de la subespecie de que se trate, si bien parece ser que los mayores contenidos en alcaloides se consiguen entre los 1.000 y los 1.400 m. Las condiciones de suelo que se requieren para su cultivo son similares a las de su hábitat natural, esto es suelos ligeros, profundos, bien drenados y frescos o húmedos; en cuanto a pH, el acónito se adapta a suelos desde silíceos ligeramente ácidos a suelos calcáreos con reacción ligeramente básica. En cultivo la recolección de las hojas se realizará a partir del segundo año, en el momento previo a la floración, o en floración. El contenido en alcaloides disminuye a lo largo del día. Si la recolección es de las raíces conviene que se haga al final del ciclo de cultivo, a finales del tercer o cuarto año, ya que es cuando el rendimiento en tamaño es máximo; en alguna ocasión se recoge a finales del primer año. El contenido en aconitina en la raíz aumenta con la edad y es máximo cuando el tallo está a punto de florecer. La planificación de la recolección de las raíces nos va a determinar la duración de cultivo de esta especie, que de forma natural es como ya se ha dicho vivaz. Su manejo y manipulación exige del máximo cuidado y precaución.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ACONITUM NAPELLUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

En esta especie se incluye un grupo de formas muy complejo y variable, en el que se distinguen, de forma provisional las siguientes subespecies:

subsp. *vulgare* Rouy & Fouc. (se presenta entre los 1.400-2.700 m, excepcionalmente a los 600 m).

subsp. *lusitanicum* Rouy. (se implanta entre los 400 y los 1.500 m); y

subsp. *castellanum* Molero & Blanché (se implanta entre los 1.200 y 1.400 m).

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Glúcidos (50-60%), sobre todo almidón, ácidos orgánicos (principalmente ácido aconítico), colina, trigonelina.

b.- Principios activos

Alcaloides terpénicos, principalmente aconitina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antineurálgicas, analgésicas, antitusivas, descongestionantes, febrífugas, vasoconstrictoras.

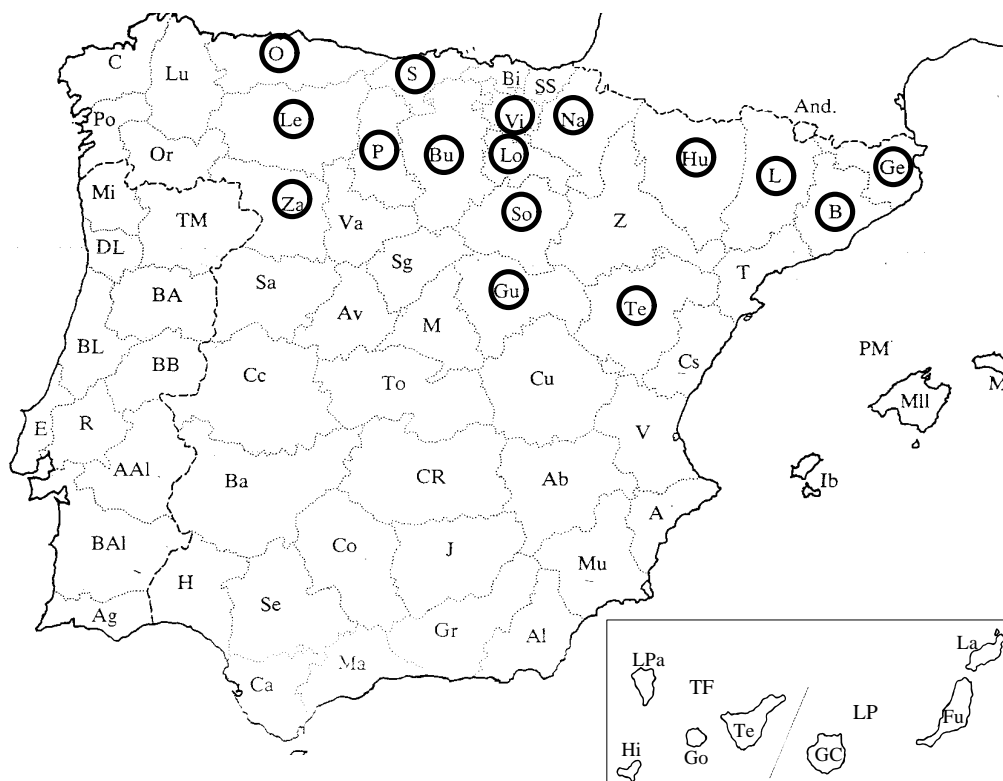
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>ACONITUM NAPELLUS L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Planta muy tóxica conocida como tal desde la remota antigüedad y también desde antiguo (Asia) empleada como analgésico, antiinflamatorio, febrífugo, etc. Utilizada en el tratamiento de neuralgias del trigémino. La tintura se emplea en uso local en enjuagues bucales.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Es una planta tan sumamente tóxica que no se recomienda su utilización, no obstante se consumen sus raíces. En este sentido parece existir una relación entre el contenido en principios activos y la temperatura de la zona donde crece de tal forma que a mayor temperatura mayor concentración, podría ser por tanto que en condiciones muy frías, por ejemplo Laponia, se pudiera consumir tanto los tallos tiernos como las raíces sin que se produjera envenenamiento.</p> <p>También se ha usado como ornamental por el colorido de sus flores, no obstante no es aconsejable por su toxicidad.</p> <p>Se utilizó en la antigüedad para eliminar alimañas e incluso para ajusticiar a condenados.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Planta EXTREMADAMENTE TÓXICA por sus alcaloides; se ha relacionado recientemente algún caso de consumo, intoxicación y muerte producida por utilización indebida de esta especie. Bastan 10-12 gramos de raíces para producir la muerte de un adulto. La intoxicación se manifiesta por una sensación de hormigueo en labios y lengua que continúa en la garganta, cara y miembros. Posteriormente se presentan trastornos digestivos, neurológicos y cardíacos, sobreviniendo la muerte por parada respiratoria. Se recomienda no utilizar en uso interno.</p> <p>Una dosis de 1 mg de aconitina, principio activo del acónito, resulta mortal en un plazo inferior a las dos horas.</p>

3.5.2. Género **Pulsatilla**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- PULSATILLA RUBRA Delarbre (= <i>P. vulgaris</i> Miller; <i>Anemone pulsatilla</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Flor del vent, Flor del viento, Hierba del viento, Pulsatil-la, PULSATILA, Pulsatila común, Pulsatilla.
ORIGEN.- Europeo
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y flores. Alcoholaturo, extracto acuoso y alcohólico, droga pulverizada, agua destilada.
ECOLOGIA.- Planta herbácea vivaz acaule, con rizoma grueso, con tallos aéreos de hasta 40 cm de altura. Florece en primavera. Se desarrolla en las laderas soleadas y en los prados de diente de los Pirineos, Montes de León y Sistema Central. Aparentemente precisa suelos silíceos (acidófila). Altitudinalmente se instala entre la mitad superior del piso basal y el piso montano (400-1.500 m). Esta especie soporta bastante mal la domesticación y de hecho en algunas zonas recurren para su cultivo al trasplante de plantas jóvenes nacidas de forma espontánea. El cultivo normalmente solo dura un año, a veces dos. Se explota la totalidad de la planta, incluidas las partes subterráneas, que se recolectan durante la floración.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PULSATILLA RUBRA* Delarbre (= *P. vulgaris* Miller; *Anemone pulsatilla* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Con fines medicinales también se han usado las siguientes especies del género *Anemone*: *A. hepatica* L.; *A. nemorosa* L.; y *A. palmata* L. Este género también se usa con fines ornamentales.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Antocianos, resina, taninos.

b.- Principios activos

Lactonas insaturadas: protoanemonina, anemonina (la protoanemonina procede de un heterósido, la ranunculina, que por hidrólisis enzimática da lugar a glucosa y protoanemonina que es un producto sumamente vesicante).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antibacterianas, antitusígenas, antiespasmódicas sobre todo en el ámbito uterino, diaforéticas, expectorantes, febrífugas, vesicantes. Indicado en tos espasmódica, en amenorreas, dismenorreas.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- PULSATILLA RUBRA Delarbre (= <i>P. vulgaris</i> Miller; <i>Anemone pulsatilla</i> L.)</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Como antibacteriano, vesicante en fresco, en el tratamiento de reglas dolorosas, tratamiento sintomático de la tos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Tiene una amplia utilización homeopática. Se usa como planta ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La planta fresca puede producir dermatitis de contacto alérgicas debido a su contenido en protoanemonina que también puede originar pérdida de sensibilidad y depresión de los centros nerviosos que regulan la respiración y el corazón por lo que da lugar a desórdenes respiratorios y cardiacos, al desecar se transforman dichos compuestos.</p>

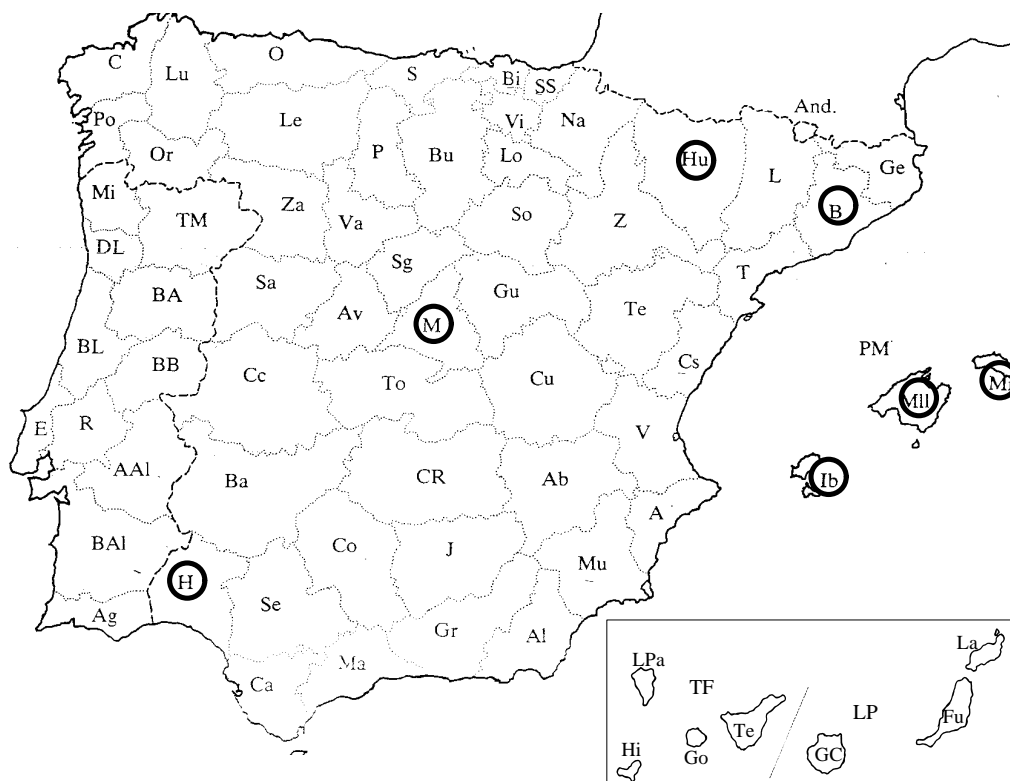
3.6. Familia **Papaveraceae** (Papaveráceas)

3.6.1. Género **Eschscholzia**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ESCHSCHOLZIA CALIFORNICA Cham.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Amapola de California.
ORIGEN.- Sudoeste de los Estados Unidos
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Parte aérea. Infusión, extracto seco y fluido, tintura, planta pulverizada.
ECOLOGIA.- Es una especie anual o perennante, de hasta 60 cm de altura. De origen americano pero que se ha naturalizado en el centro y sur de Europa. En España aparece de forma espontánea de manera muy aislada como ruderal, en bordes de caminos y en medios alterados. Si se trata de poner en cultivo se pueden aplicar las características comentadas para la amapola.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ESCHSCHOLZIA CALIFORNICA* Cham.

DISTRIBUCIÓN.- De forma aislada en algunas zonas, escapada del cultivo.



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

E. mexicana E. Green es usada en Arizona como planta indicadora de cobre.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Heterósidos cianogénéticos, flavonoides, fitosteroles, carotenoides.

b.- Principios activos

Alcaloides isoquinoleínicos: pavinas (escolcina, californidina, etc.), protopinas (alocriptopina, protopina), aporfinas (laurotetanina, N-metil-laurotetanina, etc.), benzofenantridinas (sanguinarina, celeritina, etc.), protoberberinas y bencilisoquinoleínas. Las benzofenantridinas se encuentran principalmente en las raíces y solo como trazas en las partes aéreas.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Analgésicas, diaforéticas, espasmolíticas, sedantes, ansiolíticas y somníferas. Indicada en neuropatías infantiles y de adultos, y enuresis nocturna. La protopina es antiespasmódica; alocriptina y alcaloides semejantes se comportan como antifibrilantes, bradicardizantes.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ESCHSCHOLZIA CALIFORNICA Cham.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las hojas son consumidas como verdura por los indios de U.S.A. de donde es originaria.</p> <p>Su látex incoloro es ligeramente narcótico y ha sido usado por los indios para tratar los dolores de muelas.</p> <p>Es ampliamente utilizada como ornamental, de hecho existen numerosos cultivares para este fin.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Contiene alcaloides tóxicos, si bien los ensayos de toxicidad aguda y subaguda en rata <i>per os</i>¹, efectuados con droga pulverizada, no han mostrado toxicidad. Contraindicada en glaucoma.</p>

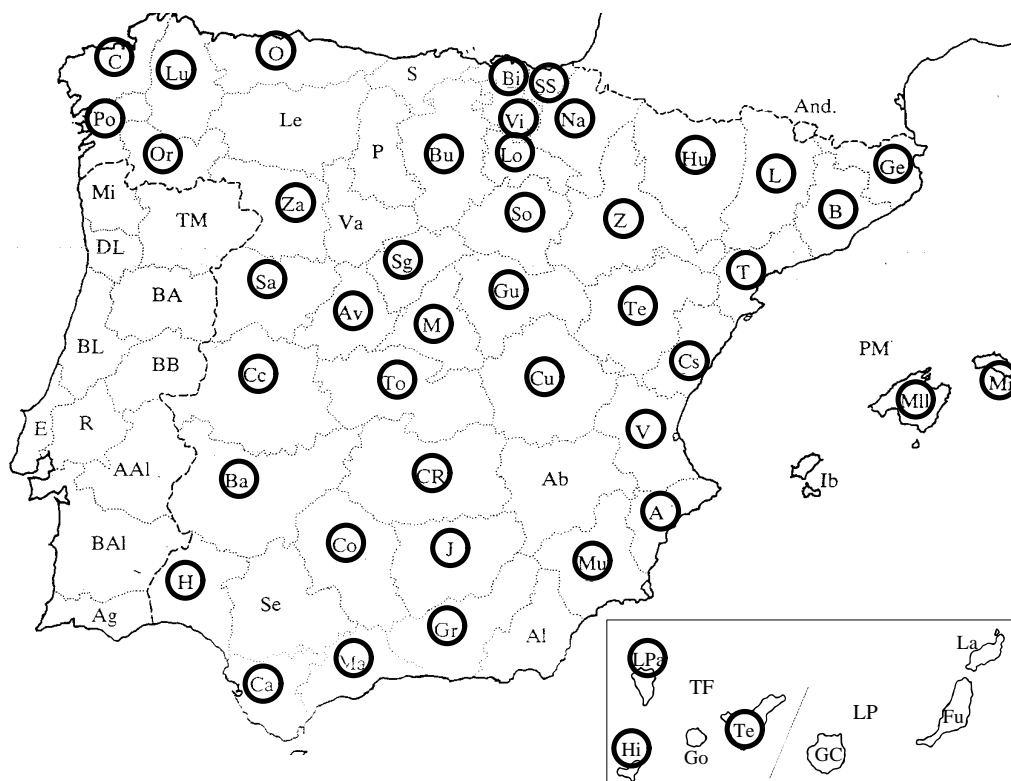
¹ *Per os*: Por vía oral

3.6.2. Género **Chelidonium**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CHELIDONIUM MAJUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Ainhara-belarr, Añara-belarr, Biper-belarr, Caractxo, Cedronha, Celedonia mayor, CELIDONIA, Celidonia mayor, Celidueña, Cerigüeña, Ceruda, Ciridueña, Cirigüeña, Cirigüeya, Elaya-belarr, Enada-belarr, Enada-belarra, Erva-andorinha, Erva-das-verrugas, Golondrinerá, Herba berruguera, Herba d'a anduriña, Herba d'oronetes, Herba de anduriña, Herba de aurenetas, Herba de les berrugues, Herba de les oronetes, Herba dells ulls, Hierba de la/s golondrina/s, Hierba verruguera, Hirundinaria, Kalitxa-belarr, Laceruda, Leitaria, Pasma bedarr, Piko-belarr, Quitaverrugas; Yerba de las golondrinas; Yerba de la golondrina en Europa, Yerba golondrina, Zaladoña, Zaramubelarr, Zaran, Zaran-belarr, Zarandona-belarr, Zelindona.
ORIGEN.- Euroasiático
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Planta entera y látex. Infusión, extracto fluido, droga pulverizada. El látex fresco por vía tópica.
ECOLOGIA.- Planta herbácea vivaz, con tallos de hasta 80-100 cm de altura y con floración en primavera y verano. Es una planta poco exigente en cuanto a suelos, propia de zonas umbrosas y frescas, si bien prefiere los suelos calizos y si es en cultivo es recomendable que el suelo sea fresco, o en regadío y que sea fértil. Altitudinalmente se sitúa en los mismos pisos que la amapola, es decir, en los pisos basal (preferentemente) y montano (0-1600 m), con la misma particularidad que la especie anterior en cuanto a su disminución de concentración de alcaloides a cotas elevadas. Es una especie vivaz que a partir del tercer año inicia su decrepitud, por lo cual la duración normal del cultivo será de 1-2 años. La recolección de la parte aérea se realiza al inicio de la floración o poco antes; la de las partes subterráneas al principio del otoño. La concentración en alcaloides en la parte aérea disminuye a lo largo del día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CHELIDONIUM MAJUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos quelidónico, málico, cítrico, etc.

b.- Principios activos

Alcaloides: derivados de la fenantridina (quelidonina, queleritrina y sanguinarina); protopina, berberina, etc.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Citotóxicas, antivíricas; diuréticas, coleréticas, espasmolíticas, antitusivas, expectorantes, antiasmáticas, hipoglucemiantes, febrífugas, purgantes, narcóticas y sedantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se emplea para el tratamiento de las verrugas, callosidades, durezas, etc. En oftalmías.

OTROS USOS.-

Se emplea en homeopatía como tintura.

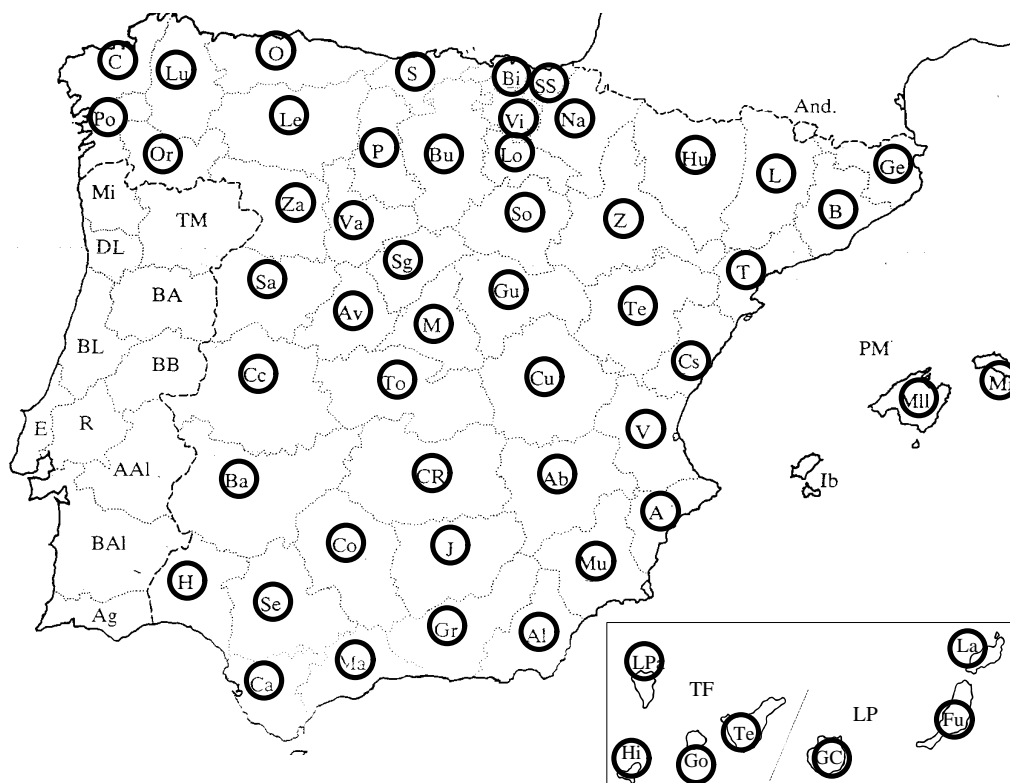
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CHELIDONIUM MAJUS L.</i></p>
<p>El látex se usa, por su causticidad, para la eliminación de verrugas, callos, etc., aplicándolo directamente sobre los mismos.</p> <p>En licorería se utilizó en la elaboración del licor denominado “Fernet”.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La planta es más tóxica que las fracciones alcaloídicas. El látex es muy caustico, en especial sobre las mucosas. No es recomendable su uso interno y si fuera necesario, no deberá emplearse en tratamientos prolongados, puesto que por su contenido en alcaloides puede provocar efectos indeseables (somnolencia, parálisis de terminaciones nerviosas y bradicardia) e incluso se considera que su administración continuada puede tener efectos oncogénicos.</p>

3.6.3. Género **Papaver**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- PAPAVER RHOEAS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Ababol, Ababol común, Ababolera, Abiboli, Abibollo, Amapol, AMAPOLA, Amapola común, Babols, Badabadoc, Beril, Cacarequec, Cascall salvatje, Coquerecoc, Fraile, Gall, Gallaret, Gallo, Gamapola, Kataza, Kukubelarr, Lobedarr, Lobelarr, Lobelarra, Mapola, Maripola, Melingorri, Mikelete, Mixoleta, Monaguillo, Monja, Pamplosa, Paparota, Papoula-ordinária, paramá, parrapus, peperep, pepiripips, pipirigallo, pipiripip, Pipirreta, Pipirringo, Pipirrita, Pitxilote, Pitxoleta, Polla, Pollo, Quequerequec, Quicaraqic, Quiquiriquí, Quiquiric, Roella, Rosella, Rosello, Rosillas, Ruella, Ruello.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Pétalos. Infusión, extracto fluido, jarabe.
ECOLOGIA.- Planta herbácea anual, con tallos de hasta 80 cm de altura, de floración en primavera y verano. En cuanto a suelos es poco exigente, adaptándose a la práctica totalidad (en condiciones silvestres es una mala hierba de los cereales), y en condiciones de secano. No obstante si se piensa poner en cultivo se recomienda la elección de unas condiciones en las que no haya riesgo de sequía para la nascencia y, sobre todo, durante el periodo de floración. Altitudinalmente se sitúa en los pisos basal (preferentemente) y montano, si bien reduce el contenido en alcaloides a cotas elevadas. En general el género <i>Papaver</i> forma parte con varias especies (<i>Papaver rhoeas</i> L., <i>P. hybridum</i> L., <i>P. dubium</i> L., <i>P. argemone</i> L.) de la composición del cortejo florístico de malas hierbas que entran en los cultivos típicos de invierno y primavera.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PAPAVER RHOEAS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Existen cultivares de flores dobles.

Es una especie muy polimorfa de la que se han descrito muchas variedades entre otras: var. *subintegrum* Lange; var. *agrivagum* (Jordan) G. Beck.; var. *strigosum* Boenn.; var. *trichocarpum* Pamp.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Papaver somniferum L. (de origen euroasiático; Adormidera, Adormidera común, Amapola real, Cascall, Dormideira, Dormideira das boticas, Dormidera, dormidera común, herba dormidora, Lobedarr, Lobelarr, Pabe, Papaver blanco y prieto, Pintacoques, Urruneder), cultivada en el medio y extremo Oriente para la obtención de alcaloides de uso en terapéutica como potentes analgésicos y antitusígenos (el látex, opio, puede contener hasta 25 alcaloides diferentes, siendo los principales: morfina (10-12%), codeína, tebaína, narceína, noscapína y papaverina. La heroína o diacetil morfina se obtuvo por hemisíntesis de la morfina. Se distingúan distintos tipo de opio en función de su procedencia (opio chino, egipcio, indio, persa y turco), en la actualidad únicamente se puede cultivar adormidera para obtención de opio de forma lícita en la India. La adormidera puede cultivarse legalmente en diversos países, entre ellos España, para la obtención de alcaloides a partir de la paja de adormidera; también para la obtención de las semillas, las cuales no contienen alcaloides y pueden usarse en pastelería. Existen distintas variedades que se pueden agrupar en dos grandes grupos en función de su uso: “Glabra” usadas para la extracción de drogas medicinales, y “Alba” usadas para la obtención de opio para fumar.

Las semillas no contienen alcaloides, tienen hasta un 40 % de aceite. Se usan en alimentación humana en la

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- PAPAVER RHOEAS L.</p>
<p>elaboración de pan como decoración, así como en la elaboración de salsas, y el aceite en sopas y aliños de ensaladas. El aceite (aceite secante) también se usa con fines industriales como en la fabricación de pinturas y barnices. En India se usa el aceite para iluminación utilizándolo como combustible. Para la obtención del aceite se prefieren las semillas blancas frente a las de color. La torta de extracción del aceite se usa como alimento para el ganado. Las semillas también se usan como alimento para pájaros.</p> <p>Desde el punto de vista botánico esta especie se compone de dos subespecies: a) subsp. <i>setigerum</i> (DC) Arcangeli, especie arvense o ruderal, propia de eriales, cultivos o escombreras, que en España esta presente en la Región mediterránea y Macaronesia; y b) subsp. <i>somniferum</i> (quizá originada a partir de la subsp. anterior), es la subsp. dedicada al cultivo.</p> <p><i>Papaver bracteatum</i> Lindley (Originario del occidente asiático) Se usa como fuente comercial de codeína a partir de tebaína. Esta especie no contiene morfina.</p> <p><i>Papaver orientale</i> L. (originario del sudoeste asiático) se usa como especie ornamental. Hay numerosos cultivares (híbridos de <i>Papaver orientale</i>) para uso ornamental (cv. 'Bagdag'; cv. 'King George'; cv. 'Marcus Perry', cv. 'Pasteque'; cv. 'Perry's White'; cv. 'Salmon Glow').</p>
<p>COMPOSICIÓN QUÍMICA.-</p> <p>a.- General</p> <p>Almidón, gomas, antocianósidos, taninos.</p> <p>b.- Principios activos</p> <p>Alcaloides isoquinoleínicos: roeagina, roeaginina, roearubinas I y II. Mucílagos.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Bélicas, emolientes, expectorantes, espasmolíticas, sedantes y ligeramente narcótica. Indicada en trastornos menores del sueño y en eretismo cardíaco.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>En el tratamiento de la tos, así como para facilitar el sueño en forma de infusión o jarabe.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Los pétalos se han usado como fuente de tinte rojo para colorear vinos y medicinas. También se usan para teñir lanas.</p> <p>Las semillas tienen alcaloides en mayor concentración que los pétalos, y se usan en la industria farmacéutica, así como las cápsulas. Las semillas se han empleado también para la obtención de aceite y como condimentarias.</p> <p>Las plantas muy jóvenes se han consumido en ensalada.</p> <p>Se ha usado como ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Como todos los miembros de la familia <i>Papaveraceae</i> presenta alcaloides (en general se considera que no contiene morfina) por lo que pueden provocar efectos indeseados, recomendándose ser cuidadoso en su uso, y no usar de forma continua, así como no usar las semillas.</p>

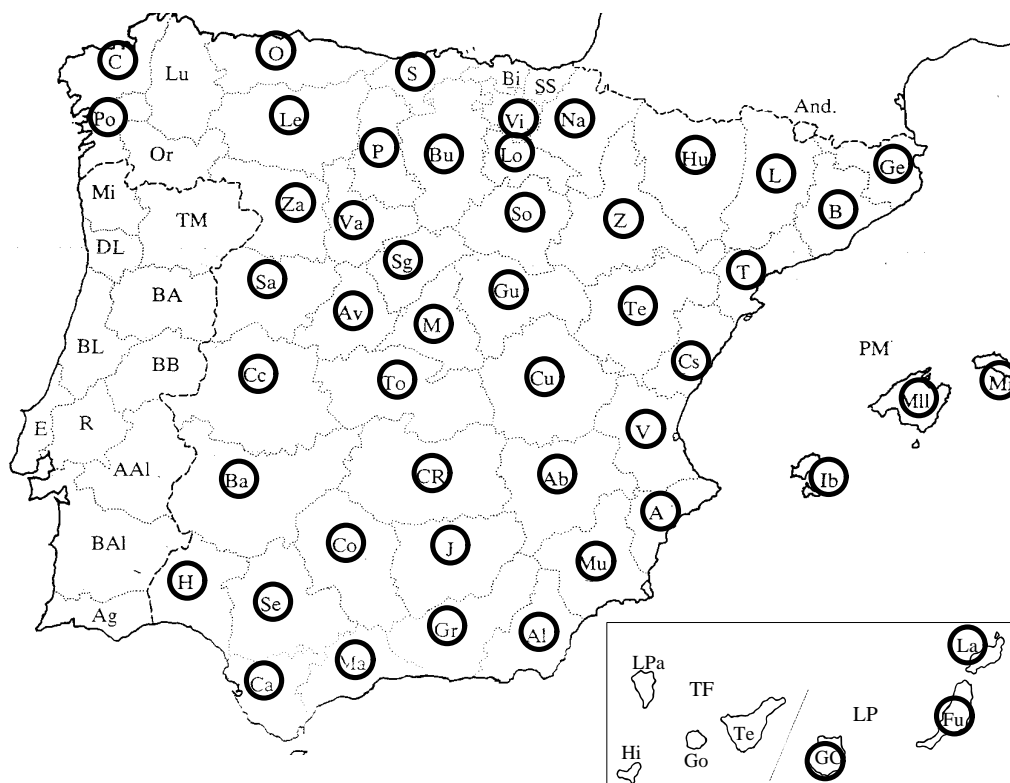
3.7. Familia **Fumariaceae** (Fumariáceas)

3.7.1. Género **Fumaria**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- FUMARIA OFFICINALIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Camisitas del Niño Jesús, Capa de reina, Colomina, Colomina herba dels innocents, Collcolom, Conejillos, Erva-molarinha, Erva-pombinha, Filomosterro, FUMARIA, Fumaria oficial, Fumaterra, Fumdeterra, Fumilisterra, Fumisterra, Fumisterre, Fumosterre, Fumoterra, Fumusterra, Gallerets, Gallocreste, Gitanillas, Gitanillos, Herba de colom, Herba de fum, Herba dels innocents, Herba do fogo, Herba dona, Hierba del conejo, Julivert bord, Malafojo, Matafojo, Molarinha, Negakin, Palomilla, Palomilla común, Palomina, Pañalitos del Niño Jesús, Pe de galiña, Peixol de can, Penets de Nostre Senyor, Peunets, Píxel de can, Sangre de Cristo, Zapaticos, Zapaticos del Niño Jesús.
ORIGEN.- Europeo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Planta florida. Infusión, extracto seco y fluido, zumo.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual, de floración fundamentalmente en primavera y verano, que puede llegar a alcanzar una talla de hasta 40 cm. Se desarrolla bien en terrenos áridos, campos, cunetas, y como mala hierba en los cultivos de cereales. Para su cultivo se deben seleccionar suelos con unas condiciones que sean favorables para asegurar la producción.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *FUMARIA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Desde el punto de vista botánico existen dos subespecies: a) subsp. *officinalis*; y b) subsp. *wirtgenii* (Koch) Arcangeli, de las que la primera tiene una presencia más frecuente y con un área de distribución más amplia en España.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales potásicas, principios amargos, taninos, resina, ácido fumárico.

b.- Principios activos

Alcaloides derivados de la isoquinoleína: protoberberinas (aurotensina, estilopina, etc.), espirobencilisoquinoleínas (fumaricina, fumarilina), indenobenzoacepinas (fumaritrina, fumaritridina, fumarofina), benzofenantridinas (sanguinarina) y protopinas (protopina, criptopina). Ácidos fenólicos; flavonoides.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiarrítmicas, cardiotónicas, hipotensoras, antiasmáticas, antihistamínicas, antiinflamatorias, espasmolíticas; antibacterianas; colagogas, coleréticas, digestivas, depurativas, diuréticas y laxantes.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>FUMARIA OFFICINALIS L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Depurativo, diurético, laxante y estimulante biliar. En erupciones cutáneas y en lociones oculares en casos de conjuntivitis.</p>
<p>OTROS USOS.- Las hojas han sido usadas para la elaboración de tintes verdes y amarillos.</p>
<p>TOXICIDAD.- La droga parece carecer de toxicidad. Los ensayos de toxicidad aguda y subaguda efectuados en rata, vía oral, muestran ausencia de manifestaciones tóxicas. De todas formas, esta especie contiene alcaloides por lo que se recomienda que los tratamientos no sean largos y no sobrepasar las dosis recomendadas.</p>

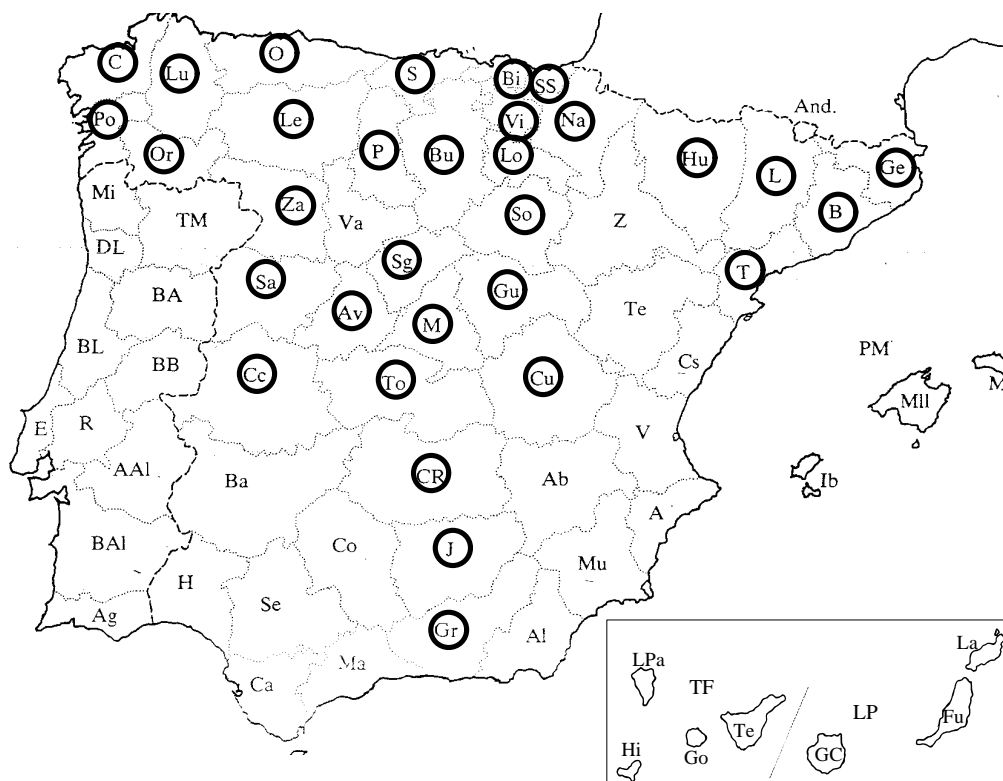
3.8. Familia **Betulaceae** (Betuláceas)

3.8.1. Género **Betula**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- BETULA PENDULA Roth. (= <i>Betula verrucosa</i> Ehrh.; <i>B. alba</i> auct.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- ABEDUL, Albar, Aliso blanco, Bec, Bedoll, Bedul, Bedut, Bes, Biezo, Bido, Bidro, Bidueiro, Biduo, Urkía, Urki-dilindaría, Urrki.
ORIGEN.- Europeo, extendiéndose hacia las zonas templadas de Asia.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas. (También puede utilizarse la corteza y yemas y savia). Infusión, decocción (corteza, yemas), extracto seco y fluido, tintura, jarabe, jugo de savia.
ECOLOGIA.- Arbol de hasta 30 m de altura, de hoja caduca, que florece en primavera. Especie muy frugal que prefiere suelos sueltos, arenoso silíceos, ácidos y frescos. Los suelos muy secos, compactos o calcáreo básicos le excluyen. Altitudinalmente se sitúa principalmente entre los 1.000 y 2.000 m en la zona norte de la Península, si bien desciende a cotas más bajas en la orla cantábrica. Es una especie que precisa luz y no soporta ser dominado por otras especies. Presenta una reproducción fácil y abundante; puede brotar de cepa.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **BETULA PENDULA** Roth. (= *Betula verrucosa* Ehrh.; *B. alba* auct.)

DISTRIBUCIÓN.- *Betula* spp.



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Betula pubescens Ehrh. - Especie con hábito arbóreo (de hasta 25 m) o arbustivo o subarbustivo. Se implanta y forma parte de matorrales y bosques claros sobre suelos pobres, ácidos y con mucha humedad, en zonas de montaña. En España se encuentra representado por dos subespecies subsp. *celtibérica* (Rothm. & Vasc.) Rivas-Martínez y subsp. *carpatica* (Willd.) Asch. & Graebn. Se ha usado en cestería y carpintería; como ornamentales; en tiempos de penuria se ha usado en alimentación (brotes tiernos, harina de la corteza); en cosmética como la especie precedente y también se le atribuyen propiedades medicinales como a aquella.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos, carotenos, vitamina C.

b.- Principios activos

Flavonoides (hiperósido, rutósido, quercitrósido, etc.), triterpenos (derivados del dammarano y del lupano). Las yemas contienen también flavonoides y aceite esencial. La corteza es rica en compuestos triterpénicos y tiene también taninos.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- BETULA PENDULA Roth. (=Betula verrucosa Ehrh.; B. alba auct.)</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Analgésicas, antiinflamatorias, antirreumáticas, antisépticas, astringentes, cicatrizantes, diuréticas, febrífugas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se emplea como antirreumático y antigotoso.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En cosmética se ha usado la savia y también el aceite esencial que se obtiene por destilación seca de la madera y corteza. Este aceite esencial es usado también por sus propiedades medicinales como antiséptico, contrairritante y revulsivo.</p> <p>La corteza es impermeable y se ha usado en la construcción para formación de techumbres en la construcción.</p> <p>La madera puede utilizarse para la obtención de pasta de papel; también se utiliza para carpintería y ebanistería. Como combustible tiene una potencia calorífica próxima a la del haya y genera un olor balsámico agradable; da un carbón de brasa intensa y duradera por lo que se utiliza en las fraguas.</p> <p>Los tallos jóvenes y ramas se han utilizado en cestería, cordelería y tonelería. Con la corteza de los troncos se han elaborado zapatos, polainas, cestas, esteras, e incluso ropa. Las cortezas, por su contenido en taninos han sido utilizadas para curtir pieles en Rusia.</p> <p>La savia del abedul contiene azúcar (es edulcorante) y se puede consumir sin fermentar o bien fermentada en forma de cerveza o vino de abedul.</p> <p>Es una especie alergógena.</p> <p>En tiempos de hambre se ha hecho harina con la corteza interior, y con ella se ha elaborado pan u otros alimentos.</p> <p>Se ha utilizado como especie tintórea para teñir de diversos colores en función de la forma de uso y de la parte de la planta que se utilice (las hojas tratadas con caliza dan un tinte de color amarillo y si son tratadas con alumbre dan un tinte de color verde).</p> <p>Se usa como ornamental.</p> <p>También parece poseer propiedades insecticidas.</p>

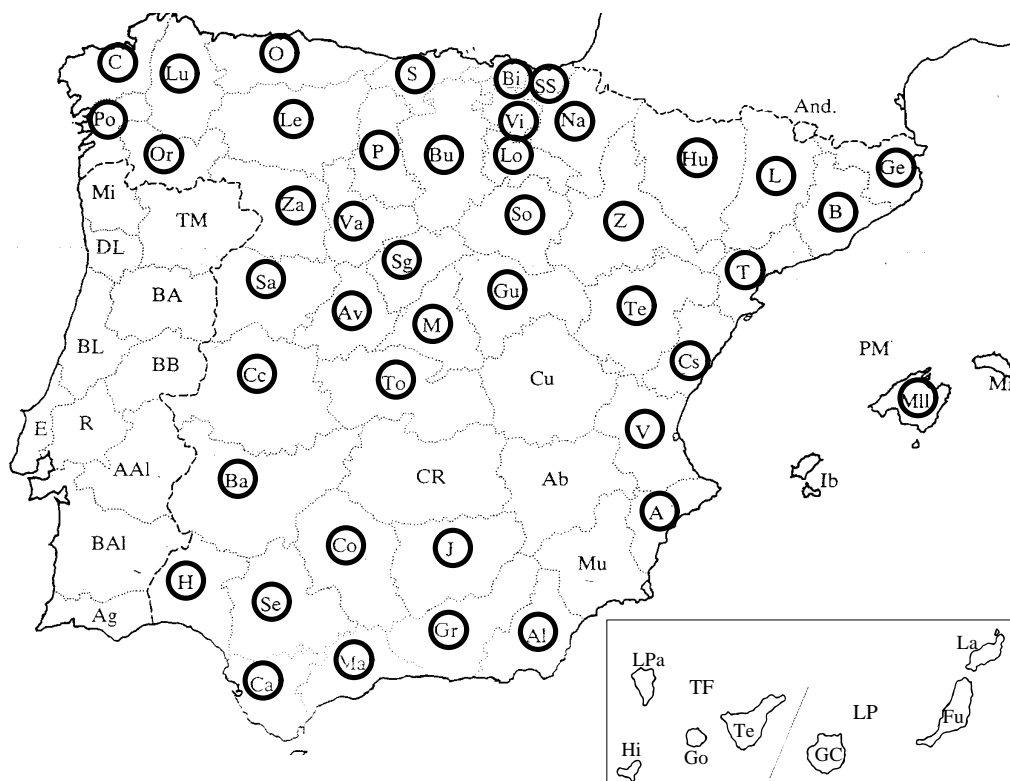
3.9. Familia **Caryophyllaceae** (Cariofiláceas)

3.9.1. Género **Saponaria**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- SAPONARIA OFFICINALIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Albitorna, Albitorno, Bataneira, Concheira, Erva-saboeira, Herba de bugada, Herba sabonera, Herba xabroneira, Herbada, Hierba de bataneros, Hierba jabonera, Hierba lanaria, JABONERA, Pitaigor, Pitzigorka, Sabó de gitana, Saboeira, Saboneta, Saboner, Sabonera, SAPONARIA, Saponària, Saponária, Txabo, Txaboe, Txaboibelarr, Xaboi-belar-senda-karí, Xaboilili, Xaboneira, Yerba jabonera, Zuribelarr.
ORIGEN.- Euroasiático. En la actualidad está naturalizada en Norteamérica.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Rizomas y raíces; también se usan las hojas y las sumidades floridas Decocción, extracto fluido, jarabe.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con tallos subterráneos (rizomas) y tallos aéreos floríferos de hasta 1,2 m si bien su talla media varía entre los 30 y 90 cm. La floración se produce en verano, siendo ésta de muy larga duración. Es una planta muy rústica que en estado espontáneo se sitúa a la orilla de arroyos, en lugares frescos incultos, y en el borde de los caminos o próximo a las edificaciones. No es exigente en cuanto a suelos, si bien para su cultivo le convienen los suelos bien drenados, con preferencia hacia los suelos profundos, fértiles y frescos o húmedos o bajo regadío. Altitudinalmente llega desde el nivel del mar hasta aproximadamente los 1.500-1.600 m. Siendo una planta vivaz, en cultivo suele durar entre 4 y 5 años, si bien esto es función de las condiciones del cultivo, ya que después de un periodo de tiempo la producción empieza a decrecer. Este cultivo acaba con la recolección de los rizomas en el otoño del último año. Mientras tanto y a partir del segundo año (a partir del primero si se ha multiplicado por vía vegetativa) se cosecha la parte aérea, justo antes de la floración, dos veces al año.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SAPONARIA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, aceite esencial, resina.

b.- Principios activos

Saponósidos triterpénicos derivados de la gipsogenina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Balsámicas, béquicas, coleréticas, depurativas, diuréticas, emética, expectorantes, sudoríficas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se conoce desde la antigüedad como, diurético, depurativo y expectorante.

OTROS USOS.-

Se puede usar como planta ornamental.

La propiedad de formar espuma por agitación en medio acuoso es tan importante que queda reflejada en su

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SAPONARIA OFFICINALIS L.*

propio nombre genérico (Sapon-aria), y en gran parte de los nombres vernáculos; esta propiedad hace que tanto las partes subterráneas en rodajas o las hojas hayan sido utilizadas como jabón vegetal incluso para uso personal en el lavado de manos y cara y también como champú.

En cosmética se puede usar para eliminar pequeñas manchas en la piel.

Los tallos y partes subterráneas se han utilizado en la elaboración de algunas cervezas elaboradas sin lúpulo para que puedan generar espuma, si bien dada la toxicidad de las saponinas no es esta una práctica aconsejable.

Del tallo se puede obtener fibra para su uso en la posible elaboración de papel o telas.

En la industria para la elaboración de agentes emulsionantes de las grasas.

TOXICIDAD.-

Como consecuencia del contenido en saponinas no se debe sobrepasar las dosis recomendadas ya que puede producir, por sobredosis o por hipersensibilización individual, irritación de mucosas digestivas y depresión con disminución de la actividad de los centros nerviosos respiratorios y cardíacos.

3.10. Familia **Polygonaceae** (Poligonáceas)

3.10.1. Género **Rheum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>RHEUM OFFICINALE</i> (L.) Baill.
NOMBRES VERNÁCULOS.- RUIBARBO COMÚN, Ruibarbo de la China.
ORIGEN.- Asiático (China y Tibet).
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Rizoma.
ECOLOGIA.- El ruibarbo es una planta herbácea vivaz, con tallos subterráneo (rizoma) por medio del cual se multiplica vegetativamente, y cuyos tallos aéreos llegan a alcanzar una altura de 1,5 m. Florece en primavera. Ninguna de las especies del género <i>Rheum</i> son especies de nuestra flora, por lo que no existen en estado espontáneo en la Península. Sólo se puede conseguir mediante cultivo, siendo el desarrollo del cultivo totalmente compatible con nuestras condiciones climáticas. Precisa preferentemente suelos de consistencia media, profundos y frescos o con riego, y sin problemas de encharcamiento. Como planta vivaz que es su cultivo puede producir buenos rizomas hasta los ocho años, e incluso más, pero en general solo se mantiene entre 3 y 4 años. La floración la inician a partir del segundo año, pero es aconsejable que se eliminen los tallos florales antes de la floración para obtener mayores rendimientos en la cosecha. Para facilitar las labores de postrecolección se debe realizar una selección para que los rizomas que se produzcan sean de tipo napiforme y lisos para que en la recolección quede la menor cantidad de arena adherida a los mismos.
OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.- <i>R. australe</i> D. Don.- Ruibarbo del Himalaya o indio, originario del centro de Asia, se utilizan las raíces por sus propiedades medicinales; <i>R. palmatum</i> L. var. <i>tanguticum</i> Tschir.- Ruibarbo chino, ruibarbo de Shensi, o de Cantón, o turco, se usa por sus propiedades medicinales; <i>R. rhaponticum</i> L., sus peciolos se usan como pudding, en mermelada o en vino; fue cultivada en China como droga desde el 2.700 AC. y fue introducida en Europa para los mismos fines en el siglo XVIII.
COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Ácidos grasos, almidón, trazas de aceite esencial, oxalato cálcico. b.- Principios activos Antraquinonas

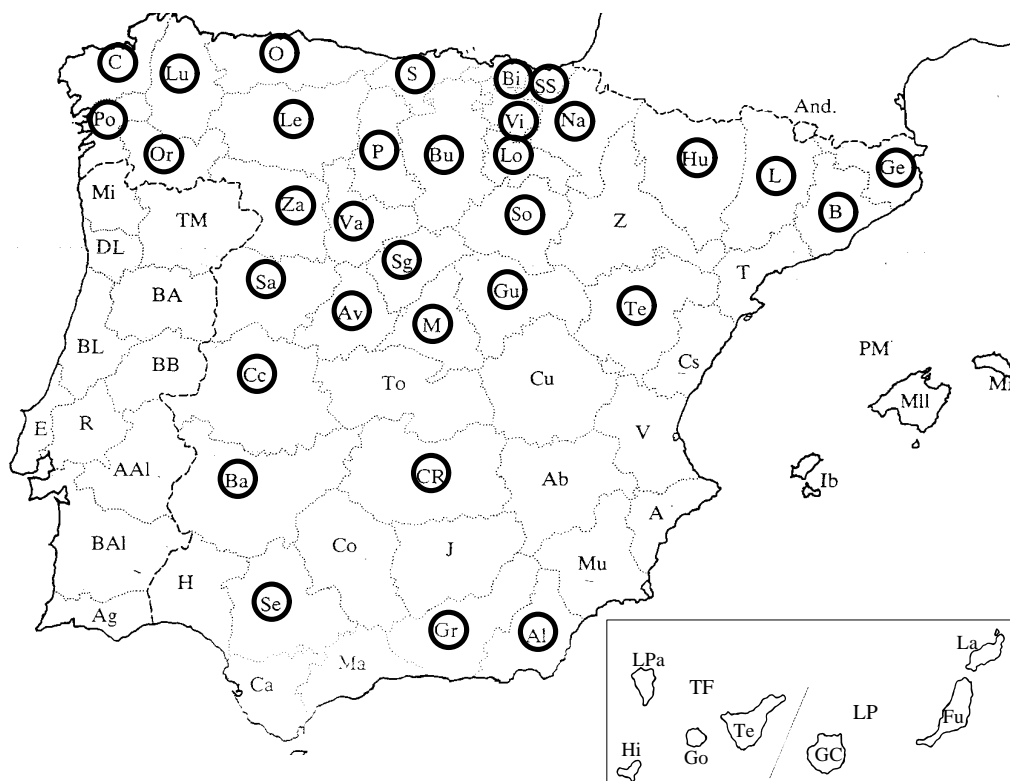
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>RHEUM OFFICINALE (L.) Baill.</i></p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>A dosis bajas predominan las propiedades astringentes, digestivas y tónicas; a dosis elevadas predominan las laxantes y purgantes.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En fitoterapia se usa en forma de infusiones, macerado, extracto acuoso y en forma de polvo.</p> <p>Se han usado por sus virtudes medicinales, como comestibles y como ornamentales.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El uso prolongado o las dosis elevadas pueden producir efectos indeseables.</p> <p>Las hojas tienen en elevado contenido en oxalato cálcico y son tóxicas.</p>

3.10.2. Género **Rumex**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- RUMEX ACETOSA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Aceabla, Acedeira, ACEDERA, Acedera común, Acedera común de lagarto, Acedera común de sapo, Acedilla, Agrella, Agreta, Agriella, Agriguella, Agrilla, Alacamines, Alacemines, Alcalamines, Anderebellarr, Anderexe, Azedadas, Belar-gacia, Belarrgazi, Cuchillos, Fontana, Gazigarratz, Gazigaxa, Gazigoxi, Hierba acedeira, Hierba salada, Laxebelarr, Matxin bedarr, Matxingarr, Matxingarratz, Matxingarratze, Mingocha, Mingotxa, Miñeta, Plantana, Sora, Txarrangitxarr, Uztao handia, Vinagreira, Vinagrella, Vinagrera, Vinagrera común, Vinagrerrilla, Vinagrerrita, Vinagreta.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y rizomas. Infusión.
ECOLOGIA.- Planta herbácea vivaz y rizomatosa, cuyos tallos llegan a alcanzar hasta 160 cm de altura, si bien lo más habitual es entre 90 y 120 cm. Florece en primavera y verano. De forma natural se sitúa en prados, setos, y lugares húmedos, a orillas de los ríos de todo el norte de la Península, y en las montañas del resto del país, si bien disminuye su presencia tanto más cuanto más al sur. Altitudinalmente se sitúa en los pisos basal y montano. Si bien su valencia ecológica es muy amplia desde el punto de vista edáfico, prefiere los suelos ligeros, frescos o con posibilidades de regadío, no calizos, y fértiles (es planta nitrófila). La recolección de las hojas, fundamentalmente para su consumo como verdura, se realiza de forma escalonada y periódicamente, ya que se hace a medida que se van produciendo y sin privar a la planta de la totalidad de las hojas. Dicha recolección puede iniciarse a los dos meses de la siembra y prolongarse hasta finales del verano lo que viene a suponer del orden de cuatro meses de vida productiva. Las hojas también se pueden recolectar junto con el tallo, mediante siega que se realizará en el momento que su desarrollo sea máximo y antes de la floración. Los rizomas al final de la estación de crecimiento y los frutos, cuando estén casi maduros, ya que si se espera a la total maduración de los mismos, se pueden producir notables pérdidas por su dispersión. Siendo una especie perenne puede durar en cultivo muchos años, aunque con el tiempo se produce una pérdida de rendimiento, se puede mantener en terreno un mínimo de tres años, en función de las condiciones de cultivo, no debiendo superar normalmente los cinco años.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *RUMEX ACETOSA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Rico en ácido oxálico y oxalatos, vitamina C

b.- Principios activos

Derivados antraquinónicos, flavonoides y taninos.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiescorbútcas, aperitivas, depurativas, descongestionantes de la piel, diuréticas, laxantes, protectoras capilares, remineralizantes, vitamínicas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Aperitiva, diurética, antiescorbutica, depurativa.

OTROS USOS.-

Como planta tintórea, cocida toda la planta sirve para teñir de amarillo la lana y la raíz seca da color rojo.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- RUMEX ACETOSA L.</p>
<p>utilizándose este cocimiento para dar este color a medicamentos, pero no en la industria textil.</p> <p>Se pueden consumir las hojas tiernas en forma de ensaladas o cocidas (de esta manera se les elimina el oxalato, que queda en el agua); de hecho ha sido cultivada en huertos. Los órganos subterráneos se pueden consumir cocidos, repetida la cocción varias veces cambiándoles el agua, o bien en forma de “pan” confeccionado con su harina una vez molidos, como alimento de emergencia. También puede formar parte de salsas.</p> <p>En cosmética se utiliza la raíz en infusión para eliminar impurezas y tratar afecciones cutáneas y las hojas en mascarillas descongestionantes.</p> <p>El zumo de la planta fue utilizado para eliminar las manchas de herrumbre en la ropa blanca.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Tiene alto contenido en oxalato, componente de los cálculos renales, por lo cual en personas afectadas o con propensión a este padecimiento se desaconseja su uso. También pueden producirse efectos secundarios indeseados, como vómitos, diarreas e irritación renal con alteraciones de la micción. Las hojas de esta planta pueden provocar dermatitis.</p>

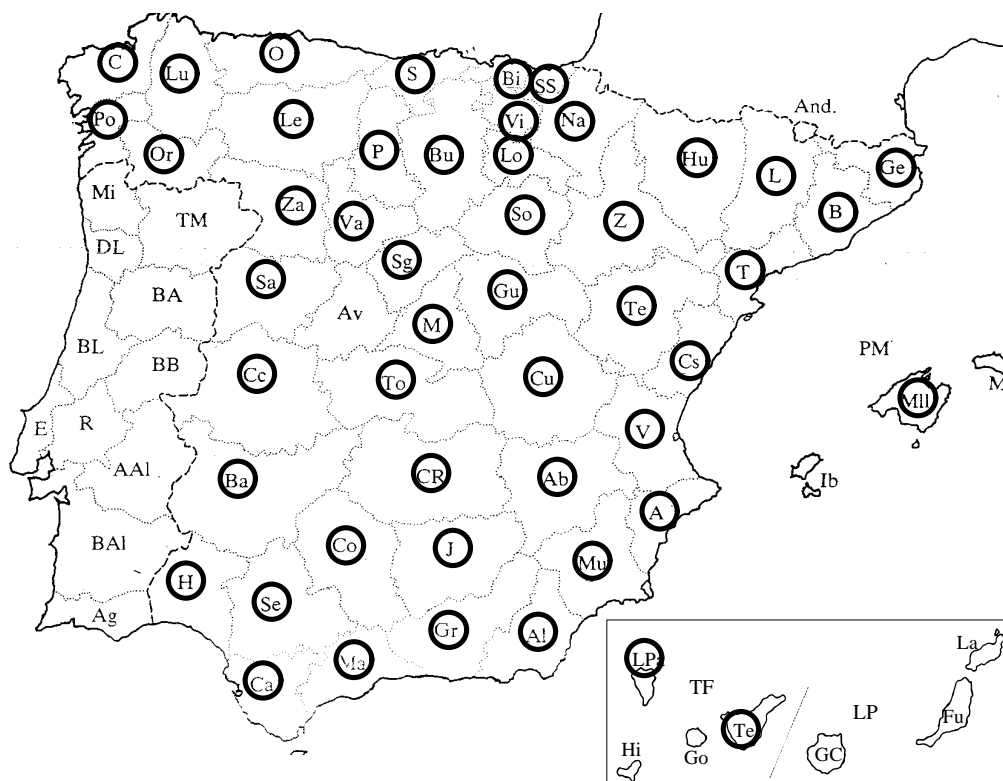
3.11. Familia **Clusiaceae** (Clusiáceas)

3.11.1. Género **Hypericum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- HYPERICUM PERFORATUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Abeloura, Asiki-belarr, Bioztxu, Bioztxua, Corazón de ciervo, Coranzoncillo, Corazoncillo de Europa, CoriÓN, Erva de Sao Joao, Espai-bedarr, Flor de Sant Joan, Flor de Sant Pere, Floradada, Herba das feridas, Herba de cop, Herba de San Xoán, Herba de Sant Joan, Herba del Pericó, Herba foradada, Hierba de San Juan, Hierba de las heridas, Hierba militar, Hipèric foradat, Hipericao, Hiperico, HIPERICÓN, Inflabous, Likurusma, Likurusna, Milazilo, Milazuola, Milfurada, Ostoargal, Perforata, Pericó, Pericó foradat, Pericó groc, Pericón, Pericón groc, Pericho foradat, Pericho groch, Periquet, Sanjuanes, Santio-belarr, Transflorina, Trescalar, Tresflorina, Tresflorina vera, Yerba de San Juan.
ORIGEN.- Europeo. Se ha naturalizado en el oeste de Norteamérica, donde se ha convertido en una mala hierba importante y es controlada por medio de métodos biológicos.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. (Ocasionalmente las hojas y frutos). Infusión, extracto seco y fluido, aceite de hipérico.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con tallos subterráneos (rizomas) y con tallos aéreos de 20-60 cm y de hasta 150 cm, y que florece en primavera-verano. Toda la planta tiene sabor ligeramente aromático. Esta especie está presente en toda la Península en setos, taludes, ribazos y bosques. No es exigente en cuanto a suelos, sin problemas de encharcamiento; si bien tiene cierta preferencia por los suelos ligeramente arenosos y algo frescos. En cultivo debe ser posible el proporcionarle riegos para suplir el posible déficit hídrico que se pueda producir, para asegurar la producción. Altitudinalmente presenta un rango de cotas muy amplio ya que se puede implantar desde el nivel del mar hasta cotas ya dentro del piso subalpino (<2.000 m). Es una planta que resiste las heladas. Es especie vivaz que en cultivo puede durar varios años, en función de las condiciones de cultivo, y del desarrollo del mismo. La recolección se debe realizar cuando la planta está en plena floración.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *HYPERICUM PERFORATUM* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Planta muy polimorfa de la que en la flora ibérica se reconocen dos subespecies: subsp. *perforatum*; y subsp. *angustifolium* (DC.) A. Fröhl.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

El género *Hypericum* es ampliamente utilizado en jardinería (*H. androsaenum* L.; *H. calycinum* L.; *H. calycinum* L. x *H. forrestii* (Chitt.) N. Robson.; *H. inodorum* Miller.)

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Aceite esencial, ácidos fenólicos, taninos, triterpenos, esteroides.

b.- Principios activos

Naftodiantronas (hipericina, pseudohipericina, protohipericina, etc.), flavonoides (rutósido, hiperósido, isoquercitrósido, biflavonoides), xantonas, derivados del floroglucinol (hiperforina, adhiperforina, etc.).

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>HYPERICUM PERFORATUM L.</i></p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antidepresivas, antisépticas, astringentes, cicatrizantes, colagogas, descongestionantes, espasmolíticas, pectorales, sedantes, vasopresoras, venotónicas, vermífugas, vulnerarias y antivirales.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se conoce y se utiliza desde la antigüedad principalmente como vulnerario, en heridas, golpes, etc. Se emplea también como cicatrizante y en problemas digestivos y hepáticos. Macerada la droga en aceite de oliva se emplea en golpes y quemaduras.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se ha usado en licorería como aromatizante, colorante o para elaborar el licor de hipérico.</p> <p>Se ha utilizado y se utiliza como especie ornamental.</p> <p>Los extractos de hipérico se utilizan en cosmética.</p> <p>Se emplea también como especie tintórea para teñir la lana de colores que van del amarillo al ocre. Los colores son más brillantes si la planta está en plena floración.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El consumo de esta planta puede ocasionar un efecto de fotosensibilización, como consecuencia de la presencia de hipericina, especialmente en personas de piel muy blanca o sometidas a fuerte insolación.</p>

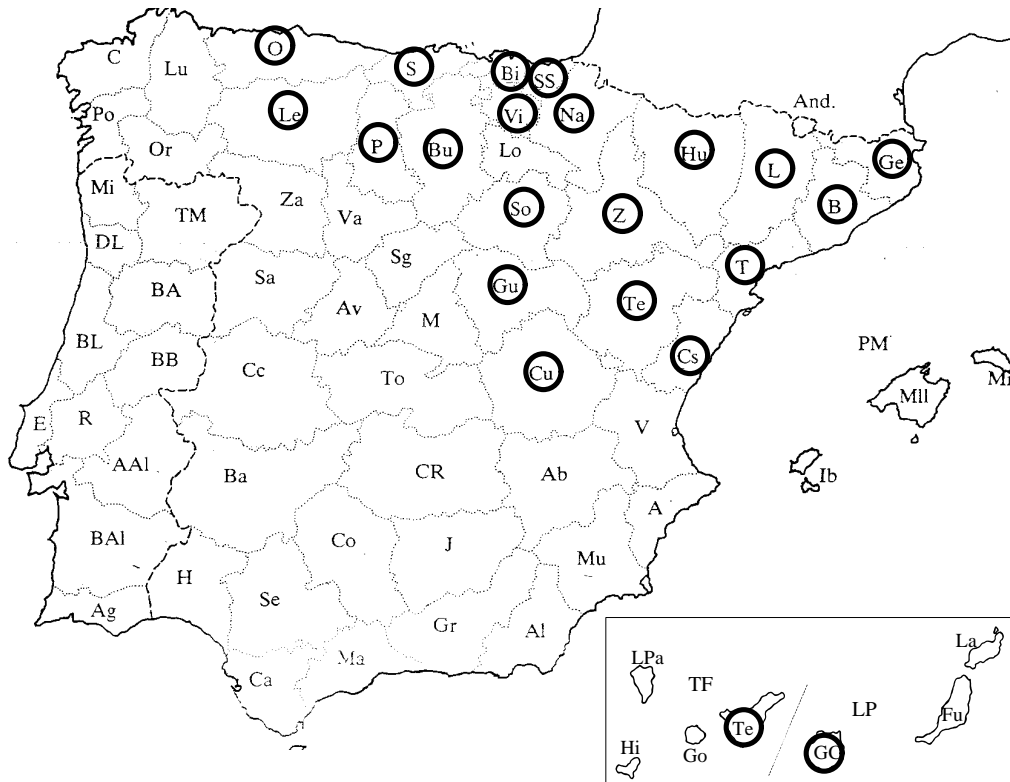
3.12. Familia **Tiliaceae** (Tiliáceas)

3.12.1. Género **Tilia**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- TILIA PLATYPHYLLOS Scopoli - TILIA CORDATA Miller
NOMBRES VERNÁCULOS.- Aistigarr, Astigarr, Erki, Eski, Esquiya, Ezki, Ezki-ostozabala (<i>Tilia platyphyllos</i> Scopoli), Ezki-hostotxikia (<i>Tilia cordata</i> Miller), Ezku, Ezquia, Farot, Olmotexo, Sarats, Tei, Teja, Tejo blanco, Tell, Tell de fulla gran (<i>Tilia platyphyllos</i> Scopoli), Tell de fulla petita (<i>Tilia cordata</i> Miller), Tella, Tey, Texa, Til, TILA, Tilar, Tilha, Tilhola, Tilia, Tilleira, Til-ler, Tiller, Tillera, Tillo, Tillol, Tillón, TILO, Tilo de hoja pequeña (<i>Tilia cordata</i> Miller), Xaumera.
ORIGEN.- Euroasiático (Europa hasta el Cáucaso).
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Inflorescencias con sus brácteas. (También se pueden utilizar las cortezas sin súber: albura). Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura.
ECOLOGIA.- Árbol de gran talla (hasta más de 30 m de altura), que florece en verano, siendo de crecimiento muy lento y gran longevidad. Tiene exigencias muy parecidas al haya en cuanto a suelos, clima, altitud, y exposición, esto es suelos fértiles y frescos, sobre substratos de variada naturaleza, pero abunda más sobre calizas. Requiere humedad pero no suelos encharcados o ambiente húmedo. En condiciones naturales se presenta a altitudes entre los 1.000 y 1.500 msnm. En su área se presenta en general en forma de pies aislados, pero en etapas de degradación de otras frondosas puede llegar a formar masas puras. <i>T. cordata</i> brota fácilmente de cepa, aguanta el recorte y resiste bien la sombra. Teniendo en cuenta que la droga son las flores, ésta debiera ser la única parte recolectada pero por facilidad de manejo, facilidad de recolección e incluso para dar garantías de que se trata de tila, se recolecta con la bráctea si bien esta puede considerarse como inerte. La recolección debe realizarse en el momento de plena floración por ser el momento de mayor contenido en principios activos. Dicha recolección se realiza sobre el árbol lo cual representa grandes problemas, máxime si se tiene en cuenta que pueden ser árboles de gran porte. En algunos casos se puede facilitar dicha recolección mediante poda de una parte de la copa para permitir la recolección en el suelo.

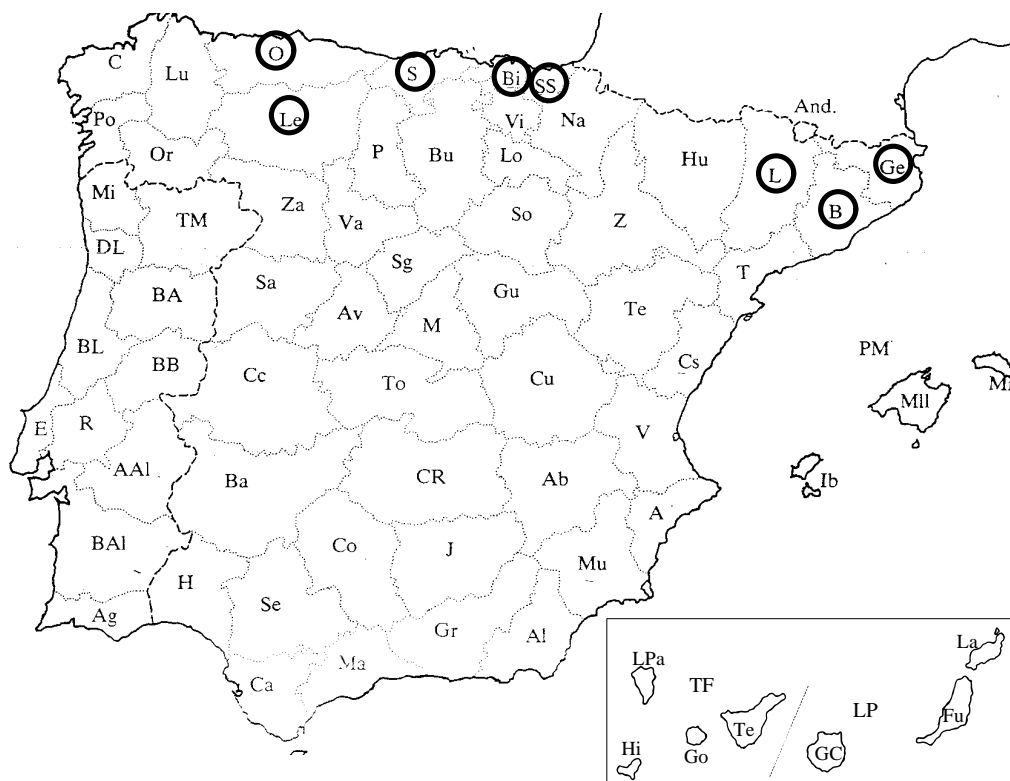
• NOMBRE CIENTÍFICO.- *TILIA PLATYPHYLLOS* Scopoli - *TILIA CORDATA* Miller

DISTRIBUCIÓN.- *Tilia platyphyllos* subsp. *platyphyllos*



• NOMBRE CIENTÍFICO.- *TILIA PLATYPHYLLOS* Scopoli - *TILIA CORDATA* Miller

DISTRIBUCIÓN.- *Tilia cordata*



VARIEDADES.-

En el mercado existen numerosos cultivares para uso ornamental, con variaciones en el color de la bráctea de las inflorescencias y en el hábito de crecimiento.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Ambas especies se pueden hibridar dando origen *Tilia x vulgaris* Hayne.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Aminoácidos, floroglucinol, taninos, saponinas, fitosteroles.

b.- Principios activos

Las inflorescencias contienen mucílago (formado por D-galactosa, L-arabinosa, L-ramnosa y ácidos urónicos, mayoritariamente), aceite esencial (con linalol, geraniol, farnesol, alcanfor, etc.), flavonoides (tilirósido, quercitrósido, etc.), ácidos fenólicos (cafeico, clorogénico, p-cumárico). La albura, ácidos fenólicos, cumarinas, flavonoides.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- TILIA PLATYPHYLLOS Scopoli - TILIA CORDATA Miller</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Inflorescencias.- Demulcentes, béquicas, diaforéticas, diuréticas, espasmolíticas y sedantes.</p> <p>Albura.- Antimigrañosas, vasodilatadoras, coronariodilatadoras, antiespasmódicas, eupépticas, coleréticas, diuréticas e hipotensoras.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Para el tratamiento de las migrañas, en hipertensión y tensión nerviosa. En trastornos del sueño. Por vía tópica se emplea como suavizante.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las semillas contienen aceite aromático parecido al de oliva, que se han utilizado en cosmética en forma de máscaras, jabones, etc.</p> <p>Los frutos tostados y molidos se han utilizado como sustituto del chocolate. También se han usado como especia. Las hojas pueden constituir un buen forraje para el ganado.</p> <p>Con la fibra obtenida de la corteza se fabrican cuerdas y tejidos de varias clases, en especial con la de <i>T. cordata</i> se fabrican esteras (Rusia). La madera de <i>T. cordata</i> es la más aceptada de los tilos y se empleó para fabricar carretes para hilo, y para la elaboración de pasta de papel. La de <i>T. platyphyllos</i> se ha utilizado como madera para tallar y en ebanistería para la fabricación de objetos de pequeño tamaño. El carbón obtenido de su madera se emplea para la fabricación de pólvora.</p> <p>Especies melíferas.</p> <p>Especies usadas como ornamentales.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Se debe evitar el uso excesivo de flores de tila, ya que no se disponen de datos toxicológicos y existe el riesgo de toxicidad cardíaca.</p>

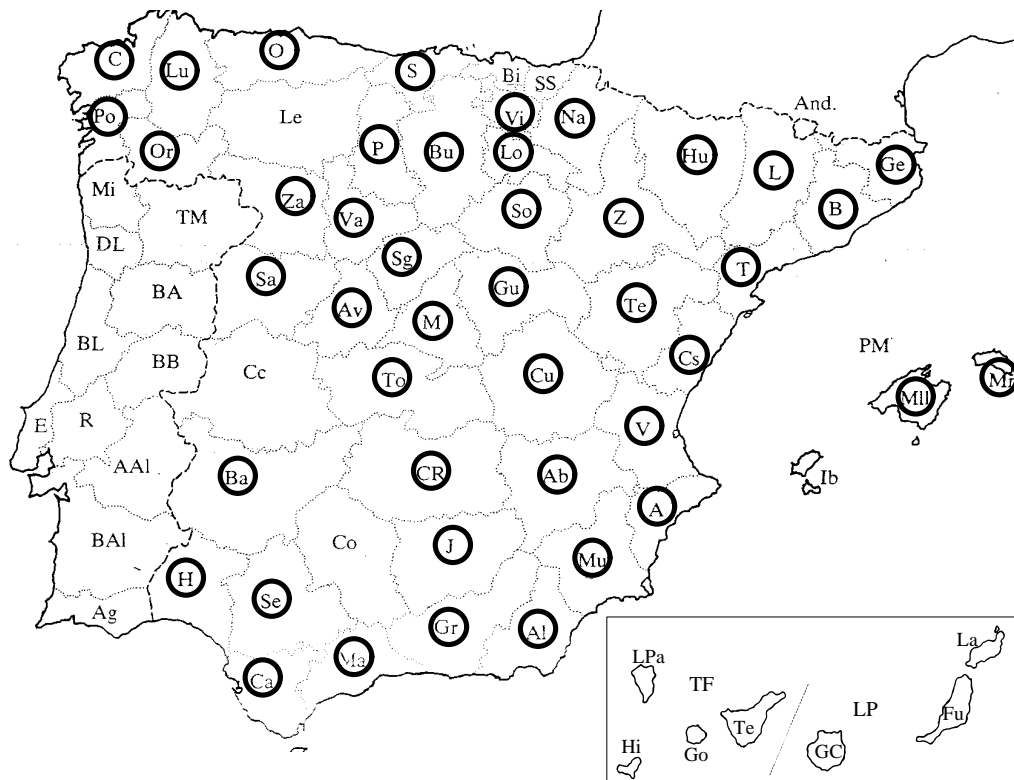
3.13. Familia **Malvaceae** (Malváceas)

3.13.1. Género **Althaea**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ALTHAEA OFFICINALIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Altea, Altea común, Bismalva, Gloria, Gloriatze, Hierba cañamera, Malvabizcu, MALVAVISCO, Malvavisco común, Malvavisco verdadero, Malvaxuri, Malví, Marmait, Matilla cañamera, Samaramuja, Samarmaje, Verdadero, Trigiboilla.
ORIGEN.- Europeo
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíz, flores y hojas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura, jarabe.
ECOLOGIA.- Planta herbácea bienal o vivaz, rizomatosa, con tallos aéreos que pueden llegar a alcanzar los 2 m de altura y con floración estival. De forma espontánea se cría en lugares húmedos, o próximos a cauces e incluso en zonas salobres del interior. Para su posible cultivo no le convienen los suelos pesados, por el contrario le convienen aquellos en los que no existan factores limitantes para el desarrollo de su sistema subterráneo, por ello son preferibles los suelos sueltos, frescos y profundos. Prefiere los suelos ricos en cal. Altitudinalmente se sitúa en el piso basal y por debajo de los 600 m. Su ciclo puede durar como mínimo dos años (bienal) o muchos más, no obstante en cultivo suele durar entre 2 y 4 años, culminando con la recolección de las raíces (antes del segundo año las raíces no tienen el desarrollo mínimo adecuado y conveniente ->2 cm de diámetro- para ser recolectadas). La recolección se realiza en otoño cuando se ha desecado la parte aérea de la planta, o en primavera temprana cuando no se ha movido la planta aún. Las flores se recolectan en plena floración; teniendo en cuenta que la floración no es uniforme implica un gran consumo de mano de obra. Si se recolectan las hojas puede realizarse preferentemente previo a la floración, si no después de la recolección de las flores (En España no es frecuente la cosecha ni de flores ni de hojas).

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ALTHAEA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Alcea rosea L (= *Althaea rosea* (L.) Cav.) (Malvarrosa), sus pétalos se han usado para colorear el vino, para colorear cosméticos, y para teñir lana.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Almidón, pectina, taninos, ácidos fenólicos, flavonoides, escopoletol, oxalato cálcico.

b.- Principios activos

Mucílagos, constituidos principalmente por ácidos galacturónico y glucurónico, y ramnosa y galactosa.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiinflamatorias, béquicas, expectorantes, demulcentes, diuréticas y laxantes. Se ha comprobado experimentalmente que la fracción polisacárida aislada de la raíz estimula la fagocitosis

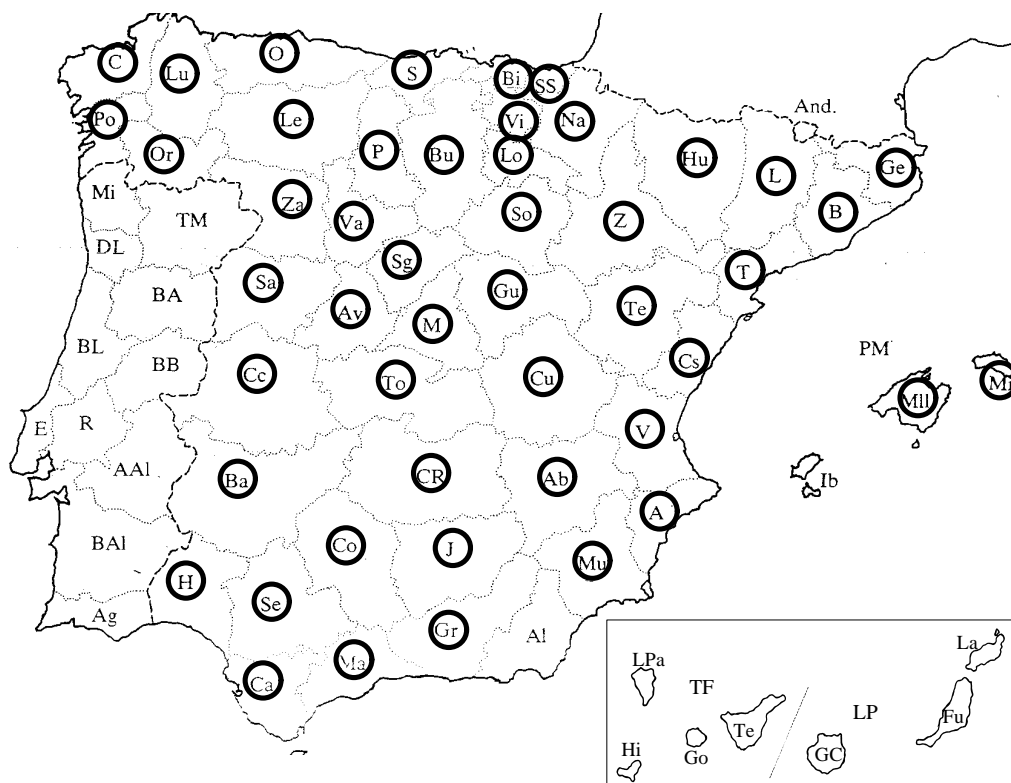
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>ALTHAEA OFFICINALIS L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se utiliza en enfriamientos y catarros. También como antiinflamatorio. Por vía tópica como suavizante y en afecciones de la cavidad bucal y orofaríngeas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las fibras de raíz y tallos se utilizaron en la confección de papel y la de los tallos para fabricar lienzos. Las raíces se usan en cosmética debido a su contenido en mucílagos. Se han empleado en la dentición de los bebés.</p> <p>Las raíces molidas se emplean en la confección de dulces (dulce de malvavisco) y se han consumido, para consumo humano en forma de ensaladas y las hojas y brotes tiernos como verduras.</p> <p>Se utiliza y se ha utilizado como especie ornamental.</p> <p>Especie melífera.</p>

3.13.2. Género **Malva**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- MALVA SYLVESTRIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Balma, Lore farfaiila, Malba, Malma, MALVA, Malva común, Malva común de Europa, Malva silvestre, Mamukio, Mamutxiko, Mawa baleares, vauma baleares, Zigi, Zigin, Zigiña, Zubuín.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y flores. Infusión, decocción, extracto fluido, jugo de planta fresca, cataplasma con las hojas.
ECOLOGIA.- Planta herbácea o ligeramente leñosa en la base, que puede presentar un ciclo bienal o vivaz, cuyos tallos aéreos pueden alcanzar una altura de hasta 2 m, si bien lo normal son alturas inferiores, entre 50-100-140 cm. La floración se produce en primavera y verano. Es una planta muy rústica y ruderal que se da de forma espontánea en los bordes de los caminos, eriales y zonas eutrofizadas con influencia antrópica. Se adapta a todo tipo de suelos, si bien prefiere los fértiles, ricos en nitrógeno y ligeros. Altitudinalmente se sitúa en el piso basal y montano, sin llegar hasta el límite superior de este, situándose su óptimo en la zona de transición de ambos pisos. El cultivo tiene una duración entre 2 y 4 años y en condiciones donde pueda darse algún riego para asegurar la producción. La recolección de las flores se realiza a medida que van floreciendo y sin pedúnculo; si fueran las hojas la parte utilizada, se recolecta toda la planta cuando su desarrollo vegetativo sea máximo y se procesa posteriormente con separación de las diferentes fracciones (hojas, tallos, flores). Las raíces se recolectan al final de la estación, en otoño, una vez que se haya secado la parte aérea, o bien al inicio de primavera al inicio del ciclo anual.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *MALVA SYLVESTRIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

Es una especie muy variable en hábito, indumento, forma de las hojas, corola y longitud de los pedicelos. A estas variantes se les ha asignado la consideración de razas locales.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Existen 12 especies en la Península y Baleares, y a todas en general se les atribuyen propiedades similares y se aprovechan para lo mismo.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Taninos, flavonoides (las flores contienen entre otros, tilirosido), antocianósidos (flores).

b.- Principios activos

Mucílago que se hidroliza en galactosa, glucosa, arabinosa, ramnosa y ácido galacturónico.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>MALVA SYLVESTRIS L.</i></p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antisépticas, antiinflamatorias, emolientes, balsámicas, demulcentes, expectorantes, diuréticas, hipoglucemiantes y laxantes. Un extracto etanólico de flores de malva ha mostrado actividad estimulante fagocitaria del sistema retículo-endotelial en ratones contaminados con <i>Escherichia coli</i>.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Además de la mayoría de los usos comentados para la altea, se emplea por vía tópica en irritaciones oculares debidas a causas diversas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En cosmética se usan todas las partes de la planta en diversas formas.</p> <p>Las hojas se han utilizado como condimento, y como alimento, consumiéndose como verdura, así como los brotes tiernos y los frutos.</p> <p>Las flores se han utilizado como sustitutivo del tabaco, en ocasiones aromatizándolas con orégano.</p> <p>Las flores y las hojas han sido utilizadas con fines tintóreos.</p> <p>Especie melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Es una planta nitrófila, que puede implantarse en medios muy eutrofizados y como consecuencia puede acumular nitratos en sus hojas. También puede ocasionar envenenamientos de ganado, principalmente lanar, por consumo de malvas como consecuencia de su componente el ácido malválico.</p>

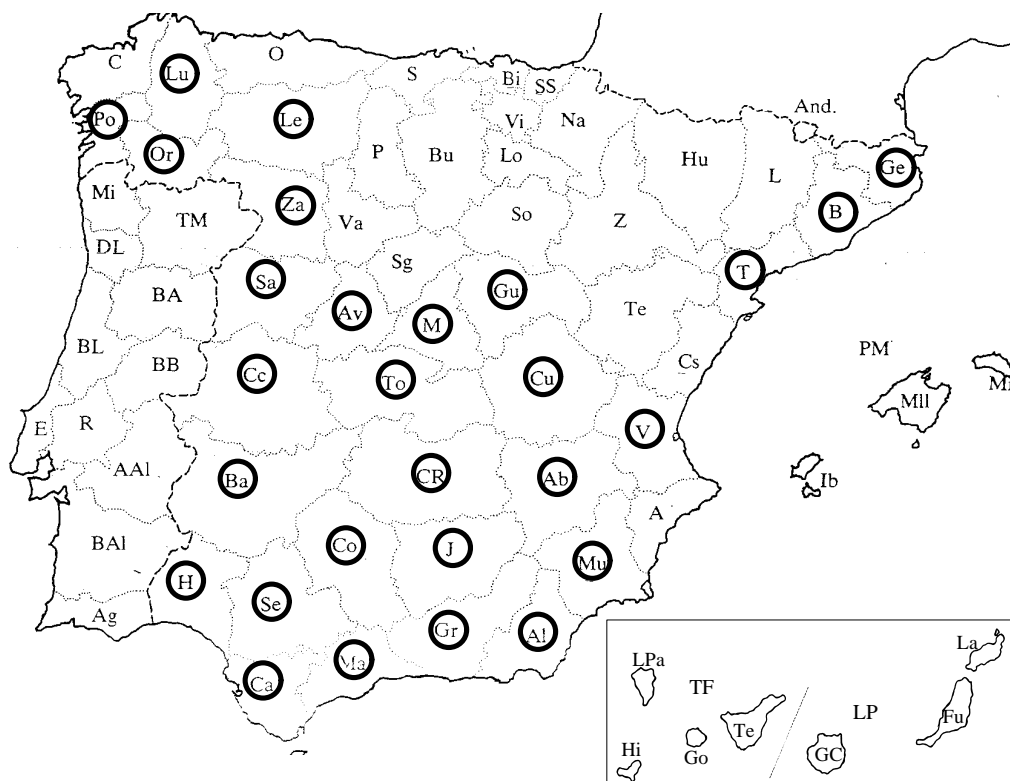
3.14. Familia **Cistaceae** (Cistáceas)

3.14.1. Género **Cistus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CISTUS LADANIFER L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Estepa, Estepa de ládano, Estepa de lãdan, Estepa ladanífera, Esteva, Esteva ordinaria, Hierba lobera, JARA, Jara común, Jara de las cinco llagas, Jara del ládano, Jara negra, Jara pegajosa, Jara pringosa, Ládano, Manchada, Umancelorria, Xara..
ORIGEN.- Mediterráneo occidental.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y oleoresina (ládano)
ECOLOGIA.- Especie arbustiva de hoja perenne cubierta de resina, que la hace pegajosa, muy olorosa y que puede alcanzar hasta los 2,5 m de altura. Florece a finales de primavera. Constituye el jaral, que es una formación matorral típica de substratos silíceos, tierras sin cal, arenosos principalmente sobre pizarras y granitos y sin problemas de encharcamiento. Altitudinalmente se instala en los pisos basal y mitad inferior del montano. Es especie de plena luz, pirófito, que coloniza rápidamente el suelo después de un incendio y que compite mucho con el resto de las especies al tiempo que segrega sustancias alelopáticas que afectan a la flora de su entorno, de tal manera que donde se implanta un jaral se produce un empobrecimiento paulatino y constante de la flora, llegando a formarse jarales donde la jara es prácticamente la única especie. Por el momento la jara no se cultiva, por el contrario de forma histórica se ha hecho preciso en muchas situaciones su eliminación y su abundancia es tal que hace que no sea necesario el plantear el cultivo de esta especie. El ládano, se forma en las partes terminales de las ramas poco antes de la floración (abril, mayo), se recolecta durante este periodo. En Extremadura y Sierra Morena se produce lo que se conoce como miel de jara, mangla, o maná de España, que es un exudado de las ramas viejas de consistencia densa y que es de sabor dulce y aromático.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CISTUS LADANIFER L.*

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Flavonoides

b.- Principios activos

Resina, aceite esencial (rico en α -pineno)

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antigastrálgicas, Revulsivas, Sedantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Antiguamente se hacía un preparado con el ládano mezclándolo con otros productos, que se utilizaba para la curación de hernias o quebraduras, también se empleó como sedante. En algunos países se utiliza en la actualidad como antiasmático.

OTROS USOS.-

La resina de la jara, el ládano que se ha conocido con los nombres de droga de Java, maná de España o

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CISTUS LADANIFER L.</i></p>
<p>mangla, se ha utilizado en perfumería como fijador de aromas y sustituto del ámbar natural, así como en la fabricación de jabones y cremas desodorantes y otros productos de cosmética. También se ha utilizado en la fabricación de insecticidas.</p> <p>En confitería se ha empleado la resina de jara (ládano) para fabricar caramelos dulces y chicles, siendo también mascada directamente.</p> <p>El aceite esencial que se obtiene por destilación de las hojas y partes terminales de los tallos, se utiliza en perfumería, el cual se mezcla bien con los de lavanda, pino y los llamados orientales. Este aceite, así como la resina, entran en la composición de los perfumes de las gamas “ámbar”, “chipre” o “helecho”.</p> <p>Las hojas en decocción se utilizan en cosmética para lavados.</p> <p>Las semillas se han utilizado en el norte de Africa como condimento y molidas en mezcla con harina de cereales para elaborar pan.</p> <p>Se ha utilizado como ornamental en los jardines hispano-árabes y medievales.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La olearesina es muy toxica por lo que no se debe utilizar. También se han detectado intoxicacione en el ganado lanar que consume esta planta.</p>

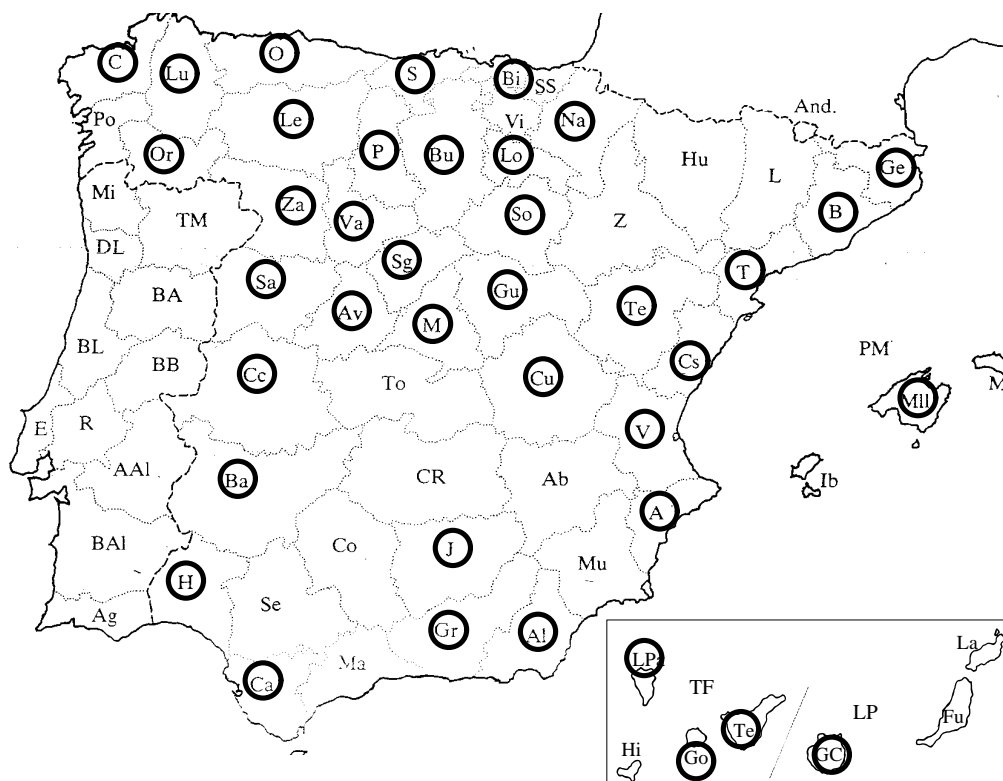
3.15. Familia **Violaceae** (Violáceas)

3.15.1. Género **Viola**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- VIOLA ODORATA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Bioleta-lora, Bioletxo, Briolina, Gorrimore, Lili-ubel, Sago-belar, Viola, Viola boscana, Viola olorosa, VIOLETA, Violeta común, Violeta-de-cheiro, Violeta de olor, Violeta olorosa.
ORIGEN.- Euroasiático
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Flores y raíces. Infusión, decocción, jarabe droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Especie herbácea perenne o vivaz, sin tallo erecto, pero con tallos reptantes (estolones) que enraizan fácilmente. Florece, en función de la altitud de la estación, a partir de finales de invierno y en primavera. Se distribuye de forma espontánea por toda la Península pero no es abundante, ocupa posiciones sombreadas y frescas, sin embargo es capaz de soportar exposiciones soleadas. Altitudinalmente se distribuye por los pisos basal y montano, y en cuanto a suelos precisa de suelos medios, profundos, fértiles y frescos o regables, rechazando los suelos encharcadizos, muy pesados o por el contrario demasiado ligeros y sin riego ya que no resiste la sequía. Siendo una especie vivaz o perenne, en cultivo se suele mantener en función de las condiciones entre 4 y 5 años. La recolección de las flores se realiza al comenzar la primavera y tan pronto como las flores abren, sin pedúnculo, o incluso mejor si se recolectan exclusivamente los pétalos, cuando las flores no estén húmedas, secándose a continuación con rapidez. Si la recolección es de las raíces esta se realizará al final del periodo vegetativo. El contenido en aceites esenciales y en alcaloides disminuye a lo largo del día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *VIOLA ODORATA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

V. tricolor L., (herba da Trindade, pensamento, pentsamendua, trinitaria) se usa en cosmética por su acción astringente sobre la piel, como consecuencia del ácido salicílico que contiene en sus hojas y actúa como refrescante, suavizante y antiinflamatorio. Las hojas y flores se han usado en infusión y en baños. Se usa muy abundantemente como ornamental por el tamaño de su flor y por su vistosidad, por lo que existen numerosos cultivares. Desde el punto de vista botánico se han establecido para esta especie numerosas subespecies y variedades, sin embargo en la actualidad se considera que toda esa variabilidad pertenece a otras especies. Los pensamientos de cultivo son una especie híbrida *V. x wittrockiana* Gams (= *V. hortensis* auct.; *V. tricolor* L. subsp. *hortensis* auct.)

En la flora española existen otras especies tales como *V. canina* L.; *V. reichenbachiana* Jordan ex Boreau; *V. hirta* L.; y *V. palustris* L. .

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Antocianos, trazas de aceite esencial rico en aldehídos y alcoholes alifáticos insaturados, ácido fenólicos, flavonoides.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- VIOLA ODORATA L.</p>
<p>b.- Principios activos</p> <p>En las flores, mucílagos y trazas de ácido salicílico (también en las hojas); en las raíces, saponósidos, esteres del ácido salicílico y un alcaloide, la odoratina.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Analgésicas, antiinflamatorias, antipruriginosas, antipiréticas, béquicas, demulcentes, eméticas, expectorantes, diuréticas, depurativas, hipotensoras.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Las flores han sido utilizadas en el tratamiento de la tos y como suavizantes por vía tópica.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las flores de la violeta ya fueron utilizadas por griegos y romanos para la elaboración de vino, en la actualidad se usan para la confección de un licor de violetas ("parfait-amour"). Las flores también se pueden consumir en ensaladas y en pastelería como saborizantes o decorativas y en heladería.</p> <p>Las hojas y flores se utilizan en cosmética, en la elaboración de cremas frías y lociones corporales.</p> <p>El aceite esencial obtenido de sus flores se utiliza ampliamente en perfumería. También se emplea como especie ornamental, a pesar de tener la flor pequeña, y para la formación de arriates por su fragancia.</p> <p>De las hojas se obtiene una antocianina que por tener la propiedad de cambiar de color en función del pH se utiliza como indicador y de los pétalos se preparaba un jarabe que se usaba para dar color a algunos preparados farmacéuticos, y también como indicador de pH.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Los preparados a base de raíz pueden ocasionar vómitos en personas sensibles debido a la presencia de violina.</p>

3.16. Familia **Passifloraceae** (Passifloráceas)

3.16.1. Género **Passiflora**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- PASSIFLORA INCARNATA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Flor de la Pasión, Granadilla, Hierba de la Pasión, PASIFLORA, PASIONARIA, Pasionera.
ORIGEN.- Americano.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Toda la parte aérea. Infusión, extracto seco y fluido, tintura, jarabe, zumo de la planta fresca.
ECOLOGIA.- No existe en la flora espontánea española y solo es posible encontrarla en algunos jardines. Especie arbustiva, vivaz y trepadora con tallos que pueden llegar a alcanzar los 12 m de longitud. Florece en verano y otoño. En cuanto a suelos no presenta grandes exigencias, adaptándose a todo tipo de suelos, si bien para cultivo es aconsejable suelos sueltos, profundos, fértiles y frescos o regables. En cultivo se puede mantener largo tiempo, que será función de los rendimientos y de las condiciones del mismo; su manejo es diferente al que se realiza cuando se dedica a jardinería, ya que se siega para la obtención de planta entera, a partir del segundo año podrían realizarse dos cortes al año.
OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.- <i>P. caerulea</i> L. con los mismos usos y propiedades que la anterior, y según autores con menores dificultades para su cultivo. <i>P. edulis</i> Sims, granadilla, fruto de la pasión, cultivada en América por sus frutos comestibles al igual que <i>P. foetida</i> L., <i>P. laurifolia</i> L.; <i>P. ligularis</i> Juss.; <i>P. maliformis</i> L.; <i>P. mollissima</i> (Kunth) L. Bailey; y <i>P. quadrangularis</i> L. A este mismo género pertenece el maracuyá (<i>Passiflora alata</i> Dryand.).
COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Azúcares, ácidos grasos, ácidos fenólicos, esteroides, aminoácidos, heterósidos cianogénicos. b.- Principios activos Alcaloides indólicos (harmano, harmol, harmina), flavonoides (vitexina, orientina, saponarina, etc.), mantol.
PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>PASSIFLORA INCARNATA L.</i>
Hipnóticas, sedantes, tranquilizantes y espasmolíticas. Aunque experimentalmente se han ratificado parcialmente estas propiedades, no se ha podido establecer los principios activos totalmente responsables.
USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- En problemas nerviosos (epilepsia, neuralgias, ansiedad, etc.) y en caso de insomnio.
OTROS USOS.- Especie trepadora utilizada como planta ornamental. Sus frutos son comestibles.

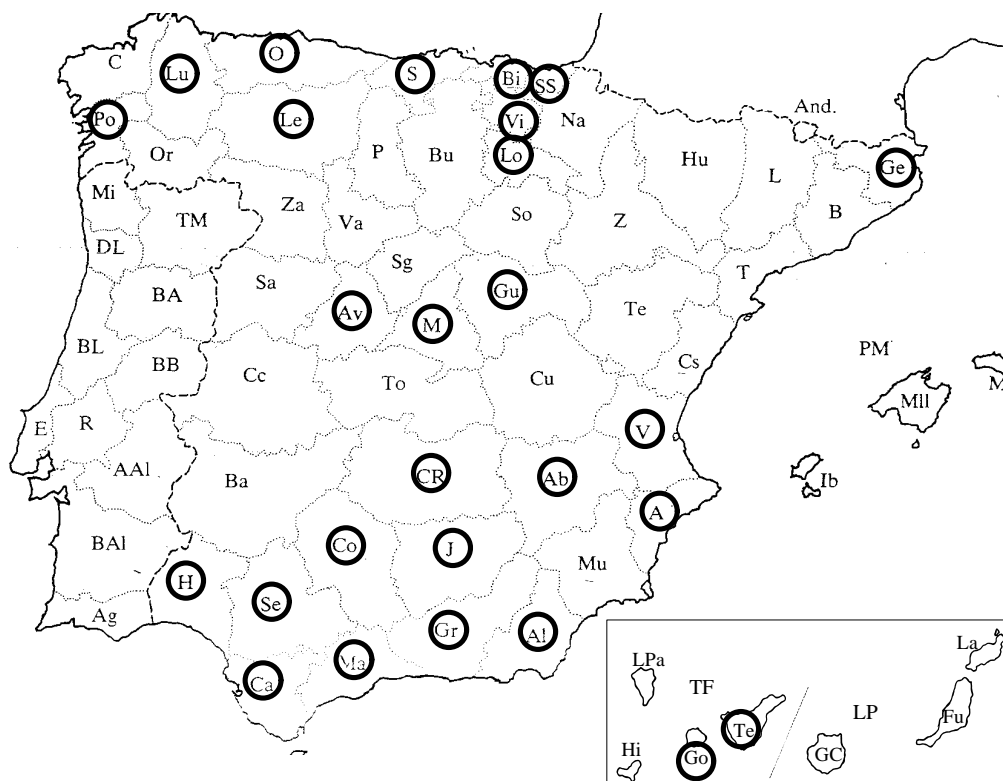
3.17. Familia **Brassicaceae** (Crucíferas)

3.17.1. Género **Brassica**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- BRASSICA NIGRA (L.) Koch. (= <i>Sinapis nigra</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Ajenabe, Ajenabo, Alesua, Alezna, Bostoñaza, Ciapes, Jeben, Jenabe, Jenable, Jenape, Lágina, Laparda, Liyarda, Lousarda, Lujarda, Lujurda, Lusarda, Mostalla negra, Mostarda negra, Mostarda ordinaria, Mostassa negra, Mostaza, MOSTAZA NEGRA, Mostazo, Nustarda, Seben, Seben azanable, Urdunputxa, Xebra, Xiebra, Zanabiza, Zerba, Ziapa, Ziape, Ziapia.
ORIGEN.- Europeo. Probablemente originaria del Mediterráneo donde ha sido cultivada desde hace 2.000 años)
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Semillas. (También pueden ocasionalmente emplearse las hojas). Uso externo como sinapismo, cataplasma, pediluvio o baño.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual, con tallo muy ramificado desde cerca de la base y de hasta 2 (3) m de altura, que florece en primavera o principio de verano. Es una especie ruderal y viaria como una gran parte de las especies de la familia, por ello se adapta bien a los suelos removidos y tolera suelos pobres. Puede aparecer como mala hierba de cultivos de primavera. Para su cultivo, muy similar al de la mostaza blanca, se aconseja seleccionar suelos de textura media, frescos o con posibilidad de ser regados si las condiciones fueran muy secas. Se adapta bien a las condiciones medias de cultivo de cereales, frente a los cuales podría considerarse como una alternativa. Altitudinalmente se distribuye por los pisos basal y montano (entre los 20 y los 1.400 m).

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **BRASSICA NIGRA (L.) Koch.** (= *Sinapis nigra* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

Existen distintos tipos comerciales de mostaza: la italiana con un 0,6-0,9 % de aceite esencial; la alsaciana con unos contenidos en aceite esencial entre el 0,7 y el 1,0 %; también se produce en la cuenca del Mediterráneo en Grecia, Marruecos y Turquía siendo en los tres casos menos apreciadas.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Lípidos (con ácidos grasos no saturados: erúcido, oleico, linoleico), prótidos, mucílagos, sinapina.

b.- Principios activos

Glucosinolatos: sinigrósido o alilglucosinolato que se hidroliza (hidrólisis enzimática) en glucosa, sulfato ácido potásico y alilsenevol o isotiocianato de alilo.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antimicrobianas, antirreumáticas, rubefacientes y revulsivas. La semilla es emoliente por su mucílago lo que atenúa la acción. A dosis baja estimula la digestión, pero debe usarse con precaución ya que puede irritar las mucosas digestivas.

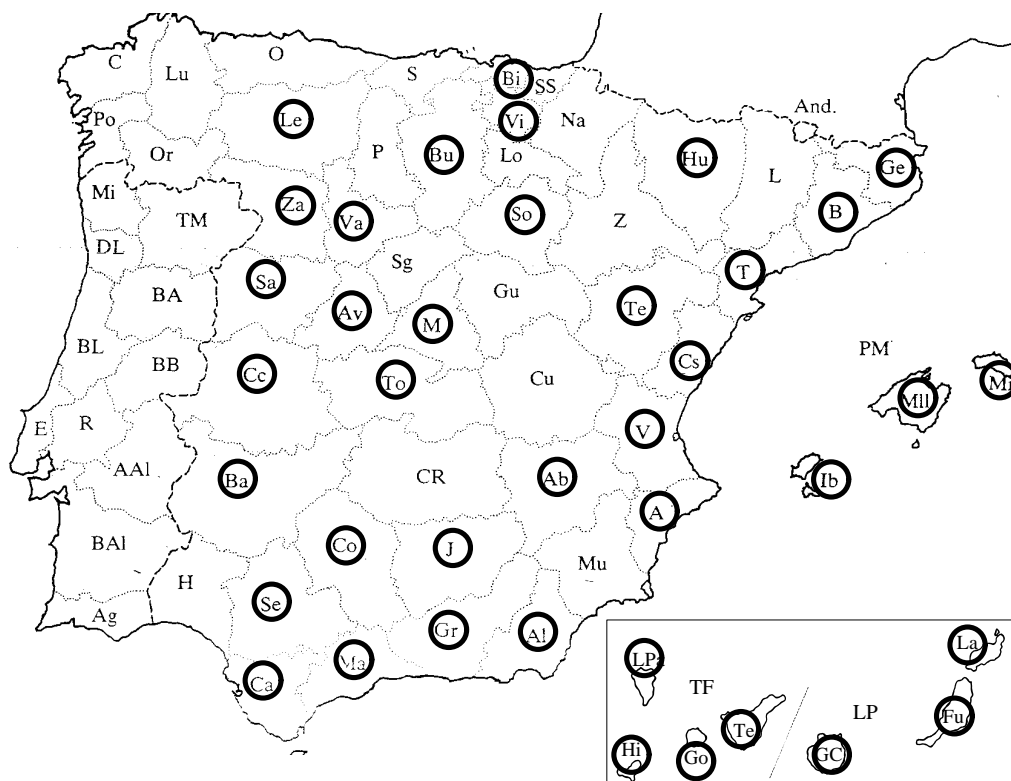
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- BRASSICA NIGRA (L.) Koch. (= <i>Sinapis nigra</i> L.)</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Conocida y utilizada desde la antigüedad como revulsivo. Se emplea en afecciones de las vías respiratorias, también como antineurálgico y antirreumático. En amenorrea y dismenorrea, aplicada como pediluvios. No se debe calentar por encima de 40-45 °C ya que se inactivaría el enzima y por tanto no se produciría la hidrólisis del heterósido.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>La harina y la esencia de mostaza se emplean en veterinaria como revulsivo y vesicante. La esencia, en forma de disolución alcohólica, se usa como antiparasitaria, si bien su empleo es peligroso ya que su acción es mucho mas fuerte que la de la harina.</p> <p>Las semillas son ricas en aceite no comestible sin rectificación (aprox. 1/3 de la semilla), dicho aceite es similar al de colza. Se usa con fines industriales como lubricante o para la elaboración de jabones blandos.</p> <p>Las hojas tiernas se pueden consumir como verdura o en ensalada, así como en encurtidos.</p> <p>Las semillas se utilizan en la preparación de la mostaza negra como elemento condimentario (la harina de mostaza no huele, su olor solo se desarrolla sí se humedece ya que se producen una serie de reacciones enzimáticas que dan como resultado la liberación del aceite de mostaza). Como especie condimentaria, ha sido sustituida en gran medida por <i>B. juncea</i> (L.) Czerniak y <i>Sinapis alba</i> L.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El aceite de mostaza en contacto con la piel provoca inflamación. Por via interna provoca serios y graves efectos. Aplicaciones de más de 10 minutos pueden provocar ampollas y ulceraciones en la piel.</p>

3.17.2. Género **Sinapis**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SINAPIS ALBA L.</i>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Bostoñaza, Jenabas, Jenabe, Mostalla, Mostarda branca, Mostassa blanca, MOSTAZA BLANCA, Mustarda, Ziapia.
ORIGEN.- Europeo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Semillas. (También pueden ocasionalmente emplearse las hojas). Uso externo como sinapismo, cataplasma, pediluvio o baño.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual, con tallos erectos y ramificados de hasta 1 m de altura y de floración primaveral. Como gran parte de las especies de la familia Crucíferas es una especie ruderal y nitrófila que se adapta bien a los suelos removidos y tolera suelos pobres. Puede aparecer como mala hierba de cultivos de primavera. Para su cultivo se aconseja seleccionar suelos de textura media, frescos o con posibilidad de ser regados si las condiciones fueran muy secas y con pH>6. Se adapta bien a las condiciones medias de cultivo de cereales, frente a los cuales puede suponer una alternativa. Altitudinalmente se distribuye por los pisos basal y montano, fundamentalmente.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SINAPIS ALBA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Las forma cultivadas se engloban dentro de la subespecie *alba* frente a las no cultivadas que se incluyen en las subespecies *mairei* (H. Lindb. Fil.) Maire y *dissecta* (Lag.) Bonnier.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Lípidos, prótidos, mucílago, sinapina. Las hojas contienen un flavonol derivado del kenferol: astragalina.

b.- Principios activos

Sinálbósido que se hidroliza (hidrólisis enzimática) en glucosa, sulfato ácido de sinapina e isotiocianato de *p*-hidroxibencilo.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antibióticas, laxantes, irritantes y rubefacientes. El isotiocianato de *p*-hidroxibencilo es el principio con propiedades rubefacientes, el mucílago tiene propiedades laxantes, pero no debe emplearse como tal.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SINAPIS ALBA L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Semejantes a la mostaza negra. Se utiliza además como laxante.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>De las semillas se obtiene un aceite no comestible si no es rectificado y refinado, pero que se utiliza como lubricante, con fines industriales y como combustible de lámparas para iluminación.</p> <p>Las hojas se consumen como verdura después de hervidas; las plántulas etioladas se pueden consumir en ensaladas.</p> <p>Las semillas enteras se utilizan para encurtidos y para elaborar adobos. Estas semillas son la base para la elaboración de la mostaza blanca como elemento culinario. Su preparación es similar a la de la mostaza negra, de la que difiere por tener mas sabor y menos aroma.</p> <p>Es especie melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Tienden a acumular nitratos en las partes verdes de la planta, por lo cual puede resultar tóxica. Por via interna provoca serios y graves efectos, no debe emplearse como laxante ya que puede producir intoxicaciones. El aceite de mostaza en contacto con la piel provoca inflamación. Aplicaciones de más de 10 minutos pueden provocar ampollas y ulceraciones en la piel.</p>

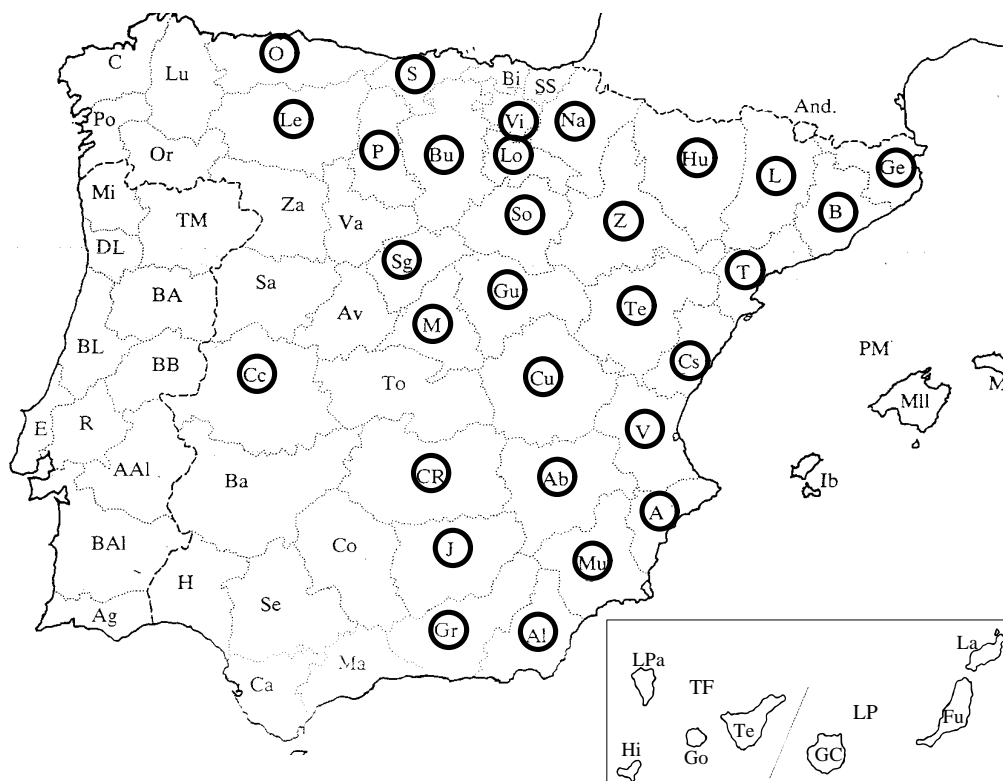
3.18. Familia **Ericaceae** (Ericáceas)

3.18.1. Género **Arctostaphylos**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARCTOSTAPHYLOS UVA-URSI (L.) Spreng.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Abugués, Agauja, Agaúva, Agayuba, Aguavilla, Arangoso, Arenoso, Arrastrera, Avugués, Azari-matsa, Azarimatza, Azeri-mahatsa, Azunges, Barruixes, Barruxes, Bizcoba, Boixereta, Boixerina, Boixeringa, Boixerola, Bosquerola, Buixereta, Bujarola, Bujarolla, Buxarola, Búxulo, Farigoler, Farinell, Faringola, Faringoler, Faringoles, Farinjoler, Farinola, Farnola, Farnolassos, Gallofera, Gallúa, Gallufa, Gallufera, Galluva, Galluvera, Garallufa, Gaulla, Gauva, GAYUBA, Gayuba de Europa, Gayubera, Gayuvera, Gayuvilla, Gorrincha, Grisirola en el turbón, Grisirolera en el turbón, Harinoso, Manzanera, Manzaneta, manzanilla de pastor, Manzanilla del pastor, Manzanillo, Medronheiro-rojante, Medronheiro-ursino, Muixes, Muxes, Otso-mats, Raim d'òssa, Uruga, Uva de oso, Uva-de-urso, Uva-ursi, Uva-ursina, Uvadús, Uvaduz, Zarabata.
ORIGEN.- Circumpolar, hemisfero norte
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas. Infusión, decocción, maceración, extracto seco y fluido, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Pequeño arbusto perenne, de poco porte, con los tallos reptantes y capaces de enraizar cuando estos se ponen en contacto con el suelo y que florece en primavera. Se desarrolla tanto sobre suelos silíceos como calcáreos. Altitudinalmente se sitúa entre las cotas 400 y 2.400 msnm, si bien en algún caso puede situarse por debajo de la cota mínima. Se presenta distribuida, fundamentalmente, en la mitad oriental de la Península.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ARCTOSTAPHYLOS UVA-URSI* (L.) Spreng.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

- A. arguta* Zucc. del sur de México. Los extractos del fruto son usados localmente como hipnótico.
- A. manzanita* Parry. del SO de USA. Las bayas se usan para hacer mermeladas. Los indios preparan una bebida alcohólica con los frutos.
- A. nevadensis* Gray. del SO de USA. Las hojas se fuman, mezcladas con tabaco por los indios locales.
- A. pungens* H.B.K. de California y México. Se consumen los frutos.
- A. tomentosa* Pursh. de la Columbia británica a California. Su madera se usa en USA para muebles de calidad. El fruto es consumido localmente y también se prepara una bebida alcohólica. Las hojas son fumadas por los indios.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos orgánicos como el ác. málico, ácidos fenólicos como el ácido gálico o el quínico, trazas de aceite esencial, resina, iridoideas, triterpenos.

b.- Principios activos

Heterósidos de fenoles sencillos (arbutósido, que se hidroliza a hidroquinona, acompañado de

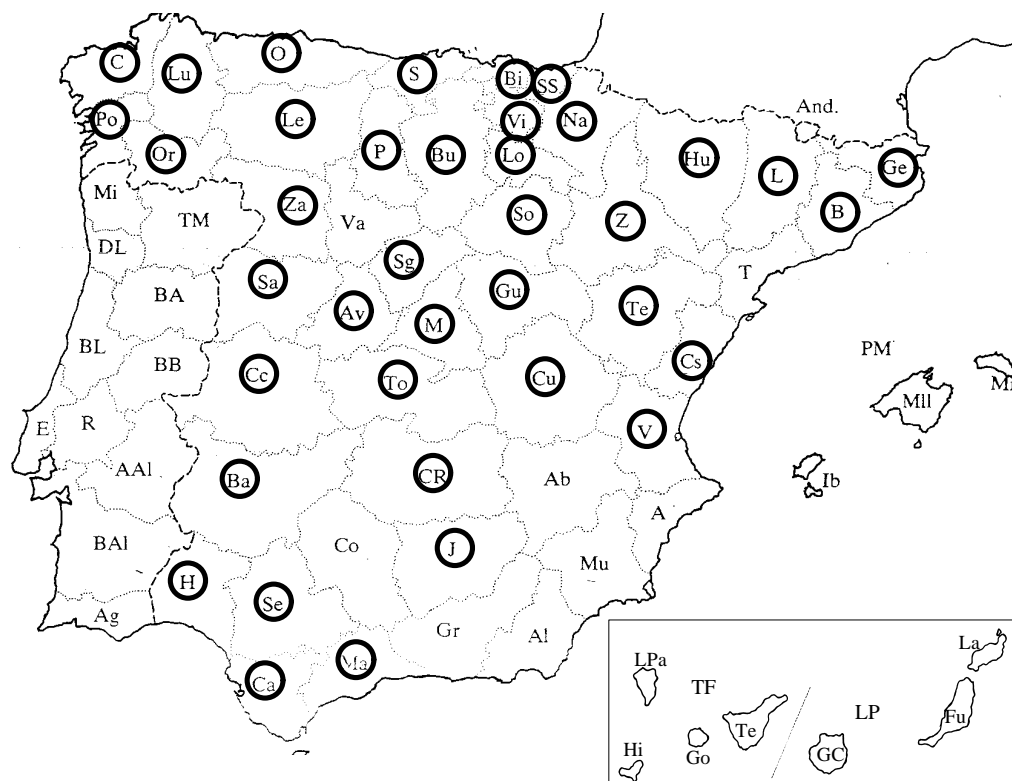
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ARCTOSTAPHYLOS UVA-URSI (L.) Spreng.</p>
<p>metilarbutósido); flavonoides; taninos hidrolizables.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.- Antimicrobianas; antisépticas urinarias, astringentes; cicatrizantes y diúreticas. La actividad antiséptica se manifiesta si la orina es alcalina.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Empleado en casos de cistitis, pielitis, uretritis, etc.</p>
<p>OTROS USOS.- Se emplea esta droga en homeopatía. También se ha usado en veterinaria. Con las hojas jóvenes se preparaba el té caucasiano o té kutai en Rusia. Los frutos han sido usados, localmente, para la alimentación humana bajo diferentes preparaciones, pero su sabor es astringente. Como especie tintórea fue usada por los indios americanos, éstos utilizaban las hojas para obtener pinturas sagradas con tonos pardos, ocre, grises y negros. Igualmente los indios de Canadá, antes de conocer el tabaco, fumaban las hojas de gayuba tostadas. Por la gran cantidad de taninos que contienen sus hojas se han usado para curtir pieles. Puede ser utilizado para fijar suelos y cubrir taludes laderas rocosas y pedregosas.</p>
<p>TOXICIDAD.- La hidroquinona a dosis muy elevadas puede ser tóxica y producir zumbidos, náuseas, vómitos, convulsiones, delirio y colapso. Dosis de 5 g, equivalente a 30-100 g de planta, puede ser fatal. El exceso de taninos puede provocar molestias gástricas y si se usa en periodos muy prolongados, daño hepático. Ensayos en animales de experimentación han mostrado actividad citotóxica para la hidroquinona.</p>

3.18.2. Género **Calluna**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CALLUNA VULGARIS</i> Salisbury
NOMBRES VERNÁCULOS.- Ainarr, Aiñarr, Añara, Argaña, Barba do monte, Bereza, Berezo, Bermeja, Berozo, Bierco, Biércol, Biércol merino, BRECINA, Brecinilla, Brezina, Brezo, Brezo brosa, Brezo común, Briecol, Brinzes, Bronsa, Brosa, Brossa, Bruc petets, Bruga, Bruguerola, Bruza, Carpaza, Carrasca, Carrasquinha, Carrassella, Carrochua, Carroncha, Carroucha, Cepell, Cipell, Elharr, Ganzo, Garbeña, Gauzo, Giñarr, Gorbeza, Gorbiza, Herba negra, Ilaurri, Ilharra, Ilharri, Illarr, Iñarr, Iñarra, Kiñarr, Magoriça, Mogarica, Mogariza, Mogariça, Mongariça, Queiriño, Queiró, Queiroga, Queirúa, Queiruga, Queiruga de cruz, Querihuela, Quirihuela, Quiroa, Quiroga, Quiróla, Sap, Torga ordinaria, Torga quebra panelas, Txillarr, Urcias, Urze, Urze do monte, Uz montés, Xipell, Zurikatx.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Decocción, extracto seco y fluido.
ECOLOGIA.- Especie arbustiva de hoja perenne, con tallos de hasta 1-(2) m de altura, las hojas dispuestas de forma empizarrada, opuestas y decusadas formando cuatro líneas a lo largo del tallo. Las flores, de color lila, aparecen en verano u otoño. De forma espontánea se asienta sobre substratos silíceos, pobres y con humedad, tanto edáfica como climática, constituyendo extensos matorrales. Altitudinalmente llega a alcanzar la cota 2.700, si bien normalmente se sitúa por debajo de los 2.000 m. Teniendo en cuenta su abundancia de forma natural, así como su mercado potencial, no se justifica en absoluto su puesta en cultivo, el cual no obstante, podría ser realizado con facilidad sobre substratos ácidos y silíceos, multiplicando la especie simplemente por división de matas. Se la puede confundir con facilidad con la especie <i>Erica cinerea</i> L. en la zona donde coincide su presencia.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CALLUNA VULGARIS* Salisbury

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

Existen numerosos cultivares para fines ornamentales.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Flavonoides.

b.- Principios activos

Arbutósido, taninos.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antisépticas especialmente de las vías urinarias, astringentes, antidiarreicas, diuréticas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Tradicionalmente utilizado como diurético, antiinflamatorio coadyuvante en las curas de infecciones urinarias benignas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CALLUNA VULGARIS* Salisbury

OTROS USOS.-

Especie melífera muy apreciada por las abejas, constituyendo una fuente de miel comercial denominada miel de "brezo". En Escocia añaden miel de este tipo al whisky de malta para la elaboración del licor "Drambuie"; por su parte el licor "Goldwasser" se elabora añadiendo las flores como aditivo.

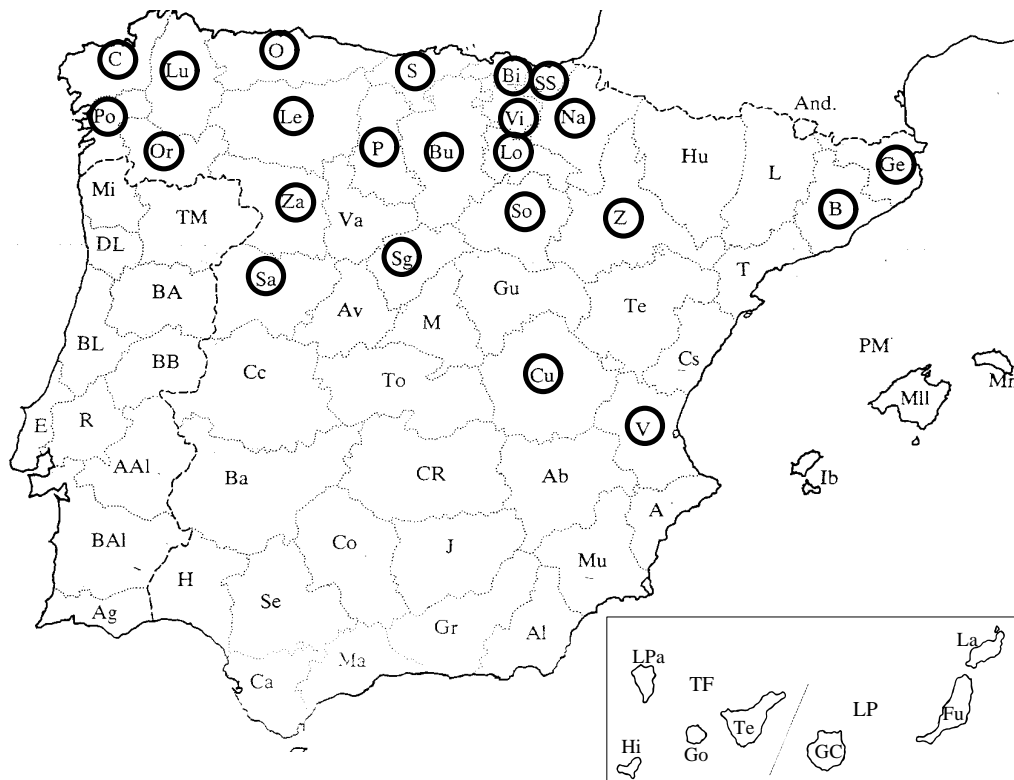
Sus ramas se utilizan en cestería para la fabricación de escobas y de techumbres para chozas. Especie tintórea utilizada para teñir de amarillo. Su madera es dura y pesada, con gran poder calorífico, utilizándose también para la elaboración de carbón vegetal de alta calidad. También se emplea como curtiente.

3.18.3. Género **Erica**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ERICA CINEREA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Ainarr, Añarzuya, ARGAÑA, Argaña, Brecina, Brezo, Brezo bermejo, Brezo ceniciento, Bruc vermell, Carpaza, Carrascina, Carrasquina, Carroucha, Estilarr, Estilarra, Garroucha, Guinorria, Ilarr, Ilarra, Ilharr, Ilharra, Queiró, Queiroa, Txilarr.
ORIGEN.- Europeo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Decocción, extracto fluido.
ECOLOGIA.- Especie arbustiva de hasta 75 cm de altura, con las hojas dispuestas en verticilos de 3. Florece en verano-otoño. Se da sobre terrenos silíceos o calizos lavados, y a veces relativamente secos. Altitudinalmente no llega a alcanzar las cotas que alcanza la especie anterior, situándose normalmente por debajo de los 1.500 m. Esta especie no es de las que constituyen por sí solas brezales, pero interviene en los constituidos por otras especies (por ejemplo brecina) como indicadora de las situaciones más cálidas y secas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ERICA CINEREA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Resinas.

b.- Principios activos

Arbutósido, taninos.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antisépticas especialmente de las vías urinarias, astringentes, antidiarreicas, diuréticas.

OTROS USOS.-

Planta melífera.

Usada como ornamental.

TOXICIDAD.-

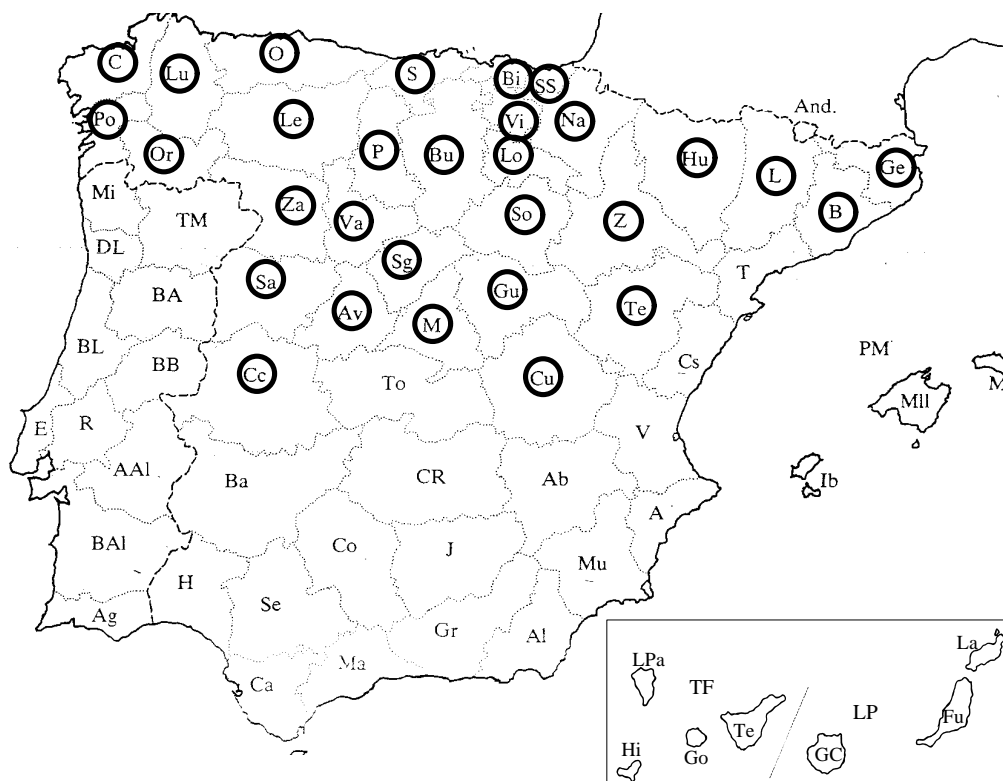
Es recomendable realizar tratamientos discontinuos.

3.18.4. Género **Vaccinium**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- VACCINIUM MYRTILLUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Abi, Abia, Afi, Amabia, Anabia, Anajó, Anajús, Anavia, Arabi, Arandanera, ARANDANO, Arándano común, Arandaño, Arande, Arandea, Arandeira, Arandilla, Arando, Avajó, Avajonera, Azari-mahats, Azarimat, Berro-mahats, Erva-escovinha, Gabi, Ganechs, Gardincha, Gerdera silvestre, Gerdonera silvestre, Herba dos arandos, Manzanilleta, Mervéndano, Miruéndano, Mirtil, Mirtilo, Mirtillo, Nabiu, Nabissera, Nadiu, Nadius, Naiet, Maió, Maionera, Nibixera, Obi, Oketa, Raím de pastor, Raspanera, Ráspero, Raspona, Rasponera, Uva do monte.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Frutos y hojas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura, jarabe.
ECOLOGIA.- El arándano es una especie arbustiva, de hoja caduca, que alcanza una altura de hasta 50 cm, y que florece en primavera. Se desarrolla sobre substratos silíceos de las zonas de montaña, fundamentalmente, de la mitad septentrional de la Península. Forma parte de pinares, hayedos, abedulares robledales, y brezales.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *VACCINIUM MYRTILLUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Otra especie de este género presente en España es *V. uliginosum* L. (arándano negro, nabiu uliginós) cuyos frutos son comestibles.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, azúcares, ácidos orgánicos, ácidos fenólicos, triterpenos, carotenos.

b.- Principios activos

Frutos: antocianósidos (derivados del cianidol, peonidol, delfinidol, malvidol y petunidol). Taninos hidrolizables.

Hojas: flavonoides (derivados del quercetol), proantocianidoles.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Los frutos presentan propiedades antihemorrágicas, vasoprotectoras, antiedematosas, favorecedoras de la circulación capilar, antihemorroidales; antiinflamatorias, antisépticas y astringentes. Las hojas, astringentes, antidiarreicas, fungicidas e hipoglucemiantes. Los antocianósidos inhiben la agregación plaquetaria.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- VACCINIUM MYRTILLUS L.</p>
<p>Facilitan la regeneración de la rodopsina, por lo que mejoran la visión en la oscuridad, aumentan la agudeza visual.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>En el tratamiento de las enteritis, como antidiarreico y antiséptico. También como diurético. En ocasiones se ha empleado como antihelmíntico. Las hojas para combatir la diabetes.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Los frutos se usan en la elaboración de vinos (así como para darles color) y licores; para la elaboración de mermeladas y confituras y su jugo puede utilizarse para la elaboración de bebidas refrescantes.</p> <p>Las hojas y los frutos se pueden usar en cosmética por sus propiedades astringentes para pieles grasas.</p> <p>Se cultivan para uso ornamental.</p> <p>Se han usado como especie tintórea (los frutos) para teñir de azul.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Los frutos de <i>V. uliginosum</i> L. y las hojas de <i>V. vitis-idaea</i> L. consumidos en grandes cantidades pueden resultar tóxicas.</p>

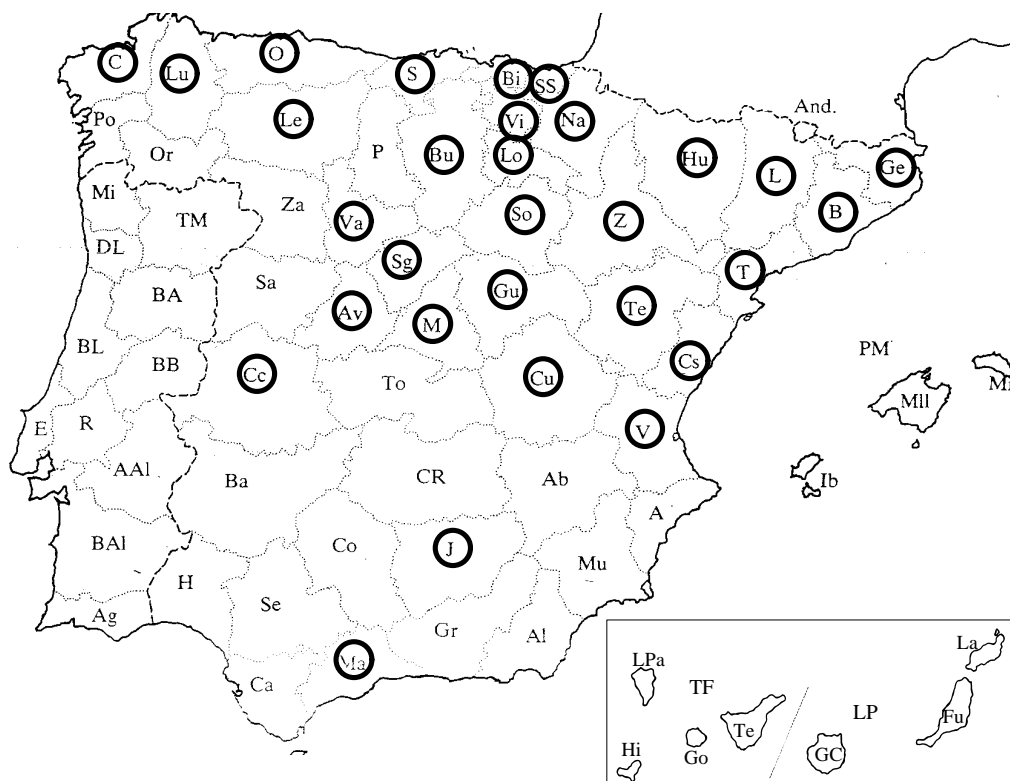
3.19. Familia **Primulaceae** (Primuláceas)

3.19.1. Género **Primula**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- PRIMULA VERIS L. (= <i>P. officinalis</i> (L.) Hill)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Bedats-lili, Bellorita, Bellorita de Jarava, Bichileta, Clavelina, Cucut, Flor de cucut, Flor de primavera, Flor de San José, Flora de San José, Gayadas, Gordolobillo, Herba del mos del diable, Hierba de la parálisis, Hierba de San Pablo, Hierba de San Pablo menor, Hierba de San Pedro, Matrimonios, Ostorika, Papagalls, Papagalls de Antequera, Papagalls de primavera, Pichilindra, Pichilines de San José, PRIMAVERA, PRIMAVERA COMÚN, Prímula, Prímula vera, Udaberrri-lorea, Vellorita, Vellorita de oro, Verbásculo, Yerba de la parálisis, Yerba de San Pablo menor.
ORIGEN.- Europeo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Rizomas y raíces, flores. Infusión, decocción, extracto fluido.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con tallo subterráneo corto (rizoma), con hojas en roseta basal y con tallos aéreos (floral) de hasta 30 cm de altura. Florece en primavera. Aparece, sobre todo, en zonas montañosas del norte y este de la península, frecuentemente en encinares. Prefiere lugares algo sombreados, setos, prados húmedos y orillas de arroyos. Altitudinalmente llega a superar la cota 2.000 m. En cuanto a suelos prefiere los suelos sueltos, fértiles y ligeramente calizos, si bien se adapta a suelos con pH ligeramente ácido. La recolección de flores y hojas se realizará poco antes de la plena floración y la del rizoma se efectuará al final del segundo año de cultivo o en la primavera siguiente, pero antes de que se produzca la floración. Aunque es una especie vivaz, por el hecho de recolectarse los rizomas, en cultivo dura dos (tres) años. No deben recolectarse las especies silvestres y en algunas zonas está protegida, por ello debe ser puesta en cultivo.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PRIMULA VERIS* L. (= *P. officinalis* (L.) Hill)

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Con fines ornamentales existen muchos cultivares de la especie híbrida *Primula x polyantha* Hort., conocida desde 1600, y que está constituida por un grupo de híbridos complejo en el que participan *P. vulgaris* Hudson, *P. elatior* (L.) Hill y *P. veris* L.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Flores: flavonoides y pequeñas cantidades de saponósidos, taninos, quinonas.

Rizomas y raíces: poliol (volemitol), aceite esencial, taninos, quinonas.

b.- Principios activos

Flavonoides, saponinas, heterósidos de sa serie salicífica (primeverósido y primulaverósido).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Diuréticas, espasmolíticas, analgésicas, antiinflamatorio, antiedematosas, antirreumáticas, balsámicas, expectorantes, febrífugas, sedantes e hipnóticas.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- PRIMULA VERIS L. (= <i>P. officinalis</i> (L.) Hill)</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se ha empleado en estados de ansiedad y en insomnio, como antitusígeno, como antipruriginoso en afecciones dermatológicas,</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las flores se utilizan para adulterar vinos, recubiertas de azúcar se consumen como caramelos.</p> <p>Las hojas se pueden consumir en infusión y si son tiernas en ensalada o incluso como verdura.</p> <p>En cosmética es especie ampliamente utilizada, empleándose las flores para el tratamiento de granos, verrugas, quemaduras de sol y arrugas; molidas y mezcladas con harina de avena o maíz se usan como limpiador, mezcladas con talco y manzanilla se utilizan como polvos corporales. El agua de destilación es un astringente suave y el destilado con vino se usa para lavados.</p> <p>Especie ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Puede producir dermatitis de contacto por la presencia de pelos glandulares en las hojas.</p>

3.20. Familia **Grossulariaceae** (Grosulariáceas)

3.20.1. Género **Ribes**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- RIBES NIGRUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Andare mahats beltxa, Andere mahats, Andere mahats gorri, Casis, Casís, GROSELLERO NEGRO, Riber negre.
ORIGEN.- Euroasiático
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas, brotes y frutos. Infusión, extracto seco y fluido, tintura, jarabe, zumo de fruto fresco.
ECOLOGIA.- No existe espontánea en la flora española. Especie arbustiva, vivaz, de 1 a 3 m de altura. Esta especie es intensamente aromática. Florece en primavera y los frutos maduran en otoño. En Europa se puede situar desde el nivel del mar hasta cotas por encima de los 3.000 m, si bien a grandes alturas los frutos no son dulces. Prefiere cotas de media montaña. En cuanto a suelos prefiere suelos frescos, profundos, sin problemas de encharcamiento y fértiles, con pH de moderadamente ácido a neutro. La formación de los frutos se realiza sobre las ramas nuevas, a diferencia de lo que ocurre en otras especies del género. En cultivo dura mucho tiempo (>15 años). La recolección se realiza en verano, ya sea de las hojas o de los frutos, si bien cuando se recolectan estos últimos, las bayas terminales de los racimos deberán todavía estar rojas.
COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Las hojas: Aceite esencial en pequeña cantidad, aminoácidos, ácido ascórbico, ácidos fenólicos Brotes: Ácidos diterpénicos, aceite esencial Frutos: Azúcares, ácidos orgánicos, ácido ascórbico, ácidos fenólicos, aceite esencial, taninos b.- Principios activos Flavonoides (en hojas, brotes y frutos), antocianósidos (frutos) Prodefinidoles dímeros y trímeros (hojas)
PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.- Antidiarréicas, antiinflamatorias, antirreumáticas, diuréticas, actividad vitamínica P, activadoras de la microcirculación retiniana, hipotensoras.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- RIBES NIGRUM L.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- La hojas como diurético y antiartrítico</p>
<p>OTROS USOS.- En Europa es ampliamente cultivado como planta de jardinería. Los frutos son utilizados para la confección de mermeladas y en la elaboración de bebidas con alto contenido en vitamina C y con propiedades vitamínicas P, así como para aromatizar aguardientes, y elaborar vino. Fermentados se usan para la elaboración de un licor (Cassis) Las hojas jóvenes se pueden utilizar como sustituto del té.</p>

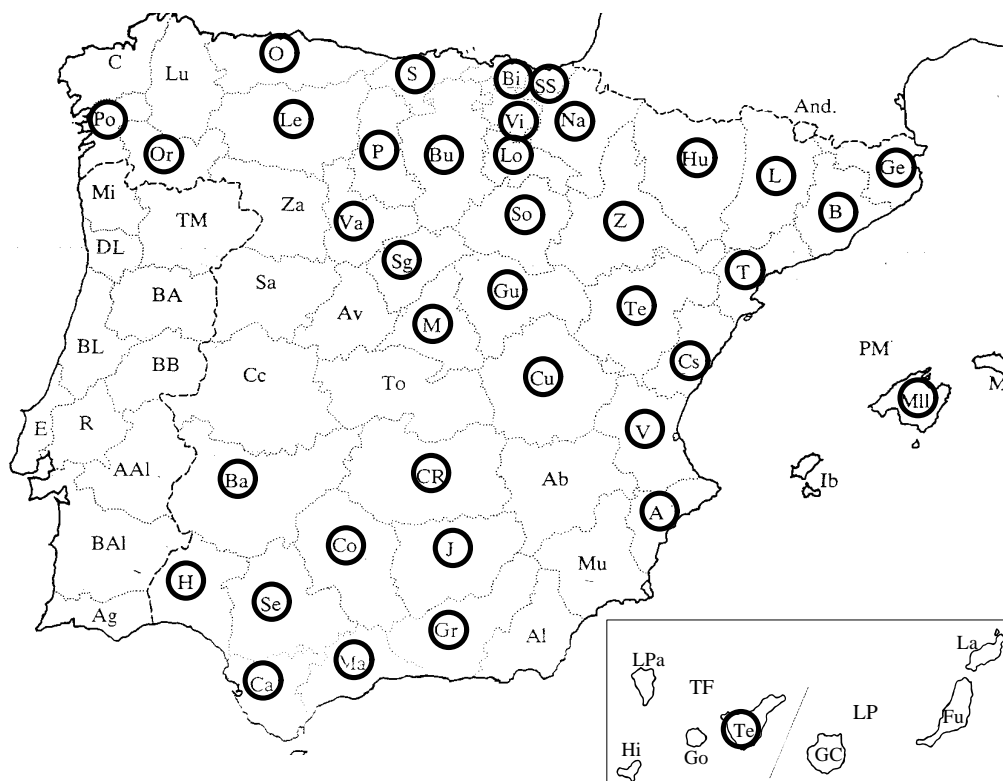
3.21. Familia **Rosaceae** (Rosáceas)

3.21.1. Género **Agrimonia**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- AGRIMONIA EUPATORIA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Agrimoní, AGRIMONIA, Agrimonia común, Agrimoña, Algafil, Algafite, Amores pequeños, Amóricos, Cabsitiella, Cabsitilla, Cabsotella, Cerverola, Eupatoria dos grecos, Eupatorio de los griegos, Gafetí, Hierba de garrotillo, Hierba del mal estrany, Hierba de la sang, Herberola, Hierba bacera, Hierba de San Antoni, Hierba de San Guillermo, Hierba del podador, Lachaskia, Lchatu, Lafatiñaxehe, Lapatiña, Latxaski, Mermasangre, Orrocheta, Orrortxeta, Serverina, Serverola, Serveta, Sésamo bastardo, Setsagnies, Usu belarr, Yerba de San Guillermo, Yerba del podador.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y sumidades floridas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, que se mantiene y propaga vegetativamente por medio de rizomas, con tallos de hasta 80-100 cm de alto, y que florece en primavera y verano. De forma espontánea se distribuye por casi toda la Península en las formaciones de orla de los bosques de encina y roble, principalmente, así como en setos y ribazos, en lugares herbosos a orillas de los cultivos. Altitudinalmente se distribuye por los pisos basal y montano, prefiriendo suelos ligeramente arcillosos, no pesados y sin problemas de encharcamiento. Prefiere los substratos ligeramente calizos. Para su cultivo se requieren suelos que sean frescos o que tengan posibilidades de riego, para poder asegurar el cultivo durante el verano. En el primer año la planta no emite el tallo floral, quedándose en forma de roseta basal; será a partir del segundo año cuando se forme el tallo. En cultivo dura bastantes años, tomándose como criterio para continuar con el cultivo la evolución de los rendimientos y el mantenimiento de unas producciones económicamente rentables, los cuales a su vez son función de las condiciones del terreno de cultivo. La recolección, se realiza al inicio de la floración. El producto de mayor calidad se obtiene aprovechando exclusivamente las sumidades floridas y las hojas inferiores. En el momento de la recolección debe tenerse en cuenta que a lo largo del día disminuye el contenido de aceites esenciales de la agrimonia.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *AGRIMONIA EUPATORIA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

La especie *Agrimonia repens* L. (= *A. odorata* Miller), originaria de Asia Menor, mucho más escasa en la flora española que la anterior, es cultivada como ornamental por ser planta olorosa.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Aceite esencial, principios amargos, triterpenos, fitosteroles, vitaminas.

b.- Principios activos

Flavonoides (apigenina, luteolina, quercetina, etc.), taninos.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antidiarréicas, astringentes, antiinflamatorias, antiartríticas, colagogas y coleréticas, vasodilatadoras coronarias, antihipertensivas, diuréticas y vulnerarias.

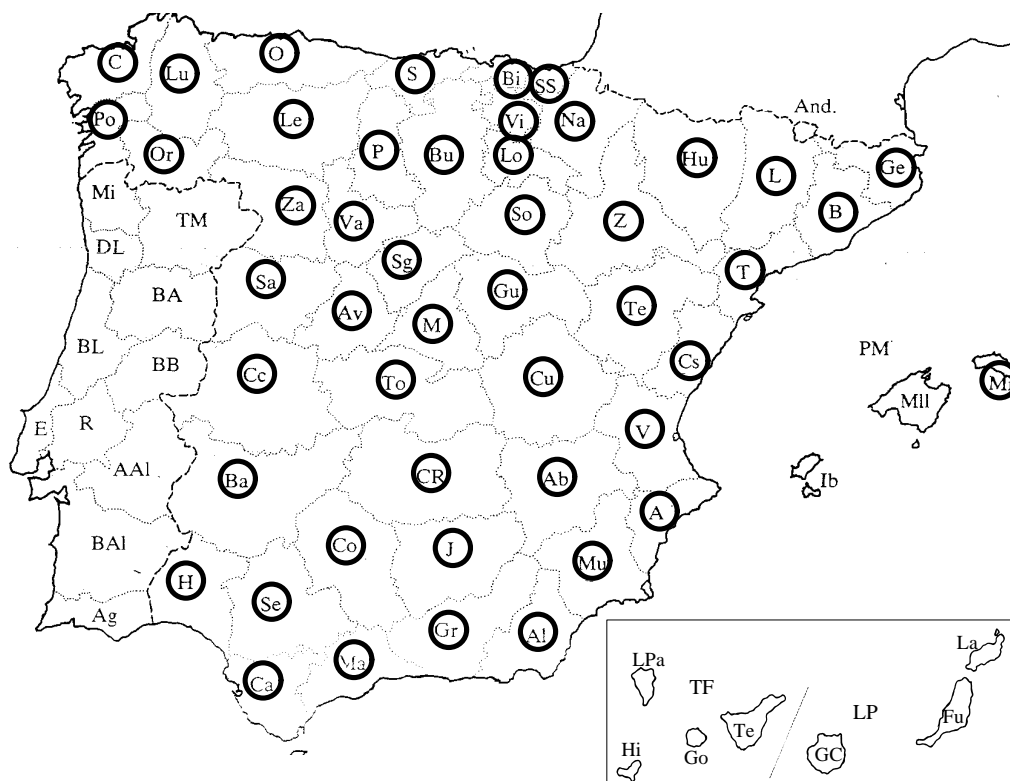
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- AGRIMONIA EUPATORIA L.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Como antidiarreico en niños. En incontinencia urinaria y cistitis. Empleada por sus propiedades astringentes en gargarismos en casos de faringitis y aplicada por vía tópica en heridas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las hojas se han utilizado para la preparación de té en algunas zonas.</p> <p>Se ha empleado como curtiente por su elevado contenido en taninos. Se utiliza también en cosmética, como componente de las hierbas para baño y en decocción para el tratamiento de alteraciones de la piel (granos y erupciones).</p> <p>Las hojas y tallos se han usado como fuente de tinte de color amarillo brillante. La intensidad del color varía con el momento de la recolección, así si se recolecta en septiembre la coloración será amarillo claro y si se recolecta más tarde la coloración amarilla es más intensa.</p> <p>Se utilizó como contraveneno en mordeduras de serpiente.</p>

3.21.2. Género **Crataegus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CRATAEGUS MONOGYNA Jacq.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Abillurri, Añurriatze, Arancibia, Arantza, Arantzalarr, Arç blanc, Arhantze, Ars, Biescas, Bizcoba, Bizcoda, Bizcodeña, Bizcosa, Bizcoteño, Carcabollero, Cirer, Cirer de pastor, Cirera de pastor, Cirerer, Cirerer de pastor, Cumbreira, Cornijo, Cornijuelo, Elhorri, Elorri, Elorri churiya, Elorri zuri, Elorri zuriya, Elorritxurri, Escalheiro, Escaramiñeiro, Escaramuñeiro, Escrambulheiro, Escuero, Espí, Espí blanc, Espinablo, Espinal, Espinalb, Espinalbo, Espinera, Espinera blanca, Espinera brava, Espinera de monte, Espinha branca, Espinheiro albar, Espinheiro branco, Espino, ESPINO ALBAR, Espino albar de hoja partida, Espino bizcobeño, Espino bizcobeno, Espino blanco, Espino majoleto, espino majuelo, Espiño, Estrepeiro, Estripeiro, Estripio, Estripio albar, Estripio bravo, Garboller, Gargaller, Guillorri, Gurrillon, Ilori-xuri, Ilurri, Illurritze, Majolero, Majoleto, Majuelas, MAJUELO, Manzanillas, Marjolero, Marjoleto, Matapiojos, Mayuelo, Perrilloteiro bravo, Periquitos, Peruyes, Pilriteiro, Pirliteiro, Pirlitero, Ram de Sant Pere, Trualler, Vizcoba de hoja partida.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidad florida. (Ocasionalmente pueden utilizarse las hojas y cortezas). Infusión, extracto seco y fluido, tintura, jarabe, droga pulverizada, nebulizado, (tisana de corteza).
ECOLOGIA.- Arbusto o arbolillo de hasta 2-4 m de altura (si bien algunos ejemplares pueden llegar a adquirir porte arbóreo), que florece en primavera. En España se encuentra en setos y bosques de casi toda la Península. Altitudinalmente prefiere los pisos basal y montano, si bien puede llegar a alcanzar el subalpino en Andalucía. Desde el punto de vista edáfico es una especie que vegeta bien en todo tipo de suelos, pero prefiere los suelos frescos y sueltos. Se presenta normalmente de forma aislada, si bien en alguna ocasión se puede encontrar formando rodales. Es una planta muy utilizada para formar setos espinosos ya que además de tener una valencia ecológica muy amplia, soporta muy bien las podas y desmoches. Las flores se recolectan en primavera, poco antes de la floración.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CRATAEGUS MONOGYNA* Jacq.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

El majuelo es una especie que presenta una gran variabilidad morfológica y es muy polimorfa lo que desde el punto de vista botánico se ha traducido en la descripción de diferentes formas botánicas, y/o subespecies, en concreto en España existen la subsp. *brevispina* (G. Kuntze) Franco, y la subsp. *azarella* (Griseb.) Franco.

OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

C. laciniata Ucria; *C. laevigata* (Poir.)DC. (= *C. oxyacantha* auct. non L.) (Espino blanco, Elorri-zuriya) en España es muy escasa, encontrándose en setos y bosques de Navarra y Vascongadas. Su madera es buen combustible y puede proporcionar un carbón excelente; su madera es muy dura y se puede usar para trabajos de tornería; sus frutos pueden ser consumidos en forma de mermelada; *C. azarolus* L. (Acerolo) se ha difundido su cultivo por sus frutos, a lo largo del Mediterráneo, pudiendo encontrarse asilvestrado en algunas zonas, como en Cataluña.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Trazas de aceite esencial, ácidos fenólicos, heterósidos cianogénéticos, saponinas, esteroides.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- CRATAEGUS MONOGYNA Jacq.</p>
<p>b.- Principios activos</p> <p>Flavonoides (hiperósido, espireósido, rutósido; vitexina, orientina y sus derivados ramnosilados); taninos condensados o proantocianidoles; aminas; ácidos triterpénicos pentacíclicos.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiespasmódicas, cardiotónicas, vasodilatadoras coronarias, hipotensoras, diuréticas y sedantes. Util en el tratamiento del eretismo cardíaco y en trastornos neurotónicos y del sueño.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se emplea para combatir el insomnio. En problemas de hipertensión y taquicardia.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se usa ampliamente como ornamental.</p> <p>Se emplea como patrón de otros frutales de la misma familia.</p> <p>Los frutos han sido y son consumidos por el hombre crudos, en conserva, cocidos o en ensalada.</p> <p>También se utiliza como especie tintórea ya que contiene un pigmento amarillo.</p> <p>Las hojas jóvenes se usan como sustituto del té y las semillas del café. También las hojas como sustituto del tabaco.</p> <p>La madera se ha utilizado para trabajos de carpintería, tornería y para la fabricación de bastones.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La corteza posee un compuesto tóxico pero no se conocen casos de envenenamiento. En algunos modelos animales se han observado síntomas de toxicidad aguda como bradicardia y depresión respiratoria que pueden llegar a parada cardíaca y parálisis respiratoria.</p>

3.21.3. Género **Filipendula**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- FILIPENDULA ULMARIA (L.) Maxim. (= <i>Spiraea ulmaria</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Altarcina, Altarreina, Erva das abelhas, Erva-ulmeira, Florón, Pasailora, Raina dos prados, REINA DE LOS PRADOS, Reina dels prats, Ulmária.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura, jarabe.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con tallos de hasta 1-1.5 m de altura y que florece en verano. Su hábitat lo constituyen los prados húmedos, al borde de cursos de agua, pantanos, turberas y alisedas de la franja norte de la Península desde Gerona hasta Galicia, así como en los valles de las montañas de la mitad norte de la Península fundamentalmente. Altitudinalmente alcanza la cota 1.800, con clima templado-húmedo de montaña. Requiere suelos húmedos (incluso encharcados) o en regadío. En cultivo puede durar hasta más de diez años. La recolección de las sumidades floridas se debe realizar al inicio de la floración y si se recolectan los rizomas, debe hacerse una vez que se haya muerto la parte aérea.

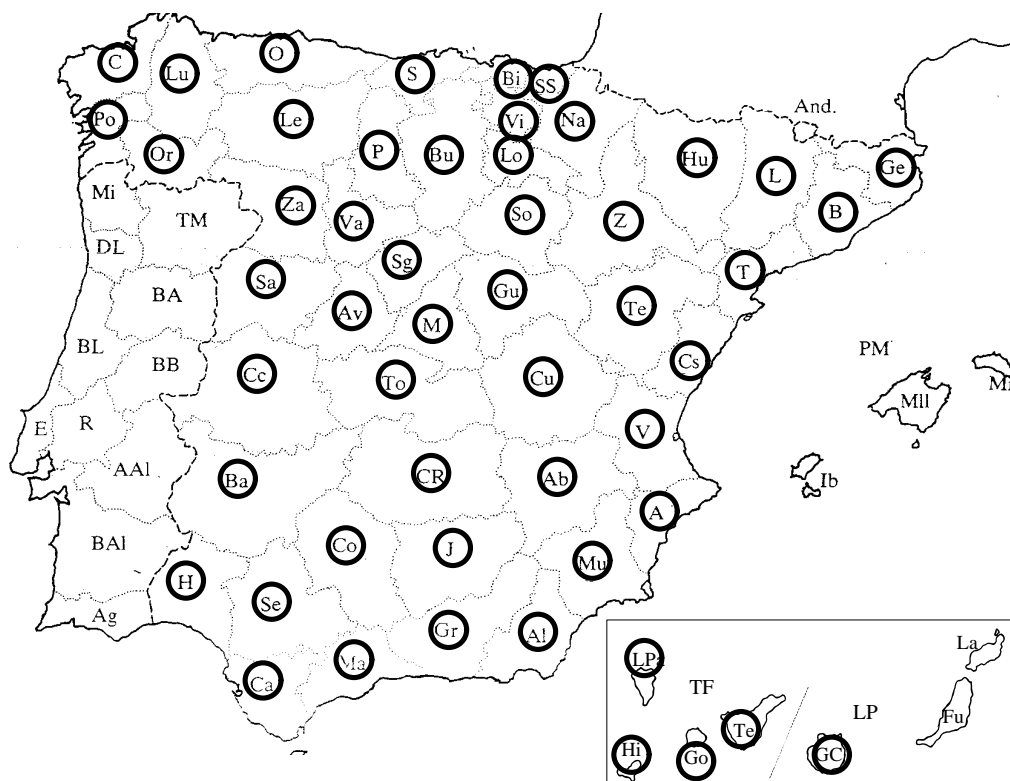
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- FILIPENDULA ULMARIA (L.) Maxim. (= <i>Spiraea ulmaria</i> L.)</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se emplea como diurético, en cistitis y dolores reumáticos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las flores frescas se usan para aromatizar algún tipo de vino y cerveza, y las hojas tiernas se usan para saborizar sopas.</p> <p>Planta tintórea par colorear de tonos ocres.</p> <p>El agua de la destilación se usa en cosmética y el aceite esencial en perfumería.</p> <p>Esta especie fue el punto de partida de la industria farmacéutica, como precursora (contiene ac. salicílico) de la Aspirina, de hecho la parte del nombre aspir- se debe a esta especie que antes se encontraba encuadrada en el género <i>Spiraea</i>.</p> <p>Ha sido usada como especie ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>No existen datos sobre la toxicidad, pero debe evitarse el uso excesivo o continuado. Está contraindicado su uso en caso de úlcera gastroduodenal, o tratamientos con anticoagulantes.</p>

3.21.4. Género **Rosa**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ROSA spp.
El género <i>Rosa</i> está ampliamente representado en la Península Ibérica, se encuentran en su flora de forma espontánea unas 28 especies, de las cuales de forma tradicional se han utilizado con fines fitoterapéuticos las especies ROSA CANINA L. , y ROSA GALLICA L. , y de ellas en mayor medida la primera.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Rosa canina L. .- Agavazo, Agavanza, Agavanzo, Alcaracache, Alkata atza, Arrosatze, Astoarrosa, Astolarrosa, Calambrujo, Caramujo, Carmín, Despullabelitres, Escambrujera, Escambrujo, Escanyavelles, Escarambrojo, Escaramujo, ESCARAMUJO, Escarbáculo, Escayu, Espino vero, Gabanceira, Gabarda, Galabardera, Garrabera, Gardanes, Gavanzo, Gavarnera, Gavarrera, Gratacul, Itxularrosa, Larrarrosa, Luisalea, Monjolinós, Otsalarr, Otsolaharr, Otsolaparr, Otsolarr, Otsonaharr, Otxolaharr, Peros de can, Picacostillas, Picaespalda, Rosa de cao, Rosal bravo, Rosal campesino, Rosal de culebra, Rosal del diablo, Rosal de escaramojos, Rosal garbancero, Rosal montés, Rosal perruno, ROSAL SILVESTRE, Roseira, Roser bord, Roser boscá, Roser caní, Roser de marges, Roser de pastor, Roser salvatge, Saparlarr, Saparr larr, Sasi arrosa, Silva d o mar, Silva macha, Silvao, Silvo macho, Tapacul, Tapaculo, Zarraculos, Zarza garbancera, Zarzaperruna, Zarzarrosa. Rosa gallica L. .- Larrosa-jericotarra, Rosa rubia, Rosal castellano, ROSAL DE JERICÓ, Roser gállic, Roser ver.
ORIGEN.- Euroasiático en ambos casos.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- <i>Rosa gallica</i> : Pétalos. Infusión, droga pulverizada, miel rosada, vinagre de rosas <i>Rosa canina</i> : Cinorrodones (Pseudofruto). Infusión, decocción, extracto fluido, tintura, jarabe.
ECOLOGIA.- Especies arbustivas, en el caso de la <i>R. gallica</i> de pequeño tamaño, a veces de porte enano y de hasta 3 metros de altura en el caso de <i>R. canina</i> . Las flores de la <i>R. gallica</i> son de color rojo y tienen un tamaño algo mayor que las de <i>R. canina</i> que son de color rosa o blanco. Florecen a finales de la primavera o principios del verano. Los rosales prefieren suelos firmes y con abundantes piedras, en altitudes que van desde el nivel del mar hasta alturas medias, en muy diversos climas. Proliferan en setos y formaciones de orla de los bosques en zonas poco arboladas. La recolección de los pétalos se debe realizar antes de la apertura de la flor; los escaramujos (cinorrodones) a finales del verano o durante el otoño; y las hojas en primavera. No se conocen cultivos de estas especies de rosas, si bien el rosal es un género muy utilizado en jardinería y para flor cortada.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ROSA spp.*

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

R. damascena Mill. se cultiva fundamentalmente en Bulgaria y *R. centifolia* L. especialmente en el sur de Francia y en Marruecos, en ambos casos se utiliza la flor para la obtención de los aceites esenciales.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

R. gallica: Azúcares, ácidos orgánicos, pectinas, lípidos, ceras, antocianósidos, flavonoides, saponinas.

R. canina: Azúcares, ácidos orgánicos, flavonoides, carotenos, Vit. C.

b.- Principios activos

R. gallica: Taninos (15%), aceite esencial (geraniol y citronelol).

R. canina: Taninos (2-3%)

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Rosa gallica.- Astringentes, antidiarréicas, antisépticas, tónicas, cicatrizantes. Está indicado en uso externo en forma de gargarismos, colutorios, lociones, etc.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ROSA spp.</p>
<p><i>Rosa canina</i>.- Antidiarreicas, astringentes, cicatrizantes, depurativas, diuréticas, tónicas, venotónicas, acción vitamínica P.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Astringente tanto por vía interna como tópica, antidiarreico. La esencia destilada de <i>R. gallica</i> se emplea en pomadas y preparaciones para gargarismos contra inflamaciones. El rosal silvestre viene utilizándose en el tratamiento de astenias funcionales.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>De forma tradicional y con fines medicinales se utiliza la miel de rosas elaborada con pétalos.</p> <p>Con el fruto, que es rico en vitamina C, es frecuente elaborar mermeladas. En algunas zonas se consumen los frutos en fresco pero, teniendo en cuenta que algunos autores consideran como tóxicas las semillas, es esta una práctica desaconsejada.</p> <p>El aceite esencial obtenido de sus pétalos se utiliza en perfumería y cosmética por sus propiedades calmantes y suavizantes. No obstante no todas las especies son adecuadas para obtener por destilación aceite esencial, siendo las principales especies <i>R.damascena</i> y <i>R centifolia</i>.</p> <p>Las hojas de <i>R. canina</i> se han utilizado como sustituto del té y sus frutos secos para preparar una bebida aromática.</p> <p>El agua de rosas se utiliza en cosmética por sus propiedades astringentes.</p> <p>Ambas especies han sido utilizadas como ornamentales, <i>R. gallica</i> en los jardines romanos y medievales, y <i>R. canina</i> en los hispano-árabes. Sus pétalos se utilizan en alimentación: los de <i>R. gallica</i> como saborizante en pastelería y para elaborar vinagre y los de <i>R. canina</i> en ensaladas y en mermeladas.</p>

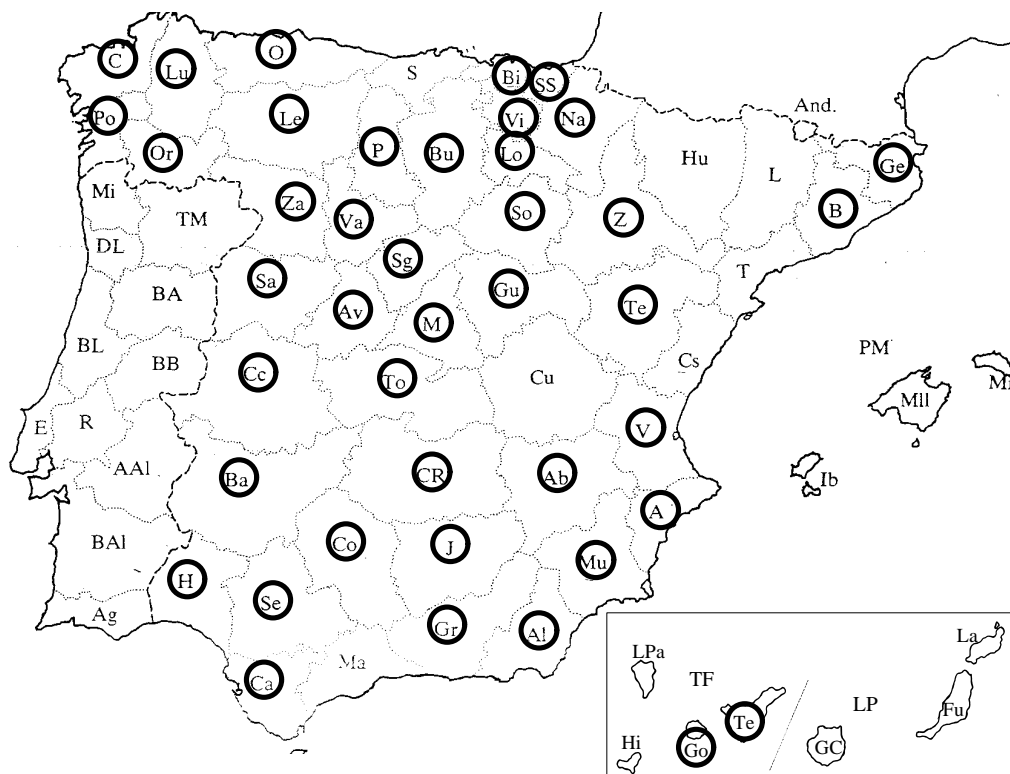
3.22. Familia **Fabaceae** (Leguminosas)

3.22.1. Género **Cytisus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CYTISUS SCOPARIUS</i> (L.) Link. (= <i>Sarothamnus scoparius</i> (L.) Wimmer ex Koch)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Chamica, Erkatz, Erkhatz, Erratza, Escoba, Escoba negra, Escobón, Escova, Erratza, Giesta, Giesta-braba, Giesta-ribeirinha, Giesteira-das-vassouras, Ginesta d'escombres, Ginestell, Ginestelle, Gisats, Gódua, Hiniesta, Hiniesta blanca, Hiniesta de escobas, Irasta, Iruntzi, Iruntzi-belarr, Isasa, Isats, Isatza, Isaxa, Itsuskilatz, Itzuskí, Jats beltz, Larrothe, Maias, Piorno, Retama, Retama de escobas, RETAMA NEGRA, Tximizta, Xesta, Xesta brava, Xesta mansa, Xesta molar, Xesta negra, Xesta negral, Xesteira, Xiniesta, Xiniestra.
ORIGEN.- Europeo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Toda la planta (principalmente flores y ramas jóvenes). Infusión, extracto fluido y seco.
ECOLOGIA.- Arbusto que puede superar los 2 m. de altura, que florece en primavera-verano. De forma espontánea se presenta mas frecuentemente sobre sustratos ligeros silíceos sin cal o descalcificados y arcillosos que en los calizos, formando parte de matorrales claros y formaciones de orla. Vive en los pisos montano y subalpino de toda la Península. Para conseguir el máximo contenido en principios activos se debe recolectar en plena floración. En la actualidad se cultiva en viveros para su uso ornamental y de reconstrucción medioambiental.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CYTISUS SCOPARIUS* (L.) Link. (= *Sarothamnus scoparius* (L.) Wimmer ex Koch)

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

Con fines ornamentales existen en el mercado diferentes cultivares (cv. 'Andreanus'; cv. 'Fulgens'; etc).

Desde el punto de vista botánico en España únicamente está presente la subsp. *scoparius*.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, aminoácidos, azúcares, resina, principios amargos, taninos.

b.- Principios activos

Las ramas contienen alcaloides principalmente esparteína; también genisteína, sarotamnina y lupanina. Flavonoides: escoparósido. Aminas aromáticas: hidroxitiramina, tiramina y epinina solo en las ramas jóvenes.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Gangliopléjico. Antiarrítmicas, cardiotónicas, estrogénicas, occitócicas, diuréticas, hemostáticas, hipertensoras, vasoconstrictoras.

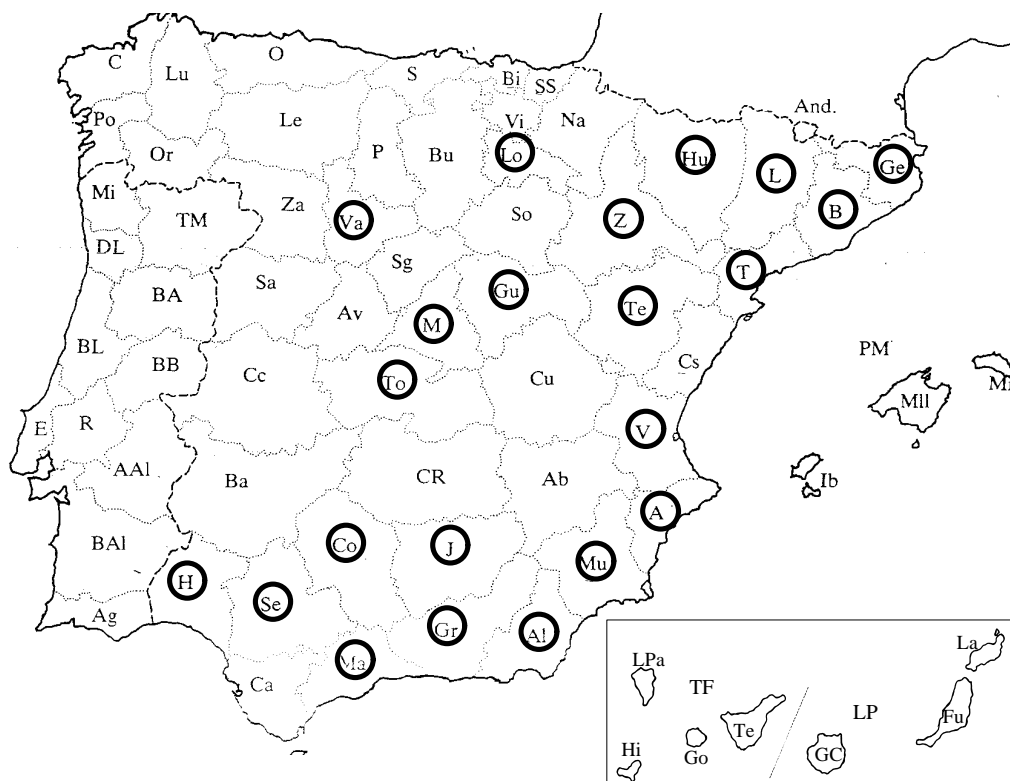
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CYTISUS SCOPARIUS (L.) Link.</i> (= <i>Sarothamnus scoparius (L.) Wimmer ex Koch</i>)</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Diurético, purgante.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las flores secas se usan para consumo como encurtidos; en cosmética en forma de lociones capilares y de infusión. Extractos oleosos en forma de masajes y de compresas.</p> <p>Las semillas tostadas se han usado como sustitutivo del café.</p> <p>Los tallos, si son tiernos, se han utilizado en la elaboración de cervezas sin lúpulo para dar sabor amargo; para la fabricación de escobas, cestos, y elementos constructivos; como cortinas; textiles; y si son de suficiente grosor en carpintería fina.</p> <p>Se utilizó como ornamental en los jardines romanos y medievales y también se utiliza en la actualidad con este mismo fin, así como en las obras de restauración medioambiental.</p> <p>Ha sido utilizada como especie tintórea.</p> <p>Especie melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La esparteína a dosis elevadas es tóxica, ocasionando, como consecuencia de los efectos gangliopléjicos, trastornos cardiovasculares y llega a ocasionar la muerte. Su uso debe ser controlado. La esparteína está contraindicada en el embarazo ya que es occitócica y cardiotóxica. Tampoco debe administrarse la droga durante la lactancia.</p>

3.22.2. Género **Glycyrrhiza**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- GLYCYRRHIZA GLABRA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Agarradera, Alcaçuz, Alcazul, Alcazuz, Alfender, Alfendoces, Fendor, Gocherroa, Gotxerro, Melosa, Orojúe, Ororuz, Ororuz común, Orosuz, Orozuz, Paliduz, Palo dulce, Palo dulce de Europa, Palo luz, Palodulce, Paloduz, Pan-duz, Pancachucho, Regalesia, Regaléssia, Regalicia, Regalissi, Regalíssia, REGALIZ, Regaliz de Europa, Regaliza, Rergalizia.
ORIGEN.- Sur y este de Europa. Existen muchas dudas de que también pueda ser originaria del suroeste de Europa.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíces y rizomas. Infusión, decocción, maceración, extracto fluido y seco, zumo, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Planta vivaz, cuya raíz principal puede alcanzar una longitud de 15-20 cm pero con un abundante sistema de raíces secundarias. De la zona de la corona se originan tallos subterráneos (rizomas). Los tallos aéreos llegan a alcanzar una talla de hasta 1 m de altura. Florece en primavera-verano. La recolección se realizará a partir del tercer año como mínimo, en otoño, previa eliminación de los tallos aéreos. Prefiere los lugares arenosos profundos y fértiles de vega, de los pisos basal y montano. Es una planta vivaz de larga duración pero en cultivo lo normal es mantenerlo entre 3 y 5 años realizando una única cosecha ya que se recolecta toda la parte subterránea.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *GLYCYRRHIZA GLABRA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

En el comercio se identifican tres tipos de regaliz, que muchos autores identifican como variedades de *G. glabra*, denominándoles como regaliz español, regaliz italiano y regaliz ruso.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Glucosa, sacarosa, manitol, almidón, resina, cumarinas, ácidos fenólicos, triterpenos, esteroides.

b.- Principios activos

Saponósidos triterpénicos (glicirricina o ácido glicirrónico); flavonoides: flavanonas (liquiritósido), chalconas (isoliquiritósido), isoflavonas, isoflavonoles, isoflavenos. Esteroides estrogénicos.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antibacterianas; antiácidas, antiespasmódicas, antiinflamatorias, antiulcerosas, carminativas, digestivas; demulcentes, béquicas, expectorantes y edulcorantes.

La glicirricina en experimentación animal o in vitro, parece poseer actividad antivírica, antihepatotóxica, inmunoestimulante, etc. El ácido glicirrónico presenta propiedades antiinflamatorias por lo que se emplea.

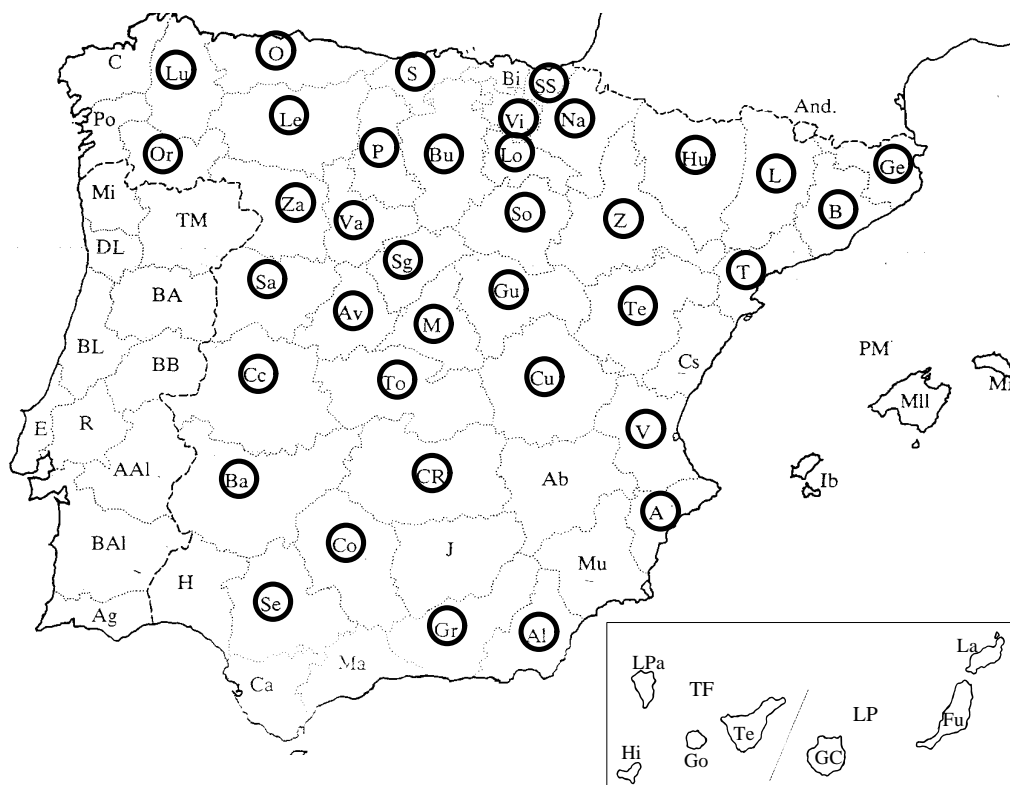
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>GLYCYRRHIZA GLABRA L.</i></p>
<p>por vía tópica, en crisis hemorroidales y en inflamaciones cutáneas como eritema solar, picaduras de insectos, etc.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Antitusivo y expectorante. En el tratamiento de las úlceras gástricas. En dismenorreas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En la industria farmacéutica, como edulcorante para enmascarar sabores desagradables (50-60 veces mayor poder edulcorante que la sacarosa). En la elaboración de caramelos y chicles, así como en la del tabaco de mascar. En la preparación de bebidas con o sin alcohol y en la industria de la cerveza.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El consumo excesivo o durante periodos prolongados de tiempo puede producir edemas, hipertensión, hipokaliemia, problemas musculares. Estos síntomas se deben a la presencia del ácido glicirrético. Está contraindicado su uso en embarazo, hipertensión y diabetes.</p>

3.22.3. Género **Melilotus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- MELILOTUS OFFICINALIS (L.) Pallas
NOMBRES VERNÁCULOS.- Almegó, Corona de Rey, Coronilla real, Fenet, Iechabalkia, Itxabalki, Itxabalkia, Melilot, MELIOTO, Meliloto oficial, Trébol de olor, Trébol de San Juan, Trébol oloroso, Trébol real, Trébol real oloroso, Trébole de olor, Trifoli olorós.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, extracto seco y fluido, emplastos.
ECOLOGIA.- Especie herbácea bienal, que florece en primavera-verano y cuyos tallos llegan a alcanzar tallas superiores a los 2 m. Cuando está seca desprende un olor agradable. Su periodo de floración se puede alargar desde primavera hasta otoño. Se adapta prácticamente a todo tipo de suelos, incluso los arcillosos y salinos. Prefiere los sustratos calizos “y donde suele darse la encina” (Font Quer), fundamentalmente del piso basal. En forma espontánea se da en condiciones bastante secas, si bien en cultivo deben de evitarse estas situaciones mediante el riego. Las sumidades floridas se deben recolectar en plena floración, lo cual ocurre el segundo año de cultivo, si bien algunas plantas pueden florecer el primero. La riqueza en principios activos decae a lo largo del día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *MELILOTUS OFFICINALIS* (L.) Pallas

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Lípidos, proteínas, ácidos fenólicos, flavonoides, saponósidos.

b.- Principios activos

Cumarinas: cumarina procedente de la hidrólisis del heterósido melilotósido.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Anticoagulantes; carminativas, antiinflamatorias, emolientes, astringentes, diuréticas, espasmolíticas, sedantes, vasoprotectoras y venotónicas, antihemorroidales.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Antiespasmódico y diurético. Loción para el cuidado de los ojos.

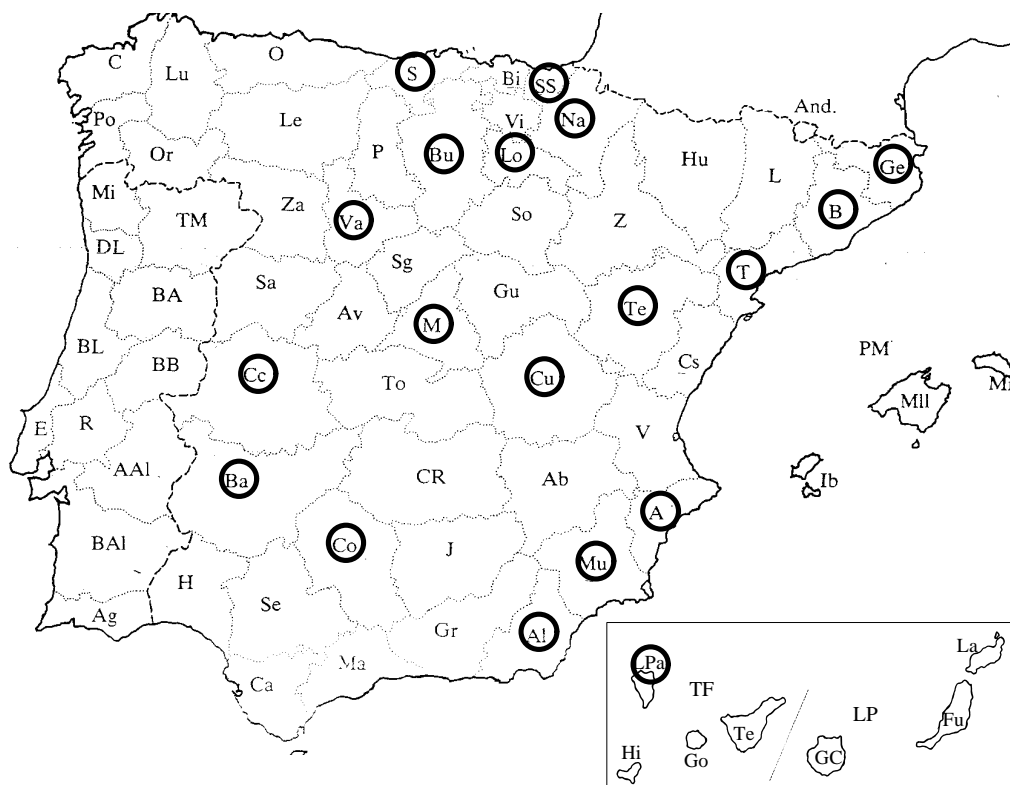
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>MELILOTUS OFFICINALIS</i> (L.) Pallas</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Las hojas y las flores se han usado con fines condimentarios.</p> <p>Se considera que posee propiedades repelentes para las polillas. Por sus cualidades anticoagulantes se ha usado para la fabricación de raticidas.</p> <p>Se usó como especie ornamental en la Edad Media.</p> <p>Es especie melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>No son recomendables los tratamientos de larga duración ya que se pueden presentar efectos indeseables.</p> <p>Normalmente es planta venenosa tanto para el hombre como para el ganado alimentado con meliloto mal conservado en el que puede provocar hemorragias, debidas a la formación de dicumarol. Contraindicado en úlceras gastroduodenales.</p>

3.22.4. Género **Trigonella**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- TRIGONELLA FOENUM-GRAECUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Aillurbe, Albalba, Albolba, Albolga, Alfofa, Alfoja, Alfolga, Alfolva, Alfolver, Alforba, Alforfa, Alforna, Alforsa, Alforva, Alforxa, Alfoura, ALHOLVA, Allibre, Allorbe, Alvolva, Banya de cabra, Caroba, Ervinha, Fenigrec, Fenocho, Fenogrec, Fenogreco, Fenogrego, Fenugrec, Feo, Finigrec, Graa, Graiño, Grao, Herba das alforxas, Senigrec, Tapissot, Tapissot bord.
ORIGEN.- Asia occidental
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Semillas. Decocción, extracto fluido y seco, tintura, droga pulverizada, emplastos.
ECOLOGIA.- Planta herbácea anual, de hasta 80 cm de altura, olorosa cuando seca, que florece en primavera-verano. El contenido en principios activos en las hojas disminuye a lo largo del día. La recolección del forraje se realiza en plena floración. Es una planta que tiene unas exigencias hídricas elevadas, máxime si se pretende poner en cultivo, lo que implica que se debe poder regar; no obstante evitar encharcamientos. En cuanto a suelos prefiere los de pH neutros o ligeramente básicos. La ventaja es que su ciclo de cultivo es corto, por lo que puede efectuarse un cultivo anual combinado.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *TRIGONELLA FOENUM-GRÆCUM* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Glúcidos, prótidos, lípidos, aceite esencial, flavonoides, cumarinas, esteroides, ácido nicotínico y vitamina C.

b.- Principios activos

Mucílagos. Saponósidos esteroídicos: diosgenina, yamogenina, etc. Alcaloides tipo piridina (gencianina, trigonelina), colina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Analéptico cardiovasculares, antihipertensivas; antianémicas; antiinflamatorias; aperitivas, tónico digestivas, demulcentes, emolientes, laxantes, diuréticas; galactógenas; hepatoprotectoras; hipoglucemiantes e hipocolesterolemiantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Ya era cultivada en tiempos de los asirios, para consumir sus semillas en forma de lentejas. Empleada como estimulante del apetito y también en dispepsias, gastritis. Reputado como afrodisiaco.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- TRIGONELLA FOENUM-GRAECUM L.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se cultiva como especie forrajera, empleándose toda la parte aérea como forraje para alimentación del ganado si bien su importancia ha decaído mucho. El aceite esencial se usa en perfumería y en la industria farmacéutica.</p> <p>En la India las semillas se utilizan para la elaboración de salsas, tintes y por sus propiedades medicinales.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>No se aconseja su empleo durante el embarazo y lactancia en dosis que excedan mucho de las encontradas normalmente en los alimentos, ya que se ha considerado como occitócico y se ha comprobado actividad estimulante uterina in vitro.</p>

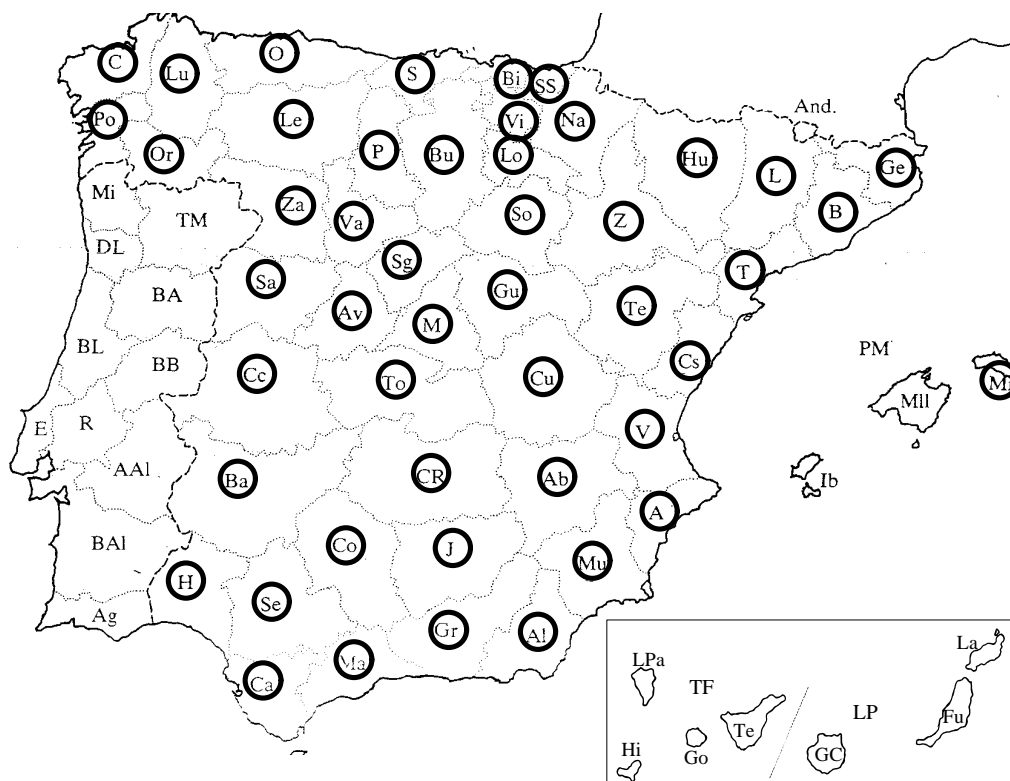
3.23. Familia **Lythraceae** (Litráceas)

3.23.1. Género **Lythrum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- LYTHRUM SALICARIA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Arroyuela, Egur-belarra, Erva-carapau, Estronca-sangs, Frailes, Lisimaquia roja, Litre, Litro, Salgueirinha, Salguieriño, SALICARIA, Salicária, Salicaria vulgar.
ORIGEN.- Europeo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Planta herbácea vivaz, con tallos subterráneos (rizomas) y con tallos aéreos de sección tetragonal que llegan a alcanzar hasta los 2 m de altura, oscilando su talla normal en las poblaciones espontáneas entre 0,5 y 1,5 m. La floración tiene lugar en verano o inicios del otoño. La salicaria se cria siempre cerca de los cursos de agua o lugares muy húmedos, por ello para su cultivo la humedad del suelo será un factor fundamental, por lo que se realizara en regadío. Prefiere los suelos con un pH básico, y por supuesto húmedos. Desde el punto de vista altitudinal se situa en el piso basal y la mayor parte del piso montano. Es una planta vivaz que en cultivo dura varios años, realizandose una única recolección al año, siendo conveniente realizarla cuando el racimo esté a medio florecer. El contenido en principios activos desciende a lo largo del día. Desde el punto de vista económico, hasta el momento, dada su abundancia de forma espontánea no ha hecho rentable su cultivo; no obstante abogamos por su cultivo y no por la recolección de la flora espontánea.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *LYTHRUM SALICARIA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Antocianósidos, mucílagos, flavonoides, ácidos fenólicos.

b.- Principios activos

Taninos gálicos.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antidiarréicas, antisépticas, astringentes, cicatrizantes, hemostáticas, tónicas. Indicado en colitis infecciosas y en úlceras varicosas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se utiliza como antidiarreico especialmente indicado en lactantes.

OTROS USOS.-

Las hojas se han usado en algunas zonas para obtener mediante fermentación un licor de baja graduación alcohólica; también han sido utilizadas para consumo humano junto a los tallos tiernos como verdura en

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *LYTHRUM SALICARIA L.*

periodos de hambre; asimismo reducidas a polvo son de utilidad en cosmética.

Por su riqueza en taninos se ha utilizado en ocasiones como curtiente.

De las flores se obtiene un colorante rojo de uso en pastelería.

Cultivada como ornamental.

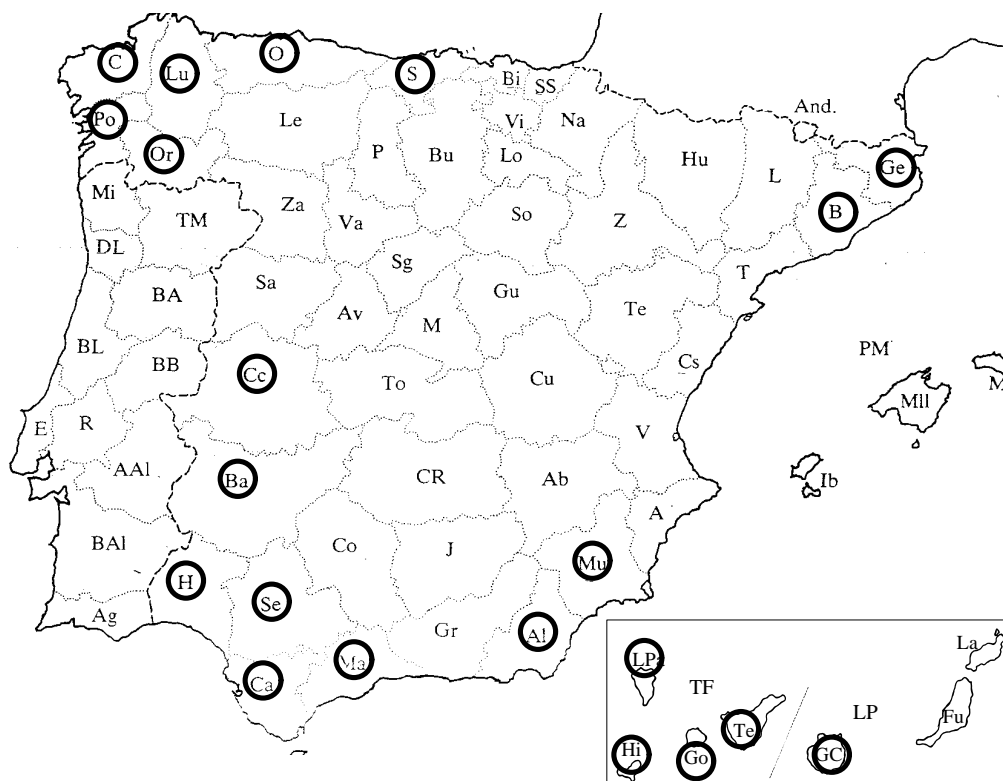
3.24. Familia **Myrtaceae** (Mirtáceas)

3.24.1. Género **Eucalyptus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>EUCALYPTUS GLOBULUS</i> Labillardiere
NOMBRES VERNÁCULOS.- Arbre de la salut, Calipes, Calipse, Calitro, EUCALIPTO, Eucalipto azul, Eucalipto blanco, Eucaliptus, Eucalito, Febrer, Gomeiro azul, Ocalito.
ORIGEN.- Australia
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas (cladodios) Decocción, extracto seco y fluido, jarabe, aceite esencial, droga pulverizada, vaporizaciones, inhalaciones o aerosoles. Se preparan cápsulas y supositorios.
ECOLOGIA.- Árbol de gran porte que puede llegar a superar los 60 m de altura. Florece en otoño e invierno. Se la considera la especie leñosa más difundida actualmente en mundo. En España se introdujo en la segunda mitad del siglo pasado habiendo en la actualidad unas 140.000 ha dedicadas a su cultivo, localizadas principalmente en la cornisa Cantábrica, Galicia y Suroeste peninsular. En España vive sobre suelos muy variados pero con pH superior a 5 y sin problemas de encharcamiento. Su crecimiento varía con la fertilidad de los suelos, siendo su desarrollo máximo sobre suelos profundos, con algo de cal asimilable y capa freática relativamente alta. Altitudinalmente en España se sitúa por debajo de los 350 m en el norte y por debajo de los 100 m en el sureste. No le convienen los climas fríos y continentales, ni los templados con inviernos muy fríos, ni los de estación seca muy larga y cálida. Sus mayores rendimientos se obtienen en climas suaves y con precipitación relativamente uniforme. Es una especie de luz, no tolerando la sombra ni la competencia con otras especies, solo se desarrolla bien en masas densas de árboles coetáneos.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *EUCALYPTUS GLOBULUS* Labillardiere

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Tanino, resina, terpenoides aromáticos (euglobales), ácidos fenólicos, flavonoides, cumarinas.

b.- Principios activos

Aceite esencial (0,5-3,5%), su componente mayoritario es el eucaliptol (1-8 cineol)

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antisépticas (principalmente de vías respiratorias), balsámicas, expectorantes, anticatarrales, antitusivas, antiinflamatorios, cicatrizantes, hipoglucemiantes, antihelmínticas.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

En afecciones de vías respiratorias.

OTROS USOS.-

La madera se utiliza profusamente en carpintería de construcción desde elementos estructurales como cerchas (por su escasa nudosidad y grandes dimensiones) hasta parquets; en ebanistería, en la fabricación de

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- EUCALYPTUS GLOBULUS Labillardiere</p>
<p>carrocerías y embalajes, para tonelería, en la construcción naval de bajura, en la fabricación de mangos de herramientas y otros objetos. Con su madera se obtienen tableros contrachapados resistentes y maderas laminadas muy buenas. Los rollos de pequeño diámetro proporcionan estacas, pilotes, postes y apeas de mina. Se ha usado como traviesas y es buena para la construcción de puentes y se emplea también en carretería. La madera es muy buena para la obtención de pasta de celulosa, siendo además de fácil blanqueo. Es buen combustible.</p> <p>Se utiliza como ornamental, usándose tanto en forma de pies aislados como en grupos alineados o no.</p> <p>Las “hojas” son ricas en aceite esencial del tipo cineol-pineno, se obtiene por destilación y se usa en la industria químico-farmacéutica y de confitería (Huelva se ha convertido en el segundo productor mundial de aceites de eucalipto). La hojarasca seca procedente de destilación se utiliza como combustible para la propia destilería o para tejares.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>La esencia <i>per os</i> debe ser administrada con precaución porque su sobredosis puede ocasionar, entre otros efectos, gastroenteritis, hematuria y depresión respiratorias. En niños puede ser mortan la ingestión de algunos ml. El cineol es neurotóxico, epileptógeno, por ser inhibidor de la respiración tisular y de los gradientes iónicos a nivel encefálico.</p>

3.25. Familia **Viscaceae** (Viscáceas)

3.25.1. Género **Viscum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- VISCUM ALBUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Almuérdago, Alquisan, Amuérdago, Arfuero, Arfueyo, Aspiclero, Aspielero, Astura, Auki, Bigura, Biguri del vesc, Liga, Liga de Europa, Liria, Lizka, Marajo, Midura, Migura, Mihula, Mihura, Mira, Miru, Miula, Miura, MUERDAGO, Muérdago blanco, Ostura, Pigura, Puhura, Puhure, Tiña, Usta, Utzuri, Vesc, Vescarsí, Visc, Visc del pí, Visc querci, Visca, Viscarí, Viscarsí, Visco, Visco quercino, Viscol, Visgo, Visque, Visquera, Visquercí, Yostura, Yura.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y ramas jóvenes.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz y hemiparásita sobre diversas especies arbóreas (en función de las diferentes subespecies hay una especificidad de especies hospedantes), cuyo sistema radicular se introduce y coloniza los tejidos vasculares del hospedador. Por su capacidad de infestación, el muérdago causa graves daños en los cultivos arbóreos a los que ataca; dicha capacidad se debe a la alta plasticidad meristemática y enzimática de su sistema haustorial. Por el momento se desconocen los mecanismos bioquímicos que regulan la especificidad huésped-parásito. La especificidad huésped-parásito tiene asociada una distribución también particular, así: subsp. <i>album</i> Se presenta entre los 50 y 1.500 m de cota, florece preferentemente entre marzo y abril, y se presenta en el tercio norte de la Península, esporádica en el centro y sur y falta en el cuadrante suroccidental. La subsp. <i>austriacum</i> , que parasita a pinos, se sitúa entre los 350 y 1.600 m de cota, florece entre marzo y mayo, y se presenta en el centro y este de la Península, y la subsp <i>abietis</i> , que parasita abetos, se sitúa entre los 1.000 y 1.500 m de cota, florece entre marzo y mayo y en la Península solo se localiza en Pirineos. La propagación se realiza fundamentalmente por medio de los pájaros, que consumen sus frutos, y en sus deyecciones y gracias de un mesocarpo viscoso puede adherirse al futuro huésped.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>VISCUM ALBUM L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Taquicardia nerviosa. Nervios.</p>
<p>OTROS USOS.- En fitoterapia se usan las ramas y hojas jóvenes en forma de infusiones, polvo, extracto fluido, tintura y jugo de la planta fresca, siempre para uso interno, teniendo cuidado con su prescripción. Mediante maceración y fermentación de los frutos se obtiene una sustancia pegajosa que se ha utilizado para hacer liga, con la que se preparaban trampas para cazar pájaros. En la actualidad es una fuente de compuestos cancerostáticos utilizados en tratamientos de células tumorales.</p>
<p>TOXICIDAD.- Las bayas son tóxicas llegando a producir la muerte si el consumo de las mismas es elevado (el consumo de unos 20 frutos puede provocar la muerte de un adulto); a dosis más bajas producen también efectos indeseables en forma de alteraciones nerviosas y cardíacas. Se debe prescribir en forma de tratamientos discontinuos y progresivos, iniciados a dosis bajas.</p>

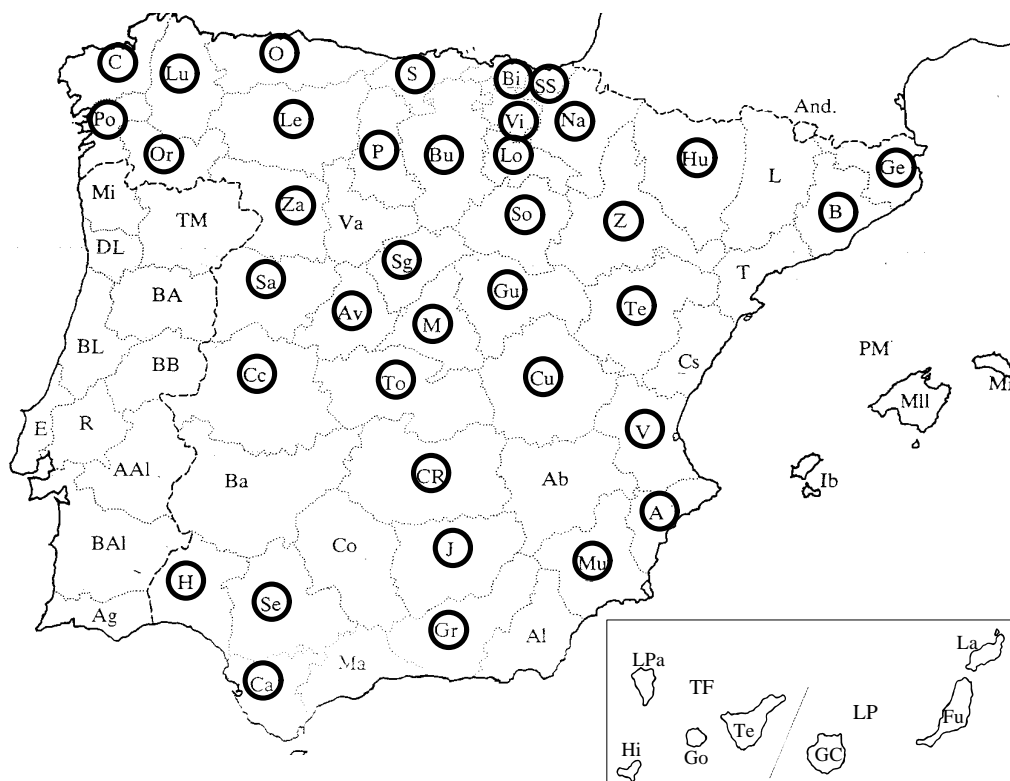
3.26. Familia **Rhamnaceae** (Rhamnáceas)

3.26.1. Género **Frangula**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>FRANGULA ALNUS</i> Mill. (= <i>Rhamnus frangula</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alno baccífero, Amieiro negro, ARRACLÁN, Arraclanera, Avellanillo, Avellano, Avellano bravío, Corazón de sangre, Chopera, FRÁNGULA, Hediondo, Lagarinho, Larraezqui, Ollacarana, Ollakabar, Ollakaran, Ollakarana, Ollaran, Pudio, Salguera del Vierzo, Sanapudio negro, Sangredo, Sangrego, Sanguero, Sanguinho de agua, Sanguino, Txorigurr, Vern bord, Vern negre, Zumalacarra, Zumalakarr.
ORIGEN.- Euroasiático, en el entorno del Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Corteza del tallo y ramas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Arbusto o arbolillo de hasta 3-4 m de altura, que florece en primavera-verano. Es una especie muy exigente en humedad por lo que se localiza de forma espontánea en posiciones de vaguada, en los cursos de agua, en lugares sombreados y de espeso matorral. Prefiere los substratos silíceos y en particular los graníticos. Altitudinalmente se sitúa en los pisos basal y montano, escaseando sobre todo en la mitad meridional y no es abundante en ningún sitio. Brotan bien de cepa y de raíz, pero estos renuevos tienen poca vitalidad; su multiplicación se puede realizar preferentemente por semillas y posterior trasplante al cabo de un año. La utilización de su corteza ha de implicar, para que no lleve de forma necesaria a la eliminación del pie, que se realice con criterios de sustentabilidad.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *FRANGULA ALNUS* Mill. (= *Rhamnus frangula* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

La frágula ha estado hasta hace poco tiempo encuadrada dentro del género *Rhamnus* con el que tiene en común, desde el punto de vista de la fitoterapia, sus propiedades y la toxicidad de los frutos. El género *Rhamnus* tiene una amplia representación en la flora española constituyendo en algunos casos formaciones de orla de los encinares. Desde el punto de vista de su utilización en fitoterapia las especies más importantes son:

R. alaternus L. (= *R. myrtifolia* Willk.), carrasquilla, de la que se usan las ramas con hojas por sus propiedades antisépticas, hipotensoras e hipoviscosizante sanguíneo, pero debido a los compuestos antraquinónicos debe utilizarse con precaución a las dosis correctas y no en tratamientos de larga duración.

R. purshiana D.C., cáscara sagrada, de la que se usa la corteza desecada de tronco y ramas por sus propiedades similares a las de frágula, pero de efectos más drásticos. Esta especie no existe en la flora española.

R. cathartica L., espino cerval, de la que se usan los frutos maduros por sus propiedades similares a las de frágula, si bien deben usarse con precaución en cuanto a la dosis y en tratamientos cortos.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Flavonoides, taninos y trazas de alcaloides ciclopeptídicos.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>FRANGULA ALNUS</i> Mill. (= <i>Rhamnus frangula</i> L.)</p>
<p>b.- Principios activos</p> <p>Antraquinonas (3-8%): geninas libres (principalmente emodol). Heterósidos: en la droga fresca predominan las diantronas de las formas reducidas, en la droga seca las formas monoméricas oxidadas (monosídicas: frangulósidos A y B, y diosídicas: glucofrangulósidos A y B).</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Colagogas, laxantes o purgantes según dosis, cicatrizantes.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se conoce y utiliza desde hace siglos por sus propiedades laxantes o purgantes. Depurativa, tónica. La droga fresca tiene efectos drásticos debido a la presencia de las formas reducidas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>De la corteza se extrae un colorante de color amarillo. De los frutos, un tinte de color verde, que cuando están maduros se torna en azulado o grisáceo.</p> <p>Su madera se usa para chapar pequeñas superficies y para hacer hormas para zapatos; también se utiliza para fabricar carbón que es muy apreciado en la fabricación de la pólvora. Los tallos se usan en cestería.</p> <p>Se utiliza como especie ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>No debe utilizarse en periodos prolongados, solo de forma ocasional (máximo 8-10 días), ya que el empleo de dosis muy elevadas o periodos largos puede originar diarreas y dolores abdominales, así como trastornos electrolíticos. Esto ocurre en general con todas las especies que contienen antracenosósidos. No es conveniente tampoco su administración a niños menores de 12 años, ni a embarazadas. Puede existir interacción entre con antiarrítmicos tipo I, digitálicos y otros medicamentos.</p> <p>La ingestión de sus frutos, dependiendo de las dosis, puede provocar desde dolores abdominales y cólicos violentos hasta hemorragias fuertes, problemas renales, respiración dificultosa y muerte.</p>

3.27. Familia **Hippocastanaceae** (Hippocastanáceas)

3.27.1. Género **Aesculus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- AESCULUS HIPPOCASTANUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Castanheiro da India, Castanyer bord, Castanyer d India, castaño caballuno, CASTAÑO DE INDIAS, Castaño loco.
ORIGEN.- Desde los Balcanes hasta el Himalaya.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Corteza y semilla. Decocción, extracto seco y fluido, tintura.
ECOLOGIA.- Especie arbórea de hoja caduca que puede alcanzar tallas de hasta 30 m, y hasta 5 m de circunferencia en la base del tronco. Florece en primavera, siendo olorosas las flores. Sus frutos, que son muy similares a los del castaño, no son comestibles porque tienen un sabor muy amargo. Su cultivo se haya ampliamente extendido por las zonas templadas de todo el mundo. Principalmente se utiliza, por follaje y color de la floración, como especie ornamental en la confección de parques y jardines públicos. En cuanto a suelos resulta ser indiferente, si bien prefiere los silíceos, frescos pero sin problemas de encharcamiento, sueltos y fértiles. Se multiplica con mucha facilidad por semilla y puede rebrotar de cepa. De joven tolera la sombra que le puedan proyectar otras especies y tiene un crecimiento rápido. Resiste los fríos intensos. En sus zonas de origen se sitúa entre las cotas 1.000 y 1.300 m, en umbrias y valles asociado a otras especies como pueden ser fresnos, arces, nogales, etc.
DISTRIBUCIÓN.- En parques y jardines de casi toda España.
COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Semilla: muy rica en almidón, ciclitoles, lípidos b.- Principios activos Semillas: saponósidos (escina), procianidoles, flavonoides Corteza: Cumarinas (esculósido, fraxosido, etc.), taninos.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>AESCLUS HIPPOCASTANUM L.</i></p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiinflamatorias, antiedematosas, venotónicas, propiedades vitamínicas P, antihemorroidales, diuréticas, antiateromatoso. La corteza es también ligeramente astringente.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>En terapéutica desde hace mucho tiempo como, antiedematoso, en flebitis, varices y otras patologías venosas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como especie tintórea se utiliza la corteza para teñir de color amarillo la lana. La madera se utiliza para cajero, ya que se pudre con facilidad, se trabaja mal y resiste mal las variaciones de humedad. No es apta para el carboneo porque quema rápidamente.</p> <p>Se usa profusamente con fines ornamentales como árbol de sombra.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Por su parecido con las castañas pueden ser consumidas por los niños, si bien son amargas, y pueden provocar gastroenteritis, midriasis y somnolencia. La escina, que se obtiene de los cotiledones, puede generar efectos indeseados incluso en uso externo que puede ser necrosante. A dosis terapéuticas no es tóxica. Contraindicado en embarazo.</p>

3.28. Familia **Rutaceae** (Rutáceas)

3.28.1. Género **Citrus**

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CITRUS spp.</i></p>
<p>El género <i>Citrus</i> está compuesto por unas 16 especies originarias del sur y sudeste asiático y Península malaya. En España tiene una gran representación como especies frutales, siendo su cultivo uno de los más importantes en algunas regiones del país. Su producción con fines medicinales o aromáticos carece de importancia si se compara con su uso frutal, de hecho el más general, sólo subproductos de estos cultivos se emplean con otros fines distintos a los de alimentación.</p> <p>Desde el punto de vista medicinal, condimentario y aromático, las especies más importantes del género son: <i>Citrus aurantium</i> L. (= <i>C. bigaradia</i> Risso et Poiteau, <i>C. amara</i> Link, <i>C. aurantium</i> L. var. <i>bigaradia</i> Hook.) y <i>C. sinensis</i> (L.) Osbeck. (= <i>C. aurantium</i> var. <i>sinensis</i> L., <i>C. aurantium</i> L var. <i>vulgare</i> Risso et Poiteau), y <i>C. limon</i> (L.) Burm. fil.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p><i>Citrus limon</i> (L.) Burm. fil.- Limoeiro, Limoiaritz, Limoiondo, LIMÓN, Limón agrio, Limoneiro, LIMONERO, Llimoner, Llimonera.</p> <p><i>Citrus aurantium</i> L.- Azamboa, Azamboero, Larando, Larango, Laranjeira azeda, Laranxeira azeda, Limón de confitar, Naranja amarga, Naranjero agrio, NARANJO, Naranja agrio, NARANJO AMARGO, Naranja chino, Naranja real, Taronger agre, Taronges de la China, Toronjo, Zamboa, Zamboero.</p> <p><i>Citrus aurantium</i> L. var. <i>bergamia</i> Risso.- BERGAMOTA</p> <p><i>Citrus sinensis</i> (L.) Osbeck .- Laranaitz, Laranjeira, Laranjeira da China, Laranondo, Laranxeira, Larrandi, Naranjero dulce, Naranja de la China, NARANJO DULCE, Naranja portugués, Taronger.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>El género <i>Citrus</i> es originario del sur y sudeste de Asia.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas, flores, y frutos.</p> <p>Infusión (hojas o de flores), decocción (pericarpio), extracto fluido, tintura, jarabe, aceite esencial, aguas aromáticas de <i>Citrus aurantium</i> (“agua de azahar”).</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Las especies del género <i>Citrus</i> son árboles o arbustos que pueden alcanzar los 12 metros. Flores solitarias o en cimas de color blanco, y muy perfumadas. Fruto en hesperidio con o sin mamelón apical y con el exocarpo rugoso y glanduloso.</p> <p>Estas especies suelen florecer en los meses de primavera, la maduración de los frutos comienza a partir del otoño.</p> <p>Altitudinalmente los cítricos se implantan fuera de su zona de origen hasta los 500 o 750 m (en Levante normalmente están situados hasta los 400 m).</p> <p>Son bastante exigentes en cuanto a las condiciones climáticas, requiriendo un clima suave con temperaturas entre los 13 y los 40 °C, teniendo unos valores óptimos alrededor de los 25 °C; valores más bajos de 13 °C pueden afectar la calidad de la fruta. Son sensibles a los vientos fuertes, que provocan la caída de las flores y frutas. No resisten las heladas.</p>

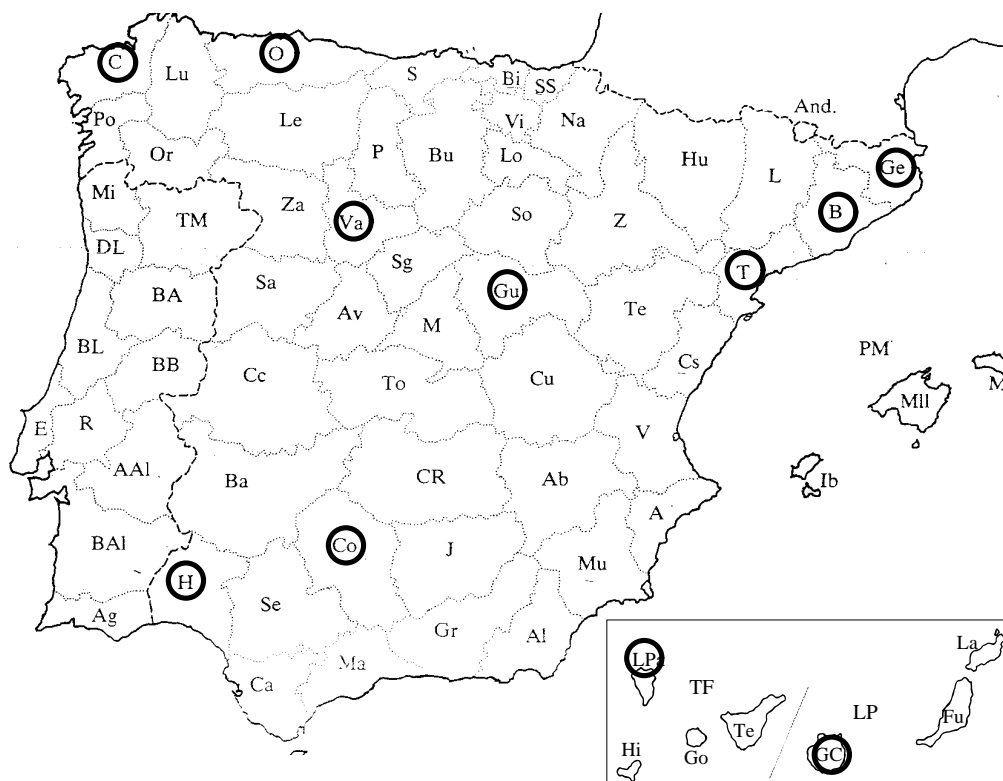
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CITRUS spp.</i></p>
<p>eriodictiósido, etc. y heterósidos de flavonas como la diosmina y el rutósido. Aceites esenciales ricos en limoneno, linalol, nerol, etc.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Vasoprotectoras, venotónicas y vitamínicas. Antidiarréicas, antiespasmódicas, aperitivas, eupépticas, carminativa, tónicas, hipocolesterolemiantes, laxantes, sedantes, hipnóticas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Tradicionalmente se viene utilizando como estimulante del apetito y en alteraciones digestivas, la hoja y la flor tanto de la naranja amarga como de la dulce se emplean en el tratamiento de trastornos nerviosos menores, alteraciones del sueño, etc.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Como especies aromáticas se utilizan ampliamente, en especial el naranjo amargo, para la obtención de aceites esenciales de uso en perfumería y cosmética. Dependiendo de la parte de la planta utilizada se obtienen aceites esenciales de composición química diferente y por lo tanto de características distintas; así, si solo se utilizan las flores de naranjo se obtiene el aceite esencial de azahar o neroli; si es de las hojas, el aceite esencial de "petit grain" y si es del pericarpio, el aceite esencial de naranja.</p> <p>Los aceites esenciales se usan para la elaboración de licores (Curaçao, Cointreau). En la bergamota se obtiene el aceite esencial de sus frutos, de composición química muy diferente del resto de los cítricos y de uso en perfumería.</p> <p>El limón y el naranjo dulce se usan como materia prima para la obtención de zumos, para la elaboración de mermeladas, además de su uso como fruto para consumo humano en fresco.</p> <p>También se utilizan como plantas ornamentales.</p>

3.28.2. Género **Ruta**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- RUTA GRAVEOLENS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Albortusai, Arroda, Arruda, Bortusai, Bortusaya, Boskoitz, Erruda, Moskatxa, RUDA, Ruda común, Ruda hortense, Ruda mayor.
ORIGEN.- Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Sumidades floridas. Infusión, extracto fluido, tintura, droga pulverizada, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Especie sufruticosa, vivaz cuyos tallos llegan a alcanzar una talla de hasta 150 cm. Florece en primavera y verano. Toda la planta posee un fuerte y desagradable olor, ya que toda ella posee glandulas secretoras de aceite esencial, en particular en las hojas, responsable de dicho olor. No es una planta muy exigente en cuanto a suelos, desarrollandose tanto en substratos silíceos como calizos, si bien parece tener una cierta preferencia por los últimos. Prefiere los suelos sueltos y permeables, no resultandole convenientes, por el contrario, los suelos pesados. De forma natural ocupa terrenos baldíos, y áridos y entorno del habitat humano. A pesar de estas condiciones, en cultivo conviene, para asegurar las producciones, que los suelos sean frescos o que tengan posibilidades de ser regados. Altitudinalmente se situa en el piso basal y en la mitad inferior del montano. La primera recolección se realiza al segundo año de cultivo cuando empiezan a abrirse las flores, pudiendose hacer normalmente dos recolecciones por año. En cultivo puede mantenerse durante mucho tiempo (>10 años) si bien será función de las condiciones de cultivo y de su rendimiento, manteniendose como media al menos 5 años. La concentración en aceites esenciales disminuye a medida que discurre el día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *RUTA GRAVEOLENS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Existen en la flora española otras tres especies pertenecientes al género *Ruta* que han sido también utilizadas con distintos fines, así *R. angustifolia* Pers. (Ruda de fulla estreta) por sus propiedades insecticidas y en algún caso ha sido consumida, *R. chalepensis* L. (Abrua, ruda) en licorería y como condimento y *R. montana* (L.) L. (Erruda, ruda de bosc, ruda montesina, ruda de muntanya, ruda silvestre) por sus propiedades insecticidas, para la obtención de aceite esencial (la esencia de ruda española del comercio procede de esta especie) y como condimento. A estas especies se le atribuyen las mismas virtudes que a *R. graveolens* ya que tienen los mismos principios activos.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Taninos, trazas de alcaloides,

b.- Principios activos

Aceite esencial (principal componente metilnonilcetona), furanocumarinas (bergapteno, psoraleno, etc.), flavonoides (rutósido)

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- RUTA GRAVEOLENS L.</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antiespasmódicas, emenagogas, rubefacientes, revulsivas, sudoríficas, venotónicas, vermífugas, antidermatósicas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Reputada com antiepileptico y antihelmintico, emenago a pequeñas dosis y antiguamente conocida y utilizada como abortivo.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se emplea ampliamente en licorería en la elaboración de licores de hierbas, de otros de tipo “chartreuse”, del vodka y del “grappa” italiano. Como condimentaria se utiliza para saborizar salsas, guisados, algún tipo de queso, embutidos y vinagre. Las hojas fueron consumidas en ensalada y encurtidas.</p> <p>De tallos y hojas se destila el aceite esencial de ruda.</p> <p>Fue utilizada en los jardines medievales como ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Puede provocar dermatosis por contacto y fotosensibilidad. Es una planta tóxica (al igual que las otras especies del género) si se ingiere, ya que puede producir metrorragias, gastroenteritis, hemorragias internas, confusión mental e incluso la muerte. La esencia puede ser abortiva por ser estimular la fibra muscular uterina.</p>

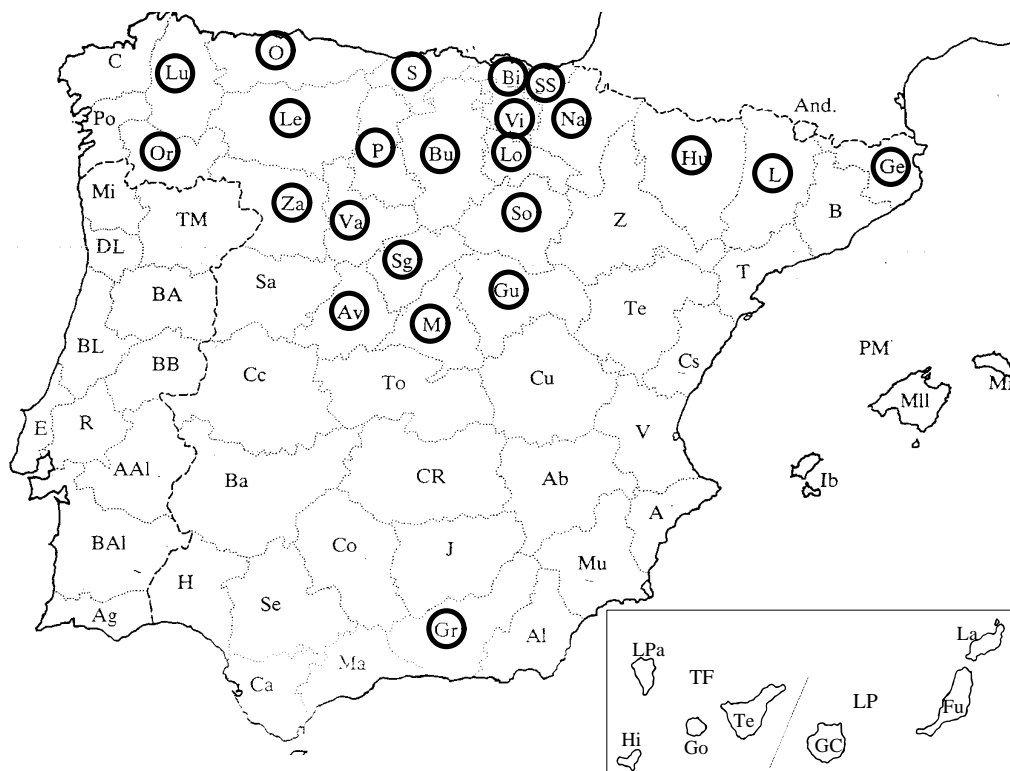
3.29. Familia **Gentianaceae** (Gencianáceas)

3.29.1. Género **Gentiana**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- GENTIANA LUTEA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Argeçana, Argeçana-do-pastores, Chauzaina, Errosta, Errotxa, Geuçana, Gencian-das-boticas, GENCIANA, Genciana amarilla, Genciana mayor, Gengiba, Gengiba de Jarava, Gensana, Gensiana, Ginçana, Junciana, Unciana, Xaranzana, Xauzaina, Xensá.
ORIGEN.- Cárpatos
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Raíces Decocción, extracto fluido y seco, tintura, droga pulverizada, jarabe, macerado, vino de genciana
ECOLOGIA.- Crece en bosques y en praderas de alta montaña, prados y laderas soleadas de las regiones montañosas de Europa central y meridional (300-2500m). La altura juega un papel muy importante en su cultivo puesto que a mayor altura aumenta el contenido en glucósidos (en Francia recomiendan alturas entre los 400 y 600 m de altitud). Requiere suelo profundo, sin piedras, libre de malas hierbas, sin problemas de encharcamiento, pero con un nivel de humedad elevado. El valor del pH no debería ser superior a 6,5. En cultivo puede ser imprescindible regar. Planta herbácea vivaz que puede alcanzar hasta 1,20 (2)m de altura, con floración estival. La raíz, parte utilizable de la planta, es pivotante de gran potencia (1m de longitud) y de hasta 5 cm de diámetro. Como especie silvestre es muy longeva (puede durar hasta 70 años y florece por primera vez a los 10 años), sin embargo en cultivo, por razones económicas, no suele pasar del quinto año momento en el que se levanta la plantación para la recolección de las raíces. En la actualidad se la considera como una especie amenazada, por lo cual para fines comerciales debe ser puesta en cultivo. Para facilitar la mecanización del cultivo puede ser interesante la utilización de la técnica de líneas pareadas. En cultivo se puede utilizar tanto la siembra directa como el trasplante. Si las raíces van destinadas a la destilería, se cosecharán antes de que echen brotes. Si las raíces están destinadas a la industria farmacéutica, se debería recolectar mientras que echan brotes, debido a que es mayor el contenido en sustancias amargas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *GENTIANA LUTEA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

En Suecia se utiliza *G. campestris* (L.) Börner. como sustituto del lúpulo para aromatizar la cerveza.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, oligosacáridos, lípidos, pectina, trazas de aceite esencial, ácidos fenólicos, fitosteroles, xantonas.

b.- Principios activos

Secoiridoides (2-3 %): el mayoritario es el genciopicrosido acompañado de amarogenciósido, swertiamarina, etc.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Muestra propiedades tónicas amargas, eupépticas, aperitivas, coleréticas, colagogas; antiinflamatorias, febrifugas, cicatrizantes, hemostáticas, inmunoestimulantes y vermífugas.

Indicada como aperitivo y estimulante de las secreciones gástrica y biliar.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>GENTIANA LUTEA L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Tónico amargo, febrífugo.</p>
<p>OTROS USOS.- Se emplea en la elaboración de aguardiente, licores y jarabes. Se utiliza en cosmética en la preparación de lociones tónicos capilares. También tiene usos ornamentales en jardinería (era utilizada en los jardines medievales).</p>
<p>TOXICIDAD.- A dosis muy elevadas puede producir vómito. Contraindicado en la lactancia.</p>

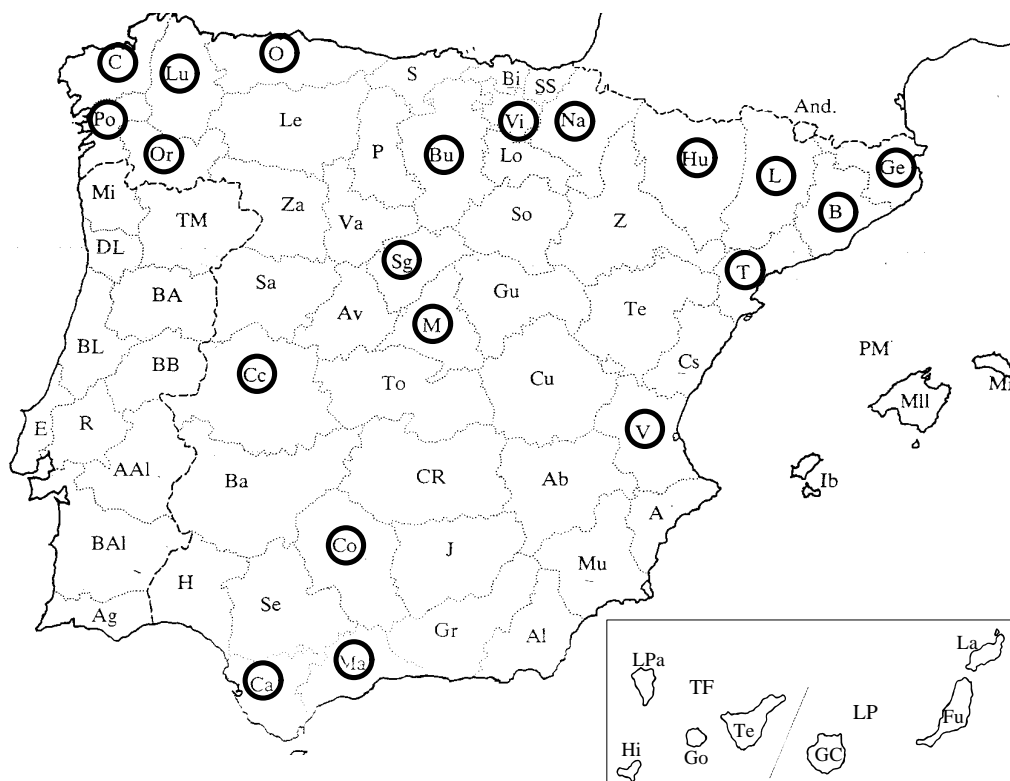
3.30. Familia **Apocinaceae** (Apocináceas)

3.30.1. Género **Vinca**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- VINCA MINOR L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Amitz, Brusela, Congonha, Congossa, Congroya, Donzella, Flor de muerto, Herba donsella, Herba donzella, Hierba doncella, Ikonte-belarr, Inconte-belarr, PERVINCA, Sempre noiva, Vinca, VINCAPERVINCA, Viola de bruixa, Violeta de asno, Violeta de can, Violeta de gato, Violeta de lobo, Violeta de muerto, Violeta de ratón, Violeta de serpiente, Yerba doncella, Yerba doncella de Europa.
ORIGEN.- Europeo
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, tintura.
ECOLOGIA.- La vinca pervinca es una especie perenne, con largos tallos postrados, de hasta 2 m de largo y que tienen capacidad para generar raíces en los nudos, cuando estos están en contacto con el suelo. Florece en primavera y según la climatología puede tener una segunda floración en otoño. Altitudinalmente se sitúa en el piso basal y en la mitad inferior del montano; en cuanto a suelos no es muy exigente, se desarrolla de forma espontánea sobre substratos frescos pero no encharcados y en zonas de umbría. Para su cultivo prefiere los suelos sueltos, profundos, fértiles y frescos o regables. La recolección se realiza a partir del segundo año, cosechando toda la parte aérea; su máxima concentración de alcaloides se alcanza en primavera (marzo-abril) y en otoño (octubre-noviembre) mientras que, por el contrario, en verano e invierno su concentración es mínima. Durante el día disminuye la concentración de alcaloides en hoja a medida que este avanza. En cultivo dura bastante tiempo y esta duración dependerá de los rendimientos en función de las condiciones de cultivo.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *VINCA MINOR* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

V. major L. con usos similares; *V. difformis* Pourret (alcandorea).

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, ácidos fenólicos, heterósidos fenólicos (vincósido), flavonoides, tanoides, aminas, triterpenos, ácido ursólico, carotenos.

b.- Principios activos

Alcaloides indólicos (mayoritariamente vincamina).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Vasodilatadora cerebral y coronaria, hipotensoras, protectoras capilares. Indicada en el tratamiento de la insuficiencia circulatoria cerebral, pérdida de memoria y en general en trastornos isquémicos cerebrales.

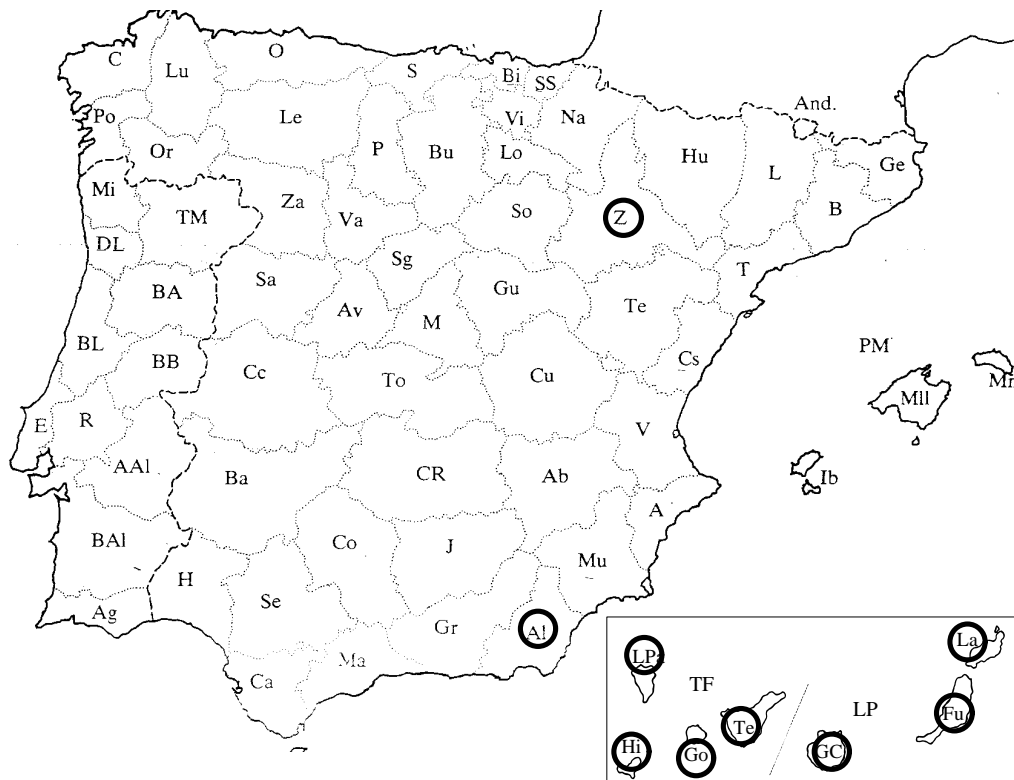
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>VINCA MINOR L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Astringente ligero, carminativo, antihipertensivo, sedante, antilactagogo. Por vía tópica se ha utilizado como vulnerario.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se cultiva sobre todo para la obtención del alcaloide vincamina y también ampliamente como ornamental, ya que tolera la sombra y se perpetúa por estolones.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Se ha observado que el alcaloide vincamina puede provocar en administración parenteral arritmias ventriculares, también está contraindicado en situaciones de tumores cerebrales con hipertensión intracraneal y en el embarazo.</p>

3.30.2. Género **Catharanthus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- CATHARANTHUS ROSEUS (L.) G. Don (= <i>Vinca rosea</i> L.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Dominica, Flor del príncipe, No me dejes, No me olvides, Pervinca de Madagascar, PERVINCA ROSA.
ORIGEN.- Madagascar; según otros autores es originaria de madagascar e India. En la actualidad está ampliamente cultivada en zonas templadas y tropicales.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- La planta entera.
ECOLOGIA.- Es una especie arbustiva perenne, de unos 40-80 cm de altura. Florece en primavera-verano. No existe de forma espontánea en la flora española. Se cultiva como especie ornamental, dedicandose para ello las técnicas en vivero, es decir substratos sueltos y en regadío. Para su cultivo en terreno de asiento podría considerarse que presenta como exigencias, en líneas generales, las mismas que para el de la vinca pervinca. Si bien como se ha dicho es una especie perenne, en ocasiones se maneja como si se tratara de una especie anual. En la actualidad se cultiva ampliamente en distintas partes del mundo: U.S.A., países del este de Europa, Australia, India, Africa, Tailandia y Taiwan.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CATHARANTHUS ROSEUS* (L.) G. Don (= *Vinca rosea* L.)

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

Existen cultivares como especie ornamental, en función del color de sus flores.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos fenólicos, flavonoides, antocianósidos, taninos (hojas), ácido ursólico (hojas), ácido oleanólico, colina (raíces), un glucoalcaloide.

b.- Principios activos

Alcaloides indólicos: Ajmalicina (raíces) y los bisindólicos que son los utilizados en la terapéutica del cáncer (vincristina y vinblastina).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antimitóticas, de los numerosos alcaloides que se han aislado de la planta, hay un grupo de alcaloides binarios con actividad antineoplásica, de los que se usan comercialmente la vincristina y vinblastina. También de las raíces se obtiene ajmalicina para su utilización en terapéutica.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CATHARANTHUS ROSEUS (L.) G. Don</i> (= <i>Vinca rosea</i> L.)</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Las partes aéreas de la planta son reputadas como astringentes, depurativas, en afecciones cutáneas y sobre todo como antidiabéticas. La raíz como purgante, vermífuga, febrífuga.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Solo se utiliza en la industria farmacéutica para la obtención de los alcaloides, precisando para su comercialización grandes cantidades de materia vegetal porque su concentración en principios activos es muy baja.</p> <p>Se utiliza como ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Es venenosa cuando es comida por el ganado; como todos los antitumorales, los alcaloides vincristina y vinblastina tienen una apreciable toxicidad.</p>

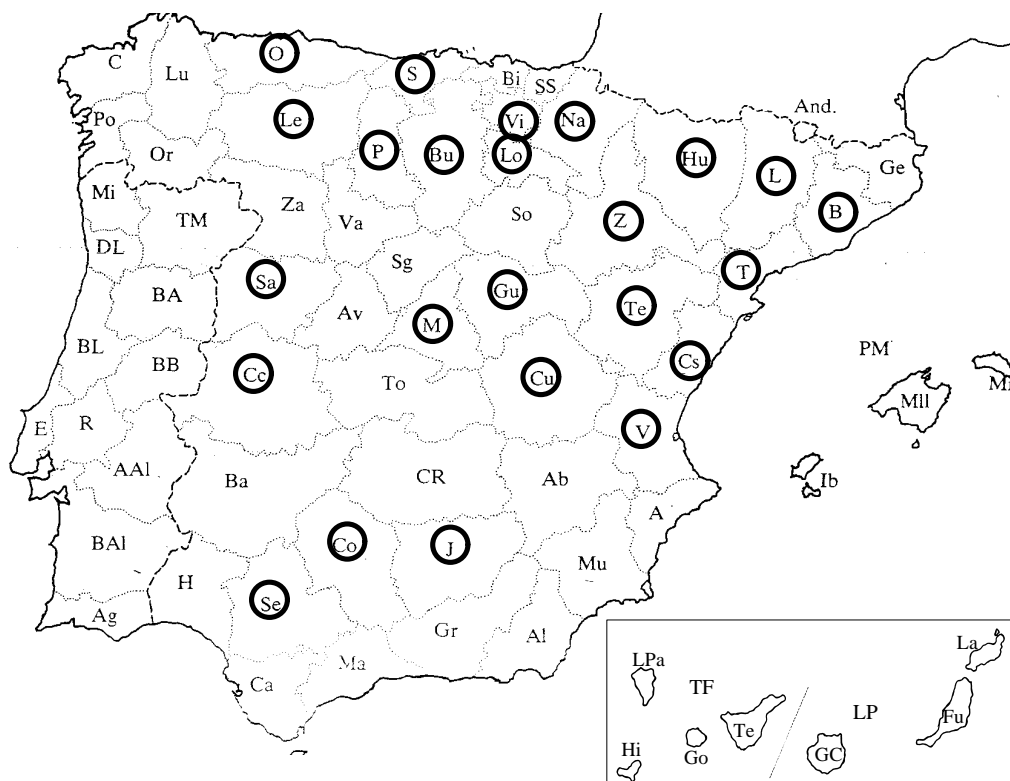
3.31. Familia **Solanaceae** (Solanáceas)

3.31.1. Género **Atropa**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ATROPA BELLADONNA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Belladam, BELLADONA, Belladona medicinal, SOLANO FURIOSO, Solano mayor, Tabac bord.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas y raíces. Extracto hidroalcohólico, tintura, jarabe, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con una cepa basal de la que salen los renuevos que llegan a alcanzar una talla de hasta 1,5 m. Florece en primavera-verano. De forma espontánea se presenta en los bosques de especies caducifolias montañosos, en los claros de bosques talados y con suelos removidos. Prefiere los terrenos calcáreos, profundos, sueltos, frescos o de regadío y fértiles. Altitudinalmente puede alcanzar la parte inferior del piso subalpino (<1.800 m), si bien su hábitat natural se sitúa entre los 1.000 y 1.500 m. A grandes alturas disminuye su concentración en alcaloides. Los abonos nitrogenados tienen una marcada incidencia positiva en el contenido en alcaloides. Este contenido va aumentando desde que brota hasta alcanzar el máximo hacia finales de verano. Existe una gran variabilidad en cuanto a la concentración de alcaloides, sin que se encuentren diferencias morfológicas paralelas que permitan su identificación. Dicha concentración varía en función de los órganos de la planta, de la edad de las mismas, la época de recolección y condiciones medio ambientales en las que se desarrollan. La recolección de las hojas debe realizarse durante el periodo de floración y a primeras horas ya que el contenido en alcaloides se reduce a lo largo del día. Siendo una especie vivaz puede durar muchos años, si bien en cultivo esta duración se acorta sensiblemente quedando reducida a 2-5 años, en función de las condiciones de cultivo. Al final del mismo se recolectan también las raíces.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ATROPA BELLADONNA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Atropa baetica Willk. (tabaco gordo, belladona de Andalucía) con propiedades supuestamente similares a las de la especie anterior.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, escopoletol (cumarina), flavonoides, colina, piridina, N-metilpirrolidina, N-metilpirrolina.

b.- Principios activos

Alcaloides tropánicos (0,3-0,6 %): hiosciamina/atropina, pequeña proporción de escopolamina, sus productos de deshidratación (apoatropina, apoescopolamina) y trazas de sus derivados desmetilados (norhiosciamina, noratropina).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Parasimpaticolíticas, midriáticas, ligeramente hipertensivas, broncodilatadoras, antiasmáticas, antiespasmódicas, antidiarréicas, analgésicas y anestésicas locales. Disminuye las secreciones salivares, gástricas, etc.

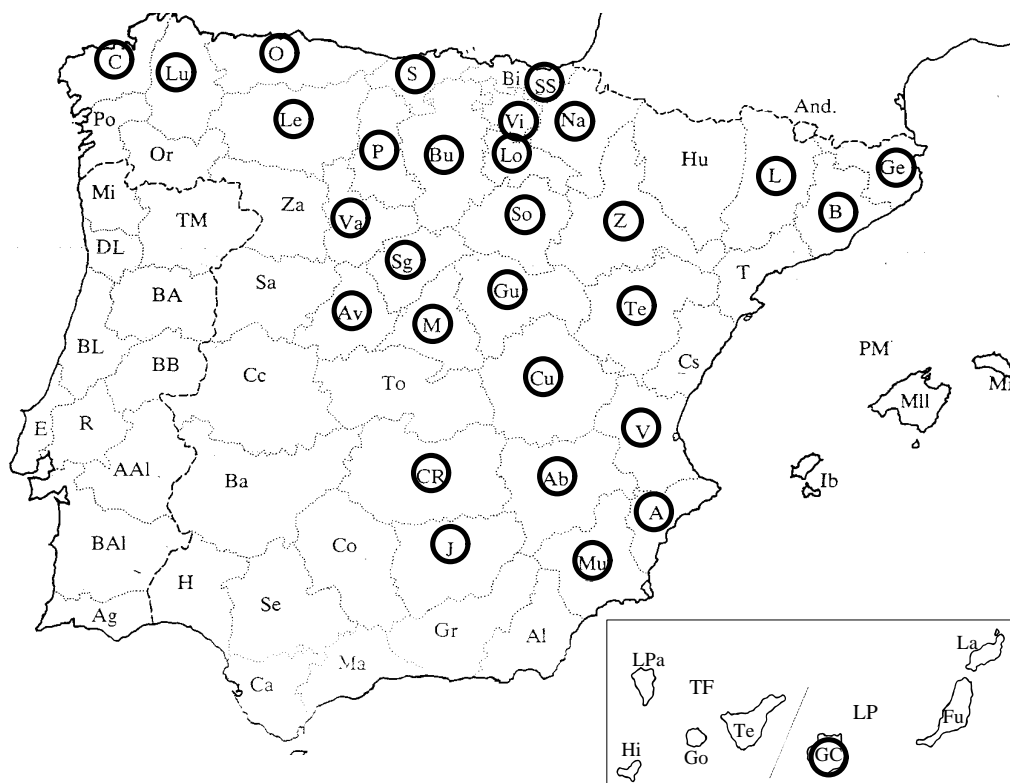
<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- ATROPA BELLADONNA L.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se conoce desde la antigüedad, utilizandolo para el tratamiento de trastornos digestivos, en úlceras, abscesos, etc. También, como curiosidad, se dice que las mujeres romanas lo utilizaban directamente para producir midriasis y con ello embellecer sus ojos. No debe emplearse popularmente, pero se ha utilizado a lo largo de los siglos en muchas ocasiones y debido a su toxicidad, con fines criminales.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Con la belladona se preparaban cigarrillos antiasmáticos. Se emplea también en medicina veterinaria. Se ha utilizado en cosmética; también como planta tintórea y para fabricar pinturas.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Toda la planta es tóxica, principalmente las bayas, que son de color azul y pueden ser atractivas para los niños; la ingestión de únicamente 2 a 5 bayas por niño ó 10 a 20 por un adulto puede ser mortal. La intoxicación se manifiesta en muy poco tiempo con enrojecimiento de la cara, sequedad de boca y mucosas, sed intensa, aceleración del pulso, midriasis, etc. Después se presentan alucinaciones y delirio, cansancio, hipertermia, incoordinación motora, etc., y puede sobrevenir el coma y la muerte. Está contraindicado su uso en hipertensión. Emplear únicamente bajo prescripción médica.</p>

3.31.2. Género **Hyoscyamus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- HYOSCYAMUS NIGER L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Adamanta, Arangaño, Atabaloi, Azkorrdin-bedarr, BELEÑO NEGRO, Benjí, Biotz-igarra, Cardo vellido, Dormidera, Erabedarr, Erabelarr, Era belarra, Gotets, Herba caxalera, Herba de la Mare de Deu, Herba de Santa María, Herba do gorgullo, Herba dos areixos, Herba dos arengos, Herba dos ouvidos, Herba queixalera, Hierba loca, Jurcuano, Jusquiam, Jusquiamo, Jusquian, Mamendro, Meimendro-negro, Memendro, Mimendro, Miomendro, Moimendro, Momendro, Otsobaba, Queixals de vella, Tabac bord, Tabac de parèt, Tomalocos, Tornalocos, Veleño, Veleño negro, Xerribaba, Xuclarnel.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas, también pueden utilizarse ocasionalmente las semillas. Extracto fluido, tintura, droga pulverizada, aceite de beleño.
ECOLOGIA.- Especie anual, bienal o vivaz, que puede alcanzar hasta 90 cm de altura, florece en primavera-verano. Toda la planta posee un olor desagradable. Prefiere los terrenos sueltos, profundos, frescos o de regadío y silíceos. Altitudinalmente llega a alcanzar la cota 1.800 m. Dentro de la especie existe una variabilidad en cuanto a su ciclo biológico, siendo lo más frecuente que se comporten al menos como bienales ya que precisan pasar horas de frío para florecer y cuando suben las temperaturas, esta se produce rápidamente con lo cual cesa el crecimiento. No obstante también las hay que se comportan como anuales, las cuales florecen en verano. El beleño es muy sensible a las condiciones medio ambientales. Parece ser que las formas bienales son mas ricas en principios activos y dan mayores rendimientos que las formas anuales.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *HYOSCYAMUS NIGER* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

Hyoscyamus albus L. (beleño blanco). Se le atribuyen las mismas propiedades que al beleño negro.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, trazas de escopoletol (cumarina), flavonoides, tetrametilputrescina.

b.- Principios activos

Alcaloides tropánicos (0,04-0,15 %): hiosciamina/atropina, escopolamina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Parasimpaticolíticas ligeras, antiespasmódicas, antiasmáticas, broncodilatadoras, midriáticas, analgésicas, antineurálgicas y sedantes.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>HYOSCYAMUS NIGER L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>No se empezó a utilizar hasta el siglo XVIII. Se ha empleado el zumo de sus hojas en forma de cataplasmas. El aceite se usa contra los dolores reumáticos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Con el beleño se preparaban cigarros antiasmáticos. Antiguamente se utilizó en la preparación de un licor denominado “fernet”. Las hojas proporcionan un tinte de color verde para teñir la lana y su zumo hervido, proporciona una sustancia que se emplea en la fabricación de pinturas de color blanco-plateado.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El beleño no causa intoxicaciones con frecuencia, en menor medida que belladona y estramonio y además las intoxicaciones por beleño no son muy graves. Únicamente las semillas contienen alta proporción de alcaloides y son por tanto, realmente tóxicas. También se han citado intoxicaciones accidentales con las raíces jóvenes, al ser confundidas con hortalizas. Entre los animales, las gallinas son especialmente sensibles a la planta, mientras que otros como corderos, cabras y cerdos pueden consumirla, al parecer, sin problemas.</p>

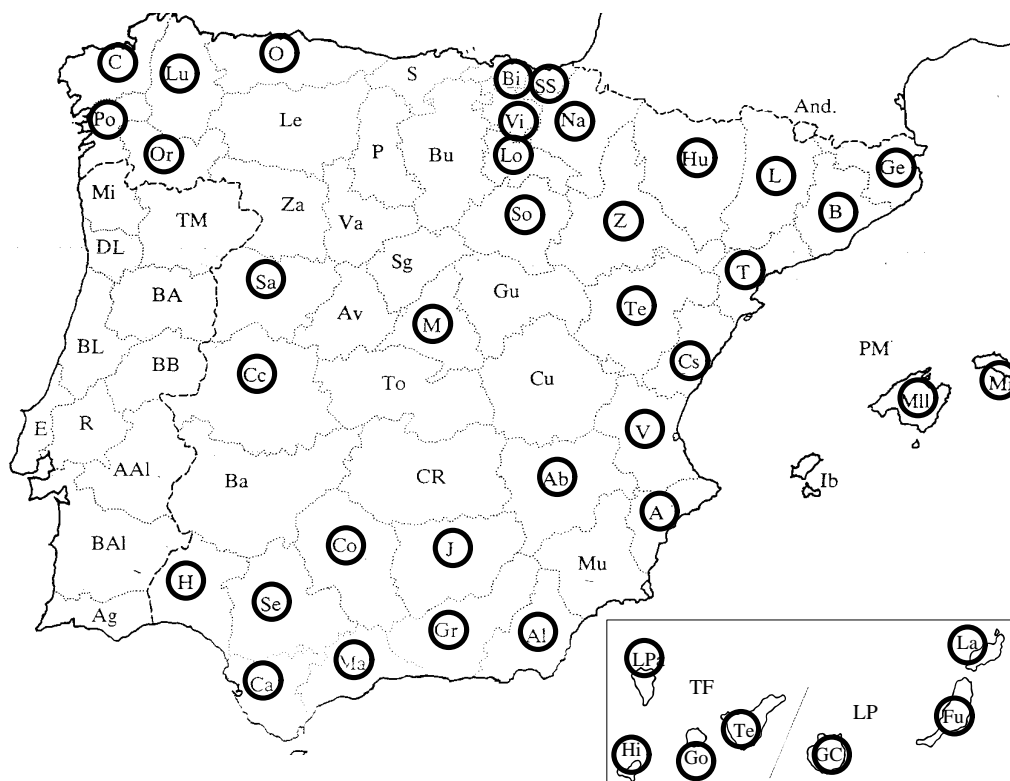
3.32. Familia **Boraginaceae** (Boragináceas)

3.32.1. Género **Borago**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- BORAGO OFFICINALIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alcohela, Alcohelo, Asun-asa, Berroya, Borraga, Borrage, Borragem, Borrai, Borraia, Borraina, BORRAJA, BORRAJA COMÚN, Borraña, Borratja, Borratxa, Borraxa, Borroin, Burbuillu, Burruillu, Corrago, Flores cordiales, Larra borraya, Morroina, Murriona, Murrium, Murruiñ, Murrun, Orella d'os, Pa i peixet, Porraña, Porraña, Porroin.
ORIGEN.- Mediterráneo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Flores, sumidad florida, semillas. Infusión, extracto fluido, zumo y aceite de borraja (obtenido de sus semillas).
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual, con tallos de hasta 70 cm de altura y que florece en primavera y verano. Se encuentra cultivada o subespontánea alrededor de los huertos, jardines, ribazos y lugares en general con cierta humedad. No es una especie exigente en cuanto a suelos, pero prefiere los que son arenosos, profundos, fértiles, frescos o con posibilidad de regadío y en posiciones algo sombreadas. Altitudinalmente se sitúa desde el nivel del mar hasta sobrepasar el piso montano, si bien la altura óptima se sitúa entre los 500 y los 1.000 m. Es planta de fácil cultivo. La recolección de las hojas y tallos jóvenes se recolectarán antes de la floración, o mejor si se puede sería recolectar las hojas antes de que se forme el tallo, con el problema de que es una tarea continua y manual requiriendo mucha mano de obra. Las flores se pueden recolectar de forma individual o la sumidad florida en conjunto (según la calidad del producto que se quiera obtener) al inicio de la floración. Si lo que se ha de recoger son las semillas se realizará sin esperar a su madurez total porque se producirían importantes pérdidas de grano como consecuencia de la tendencia de la planta a desgranarse. El contenido en aceite esencial disminuye a lo largo del día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *BORAGO OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Flavonoides, antocianósidos, heterósido cianógeno (durrina), saponinas, taninos, alcaloides pirrolidínicos

b.- Principios activos

Sales minerales ricas en potasio, mucílagos, aceite (rico en γ -linolénico) .

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antidismenorréicas, Antiinflamatorias, Balsámicas, Demulcentes, expectorantes, diuréticas, Hipocolesterolemiantes, Sudoríficas, galactagogas y reguladoras del sistema hormonal y del metabolismo general.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

En casos de fiebre, catarros y depresión. Tradicionalmente se utilizó en el tratamiento de afecciones bronquiales agudas benignas y para favorecer la eliminación renal de agua.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **BORAGO OFFICINALIS L.**

OTROS USOS.-

Las hojas tiernas se consumen en ensalada y también como verdura, de hecho se cultiva en los huertos con este fin. Las flores se usan en confitería y la raíz rallada se prepara en confitura o escarchada.

En cosmética se utilizan mucho las hojas y las flores por sus propiedades emolientes y como tónicos y lociones para la piel; la planta fresca en infusión para lavar los ojos y el aceite que se obtiene de la semilla se aconseja profusamente, en forma de leche, loción, crema o aceite, para la prevención de arrugas, recobrar o mantener la elasticidad de la epidermis, etc. tanto de la cara como del cuerpo.

Los tallos secos y las flores se utilizan como condimento y las flores para dar color azul al vinagre. Se emplean también en licorería para aromatizar licores y vinos, así como para saborizar bebidas no alcohólicas. Con las flores y hojas desecadas se elaboraba, ya en la Edad Media, una bebida refrescante y con propiedades diuréticas.

Es una especie melífera.

La planta contiene nitrato potásico que puede emplearse en la fabricación de explosivos y las hojas secas se han usado para ser quemadas como sustituto de las cerillas, debido a los compuestos nitrogenados que contiene.

Se usa como ornamental y ya lo era en los jardines medievales.

En veterinaria se emplea en infusión para tratar las mordeduras de serpientes y de otros animales venenosos.

TOXICIDAD.-

Contiene alcaloides pirrolicidínicos que han mostrado efectos hepatotóxicos y cancerígenos.

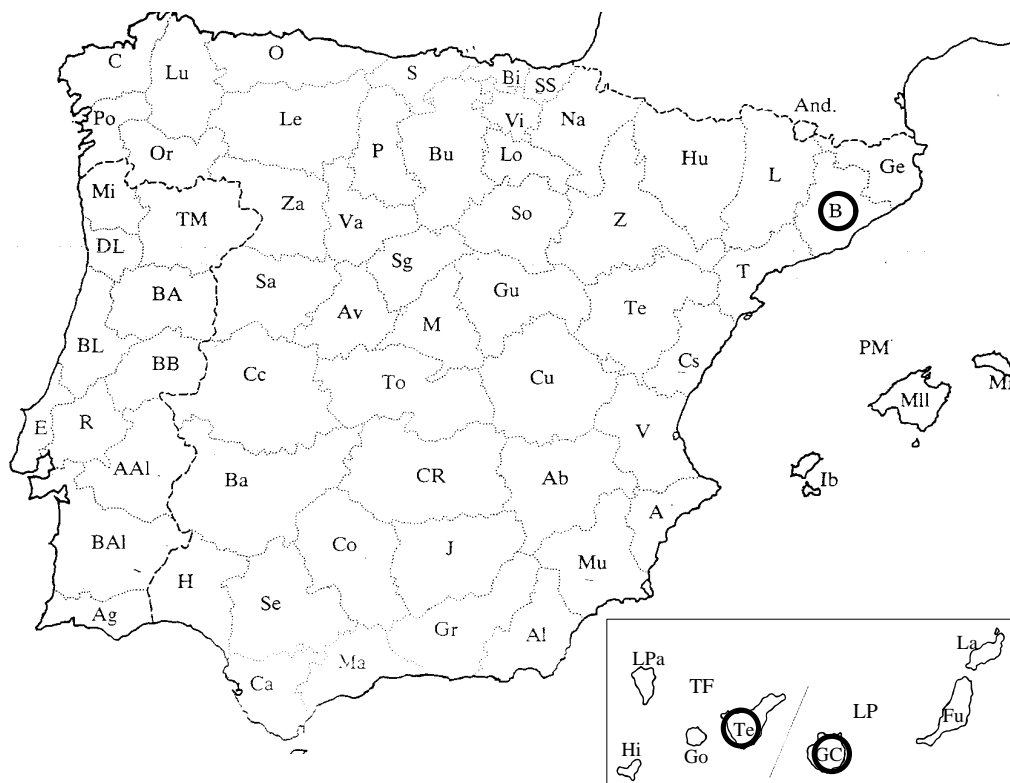
3.33. Familia **Verbenaceae** (Verbenáceas)

3.33.1. Género **Aloysia**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ALOYSIA TRIPHYLLA (L'Hérit.) Britton (= <i>Lippia triphylla</i> (L'Hér.) O. Kuntze ; <i>Lippia citriodora</i> Kunth.; <i>Aloysia citriodora</i> Ort. ex Pers.)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Cedrón del Perú, Cidrón, Hierba Luisa, Hierba cidrera, Hierba de la princesa, HIERBA LUISA, Luisa, Marialluisa, Verbena de olor, Verbena olorosa.
ORIGEN.- Procede de Perú, Chile y Argentina.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas (y planta florida). Infusión, extracto fluido.
ECOLOGIA.- Especie vivaz, de consistencia arbustiva de hasta un metro de altura, con flores de pequeño tamaño de color lila o violáceo. Florece en los meses de verano. La Hierba Luisa prospera en altitudes desde el nivel del mar hasta aproximadamente los 800 metros. Es una especie termófila, mal adaptada al frío, a las heladas y la sequía. En condiciones climáticas como las de Madrid, aunque puede vegetar bien no llega a fructificar. En cultivo se puede implantar en la mitad sur de la Península y en Levante. Prefiere los suelos profundos, frescos o con posibilidades de regadío (si sufre sequía pierde las hojas), bien estructurados y fértiles y sin problemas de encharcamiento. Se propaga por semillas, esquejes, acodos o división de pies. La cosecha se efectúa segando la planta poco tiempo antes del momento de plena floración; a partir del segundo año se pueden realizar dos recolecciones. Se recomienda realizar la cosecha por la mañana para conseguir una mayor riqueza en aceites esenciales en las hojas, ya que su concentración disminuye a lo largo del día. En cultivo, y en ensayos, puede durar mucho tiempo (mas de 15 años), si bien depende de las condiciones de cultivo.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **ALOYSIA TRIPHYLLA (L'Hérit.) Britton** (= *Lippia triphylla* (L'Hér.) O. Kuntze ; *Lippia citriodora* Kunth.; *Aloysia citriodora* Ort. ex Pers.)

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, taninos.

b.- Principios activos

Aceite esencial rico en monoterpenos (cital, borneol, cineol, limoneno, linalol, etc.) y sesquiterpenos (α - y β -cariofileno, mirceno, etc.). Flavonoides.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antihistamínicas, aperitivas, aromatizantes, eupépticas, carminativas, espasmolíticas, antipiréticas y sedantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Muy utilizada en medicina tradicional para combatir el asma, la fiebre, diarreas, vómitos e indigestiones. También en trastornos de tipo nervioso y en problemas menores del sueño.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **ALOYSIA TRIPHYLLA (L'Hérit.) Britton** (= *Lippia triphylla* (L'Hér.) O. Kuntze ; *Lippia citriodora* Kunth.; *Aloysia citriodora* Ort. ex Pers.)

OTROS USOS.-

Se utiliza como aromatizante en licorería y en perfumería por su aroma a limón, al cual debe su epíteto específico. El aceite esencial obtenido por destilación se utiliza igualmente en perfumería

Se cultiva como ornamental.

TOXICIDAD.-

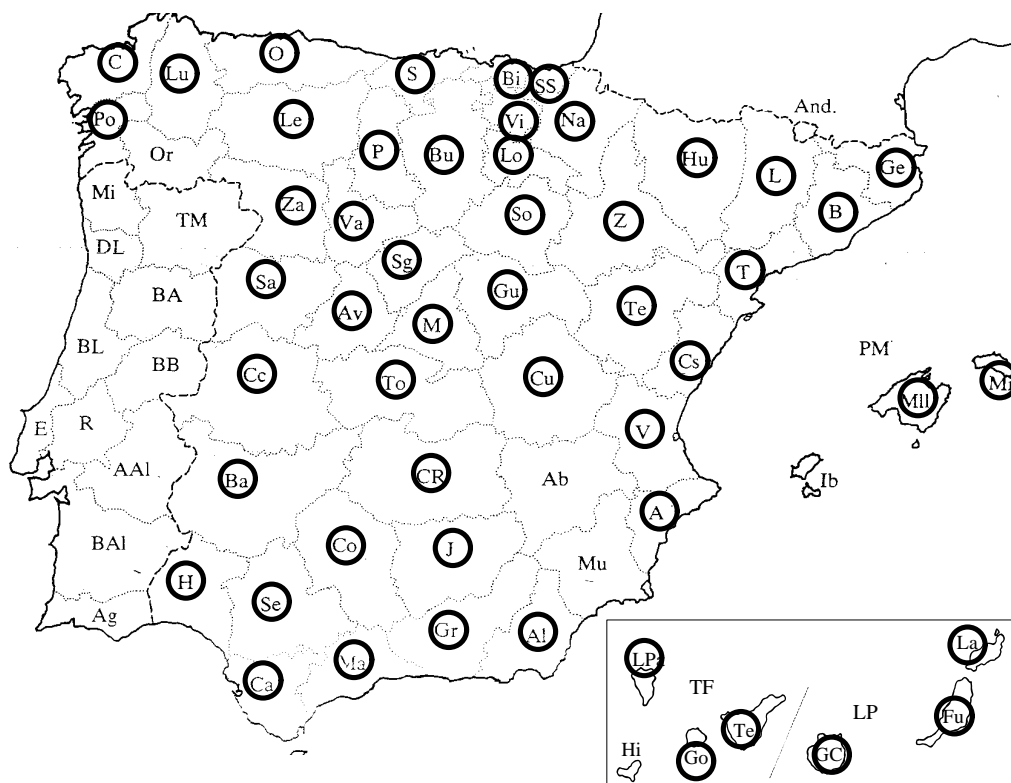
En general los aceites esenciales ricos en terpenos suelen ser irritantes y pueden causar irritación renal al ser excretados.

3.33.2. Género **Verbena**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- VERBENA OFFICINALIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Aistrika, Algebao, Algebrao, Barbera, Belberin, Belberina, Belharrgorri, Berberina, Berbena, Berbeña, Berbera, Berberina, Colonbaira, Columbaria, Crusados, Erva sagrada, Girbao, Herba berbera, Harba da crus, Herba do bazo, Herba dos ensalmos, Hierba de los hechizos, Hierba sagrada, Hierba sagrada menor, Hierba santa, Ihitzibelarr, Izuska, Izusta, Jarvao, Orxavan, Urgebao, Verbana, VERBENA, Verbena común, Verbena derecha, Verbena fina, Verbena gerbao, Verbena macho, Verbena mayor, Verbena recta, Vergeban, Verxeban.
ORIGEN.- Mediterráneo, pero se encuentra distribuida por toda la zona templada del mundo.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Planta florida. Infusión, decocción, extracto fluido, tintura.
ECOLOGIA.- Planta herbácea vivaz, con tallos subterráneos (rizomas) y cuyos tallos aéreos, que son cuadrangulares, llegan a alcanzar hasta 1 m de altura. Las flores son de color rosa pálido o azulado y florece en los meses de verano y otoño. No tiene requerimientos específicos en cuanto al suelo, de hecho, de forma natural, se comporta como ruderal y tiene una distribución muy amplia lo cual viene a reforzar lo dicho; no obstante prospera mejor en los suelos arenosos, húmedos o con posibilidades de riego y fértiles. Prefiere los substratos calizos o con pH básico. Prefiere los climas cálidos si bien es algo resistente a las heladas. Altitudinalmente se distribuye entre los 0 y 1.500 msnm, con preferencia de los niveles más bajos y presentando su óptimo en el piso basal. Se puede multiplicar tanto por semillas como por esquejes. En cultivo puede durar hasta el cuarto año en el que el rendimiento se hace casi nulo. La recolección de las sumidades floridas se realiza poco después de la floración. Los aceites esenciales disminuyen a lo largo del día.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *VERBENA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Estaquiosa, mucílagos, saponinas, taninos, alcaloides, carotenos.

b.- Principios activos

Aceite esencial que contiene citral, geranial, limoneno, verbenona, etc. Iridoides: verbenalósido, hastatósido.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Analgésicas, antiinflamatorias, antirreumáticas, astringentes, propiedades ligeramente parasimpaticomimética, por lo que son reductoras de la frecuencia y fuerza del latido cardiaco, espasmolíticas, etc; emolientes, digestivas, galactagogas, diuréticas, sedantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se utiliza como diurético y en forma de cataplasmas como vulnerario (afecciones dermatológicas, quemaduras de sol, etc.). Empleada también en casos de depresión.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **VERBENA OFFICINALIS L.**

OTROS USOS.-

Las hojas secas se utilizan en licorería como aromatizante y como sustituto del tabaco; las hojas tiernas se pueden consumir como verdura y en forma de ensaladas, así como sustituto del té y en cosmética.

Es especie melífera.

Se ha usado como ornamental.

Especie tintórea que tiñe el hierro de color verde.

3.34. Familia **Plantaginaceae** (Plantagináceas)

3.34.1. Género **Plantago**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- **PLANTAGO SP.**

El género *Plantago* está compuesto por unas 265 especies, tienen una distribución cosmopolita y son herbáceas.

Es posible establecer dos grupos dentro de este género en función de las partes de la planta que son utilizadas:

- a) especies utilizadas fundamentalmente por sus hojas (*P. major* L., *P. media* L. y *P. lanceolata* L.) y
- b) especies que son utilizadas por sus semillas (*P. ovata* Forskal y *P. psyllium* L.).

En este último grupo, desde el punto de vista taxonómico existe una situación confusa ya que bajo la denominación de *P. psyllium* se pueden incluir distintas especies en función del autor, ya que *P. psyllium* L. nom. ambig. corresponde actualmente a la especie *P. arenaria* Waldst. & Kit. (= *P. indica* L. nom. illegit.²; *P. ramosa* Ascherson; *P. Psyllium* L., nom. ambig.³), además por su gran similitud también se incluye *P. afra* L. (= *P. psyllium* L. 1762, non L. 1753). Las semillas de *Plantago afra* L., *P. indica* L. y *P. ovata* Forskal se usan cuando están maduras y secas. Las dos primeras según el BPC se incluyen como *Psyllium* (zaragatona) y se conocen en el comercio como plantago español o francés, mientras que las de la tercera constituyen la *Ispaghula* BPC y se conocen en el comercio como plantago rubio, *ispaghula* o semillas de plantago indio.

Todas estas semillas contienen mucilago en la epidermis de la testa y su valoración se efectúa mediante la medición del volumen de mucilago producido en 24 horas por 1 g de semillas.

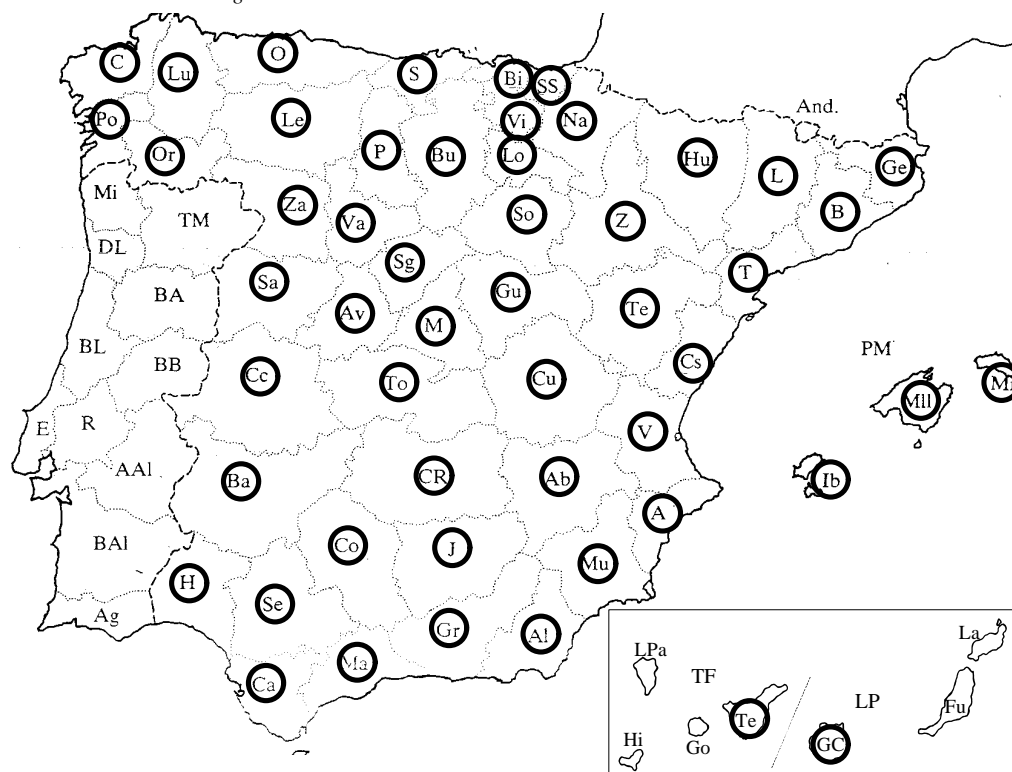
² Nom. illegit.: de *nomem illegitimum*. Nombre ilegítimo por no ajustarse a las normas establecidas.

³ Nom. ambig.: de *nomem ambiguum*. Nombre ambigüo, que puede tomarse en diversos sentidos.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- PLANTAGO MAJOR L. - PLANTAGO MEDIA L. - PLANTAGO LANCEOLATA L</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Plantago major L.</p> <p>Arpin, Bildots-mihi, Chantage, Chantagem, Chantaxe, Grana de canari, Lengua de carnero, Llantén, Llantén común, Llantén de hoja ancha, LLANTÉN MAYOR, Plantaine, Plantatge, Plantatge ample, Plantatge de fulla ampla, Plantatge de fulla grossa, Tanchagem-maior, Tantage, Txakurr-belarr.</p> <p>Plantago media L.</p> <p>Bildots-mi, LLANTÉN MEDIANO.</p> <p>Plantago lanceolata L.</p> <p>Borzain-belarr, Calracho, Carrajó, Cinc costures, Cinc-nervis, Cinc-nirvis, Cinco en vena, Correola, Corrijó, Herba de cinc costures, Herba de cinc nirvis, Herba de cinc venes, Lingua de ovella, Llantén de cinco nervios, Llantén de hoja estrecha, Llantén lanceolado, LLANTEN MENOR, Orelha-de-cabra, Plantatge de fulla estreta, Sete costas, Siete nervios, Tanchagem, Tanchagem-menor.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Europa, y zonas templadas de Asia.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Hojas y planta entera.</p> <p>Infusión, decocción, maceración, extracto fluido y seco, jarabe, zumo de planta fresca, cataplasmas.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Los llantenes citados son, los tres, especies perennes, con hojas en roseta basal, las cuales pueden llegar a alcanzar una longitud de hasta 30 cm. El escapo floral, cuando mínimo, iguala esta longitud pudiendo en algún caso alcanzar hasta los 60 cm como en el caso de <i>P. lanceolata</i>. La floración se produce en primavera y verano.</p> <p>En cuanto a sus exigencias ecológicas varían en función de la especie, así <i>P. major</i> en forma espontánea precisa de lugares húmedos, mientras que la especie <i>P. lanceolata</i>, en este aspecto, presenta unas menores exigencias apareciendo en estaciones secas. No obstante para su cultivo potencial es recomendable la utilización de suelos de consistencia media, profundos y que sean frescos o que puedan ser sometidos a regadío. Se recomienda realizar la recolección de las hojas por la tarde, por ser en estos momentos del día cuando mayor es su contenido en glucósidos.</p> <p>Se comportan como malas hierbas por su intromisión en algunos cultivos.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PLANTAGO MAJOR* L. - *PLANTAGO MEDIA* L. - *PLANTAGO LANCEOLATA* L

DISTRIBUCIÓN.- *Plantago lanceolata* L.



VARIETADES.-

De la especie *P. major* existen en el mercado cultivares para su uso como ornamental (cv. "Atropurpurea"; cv. "Nana"; cv. "Rosularis"; etc.).

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Sales minerales, azúcares, flavonoides, una lactona (loliolido), triterpenos, trazas de alcaloides.

b.- Principios activos

Mucílagos: arabogalactano; manitol, sorbitol, pectina, taninos, ácidos fenólicos y sus ésteres, iridoides (aucubósido, catalpol, asperulósido). Las semillas de *P. major* contienen mucílago parecido a las demás especies del género (arabinóxilano rico en ácidos urónicos).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

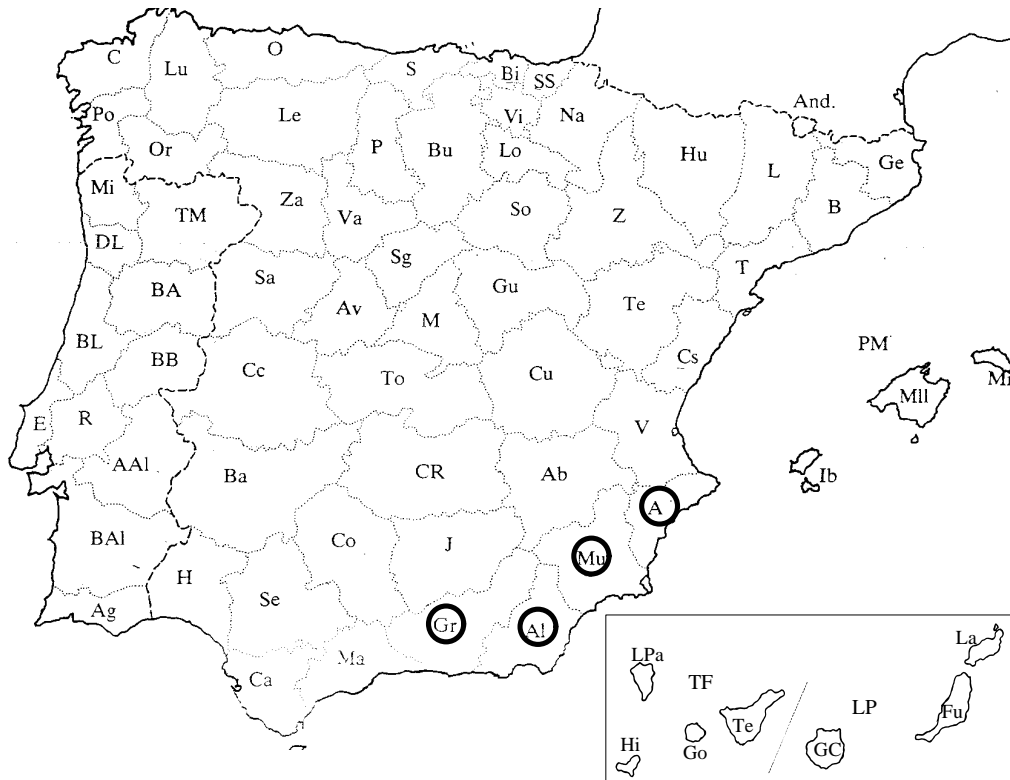
Antibacterianas; antiespasmódicas, antiinflamatorias, antipruriginosas, broncodilatadoras, antitusígenas, béquicas, balsámicas, cicatrizantes, demulcentes, febrífugas; astringentes, hemostáticas y vulnerarias. Las propiedades antimicrobianas se deben al aucubósido y demás iridoides, así como a algunos ésteres del ácido cafeico. El verbascósido (éster del ácido cafeico) disminuye la formación de leucotrieno B₄, implicado en

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- PLANTAGO MAJOR L. - PLANTAGO MEDIA L. - PLANTAGO LANCEOLATA L</p>
<p>las afecciones inflamatorias y alérgicas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Analgésico, diurético, depurativo, expectorante. Se emplean por vía externa como antiinflamatorios en forma de cataplasmas para las picaduras de insectos. Las infusiones se administran como baños oculares para tratar conjuntivitis, blefaritis, etc. y como gargarismos en faringitis, traqueitis, etc.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En general las hojas de <i>P.major</i> y <i>P. lanceolata</i> y alguna otra especie de este género pueden consumirse como verdura, e incluso si son tiernas, en ensalada; pueden considerarse como un posible alimento de emergencia.</p> <p>Las hojas de <i>P. lanceolata</i> se han utilizado para cuajar la leche. Se han empleado también en cosmética.</p> <p>Las semillas de <i>P. major</i> se vienen utilizando como sustituto medicinal de las de <i>P. ovata</i> aunque son menos ricas en mucílago.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Los ensayos de toxicidad aguda y subaguda realizados en rata indican que las hojas de plantago carecen de toxicidad.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- PLANTAGO OVATA Forsk. - PLANTAGO ARENARIA Waldst. & Kit.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Plantago ovata Ispagula</p> <p>Plantago arenaria Ardi-belarra, Bazar-cadona, Erba das pulgas, Erba-pulgueira, Estrelamar, Herba de les puces, Herba pucera vera, Herba pusera, Kukuso-belarra, Llantén de perro, Plantatge coronat, Psilio, Pucera vera, Pulicaria, Saragatona de llei, Sargantana, Zaracadona, Zaragatoa, ZARAGATONA.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p><i>P. ovata</i> Forsk. es originario del Mediterráneo-Asia Menor y Asia Central hasta la India. <i>P. arenaria</i> Waldst. & Kit. es originario de Europa Central y del Sur y por el Cáucaso hasta Siberia.</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Semillas. Maceración, droga pulverizada, cataplasmas.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>La zaragatona (<i>P. arenaria</i>) es una especie anual, que puede alcanzar una talla de 50 (80) cm, y que florece en primavera y verano. Para recoger las cantidades que se requieren para su utilización es preciso su cultivo. Precisa terrenos arenosos. Altitudinalmente se sitúa por debajo de la cota 1.500 msnm.</p> <p>Teniendo en cuenta que el fruto es una cápsula que en la madurez dispersa las semillas, su posible recolección deberá realizarse antes de que la planta se seque por completo.</p> <p><i>P. ovata</i> es una especie perenne con roseta basal de hojas pero de pequeña talla, 15-17 cm, que de forma espontánea en Europa solo está presente en España (sureste) en localidades secas.</p> <p>Se comportan como malas hierbas por su intromisión en algunos cultivos.</p>

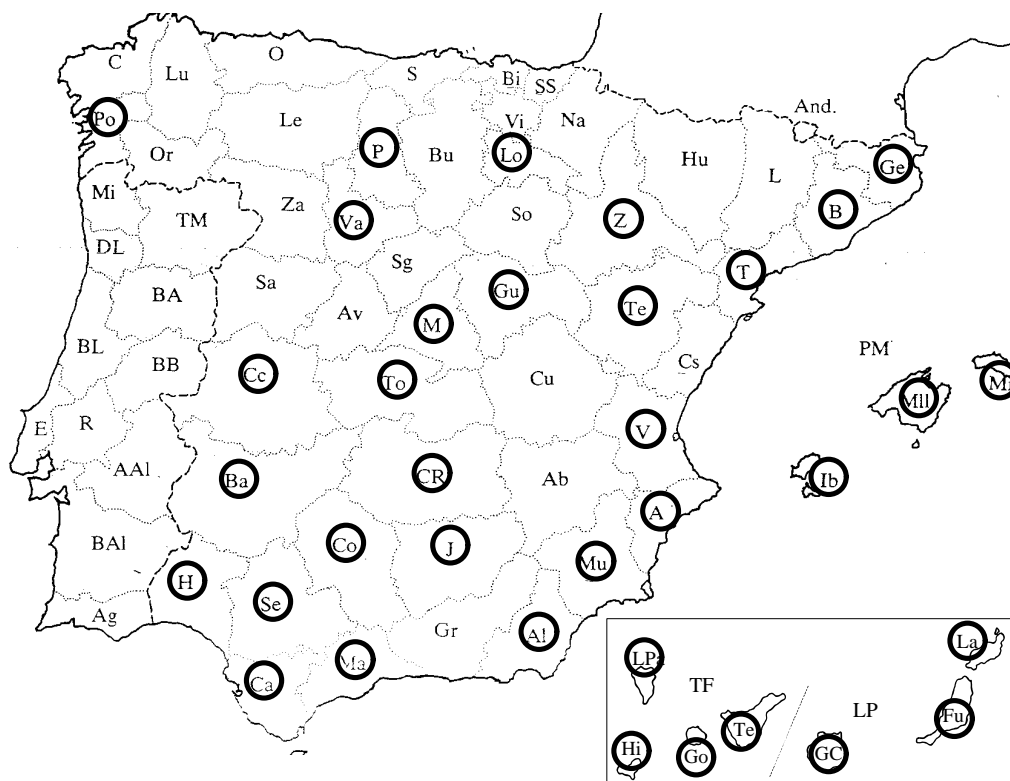
• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PLANTAGO OVATA* Forsk. - *PLANTAGO ARENARIA* Waldst. & Kit.

DISTRIBUCIÓN.- *Plantago ovata* Forsk.



• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PLANTAGO OVATA* Forsk. - *PLANTAGO ARENARIA* Waldst. & Kit.

DISTRIBUCIÓN.- *Plantago psyllium*



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

P. amplexicaulis Chav. (N. India, E. Pakistan). La decocción de las hojas se emplea por los hindús para tratar males del pecho, fiebres y oftalmia.

P. coronopus L. (Europa, N. Africa, Asia e introducida en Australia y Nueva Zelanda). Sus hojas son consumidas a veces en ensaladas.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, lípidos, proteínas, esteroides, triterpenos, aucubósido, trazas de alcaloides.

b.- Principios activos

Mucílagos: en zaragatona hasta un 12 % y en ispagula hasta un 30 %, constituidos mayoritariamente por D-xilosa y L-arabinosa

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Laxantes, antiinflamatorias, demulcentes, diuréticas, hipoglucemiantes, hipocolesterolémiantes e hipolipidémiantes. Indicadas en estreñimiento, hemorroides, úlceras gástricas, colitis aguda, síndrome de

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- PLANTAGO OVATA Forsk. - PLANTAGO ARENARIA Waldst. & Kit.</p>
<p>colon irritable, así como en ciertos trastornos metabólicos.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Se utilizan como emolientes, demulcentes, laxantes y antidiarréicos. En afecciones bronquiales y gastrointestinales.</p>
<p>OTROS USOS.- Las cubiertas de ispagula poseen un factor de hinchamiento superior a las de <i>P. arenaria</i>. Se utilizan como proporcionadoras de fibra en dietas bajas en calorías para regímenes adelgazantes. Las semillas de <i>P. ovata</i> se emplean en alimentación como estabilizantes en la elaboración de helados, chocolates, etc. Se han usado en cosmética aplicadas en forma de mascarilla. El mucílago se usa en la industria textil.</p>
<p>TOXICIDAD.- Se considera que las semillas de zaragatona e ispagula carecen de toxicidad, si bien se han descrito reacciones alérgicas debidas al polvo en la molturación y excepcionalmente a la ingestión de las semillas. Deben emplearse con precaución en pacientes encamados y están contraindicadas en estenosis de píloro y en casos de síndrome oclusivo o de síndrome doloroso abdominal de causa no determinada.</p>

3.35. Familia **Scrophulariaceae** (Escrofulariáceas)

3.35.1. Género **Digitalis**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- DIGITALIS PURPUREA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Abeloeira, Abeloura, Abeluria, Abrula, Alcahueta del cerezo, Alcroque, Apo-osto, Aveluría, Azalda, Azkutai, Belitroques, Benda, Bilitroques, Boca de llop, Bragues de cucut, Botónica real, Caçapeiro, Calzones de cuquillo, Calzones de zorra, Caralhotas, Catechos, Cloque, Croches, Croqueles, Chopo negro, Chupamieles, Dedaleira, Dedalera común, Dedaleras, Dediles, Didalera, Didals, DIGITAL, Digital purpúria, Errebelarr, Estallones, Estallos, Estoirotos, Estourafoles, Estraloques, Estralote, Estragues, Estroupallo, Giloria, Guadaperra, Gualdaperra, Gualdrapera, Guantera, Herba da cobra, Herba dos croqueles, Herba dos troques, Joane-belarr, Kukubellarra, Kukufraka, Kukuporru, Kukupragak, Kukuprakak, Kukupraka, Luvas de Nossa Senhora, Luvas de Santa María, Maias, Nenas, Palitroques, Pasionaria, Restallo, Sanxoans, Seoane, Sukharr-belarr, Teijeira, Tracles, Tristera, Trocles, Tróculos, Troque, Txilintxa, Villoria, Viluria, Zapatitos de Cristo.
ORIGEN.- Europeo (zona occidental).
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas. Infusión, maceración, extracto acuoso, extracto fluido, tintura, jarabe, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Especie herbácea bienal o a veces perennizante (vivaz), con tallo que puede llegar a alcanzar una altura de hasta 2 m y que florece en primavera-verano. De forma espontánea se presenta en las zonas montañosas silíceas o descalcificadas en los bosques aclarados, prefiriendo el clima atlántico. Altitudinalmente puede llegar a alcanzar la cota de 3.000 m en Sierra Nevada y por encima de los 400 m; sin embargo lo mas frecuente es que se sitúe entre los 700 y 1.000 msnm. En cultivo prefiere los suelos frescos, húmedos o de regadío, ligeros, sueltos y silíceos, si bien puede soportar bajos contenidos en cal (en estas condiciones pierde vigor, contenido en principios activos y color de las flores). Prefiere exposiciones soleadas, así como de cierta altitud, ambas condiciones aumentan la concentración en principios activos. La recolección de las hojas se recomienda que se realice durante la tarde por ser cuando el contenido en principios activos es máximo.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>DIGITALIS PURPUREA L.</i></p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>El inglés Withering fue el primero en emplear con criterio científico la digital (1785) en terapéutica, para combatir cardiopatías con hidropesía. También, aunque con mucha menor importancia, se han empleado en apósitos como cicatrizante.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Se emplea en la industria farmacéutica, para la obtención de sus heterósidos.</p> <p>Se cultiva como especie ornamental.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Especie muy tóxica, aproximadamente 10 g de hojas desecadas pueden producir la muerte de un adulto. Presenta un margen terapéutico muy pequeño, estando muy cercana la dosis terapéutica de la tóxica. El tratamiento no debe sobrepasar de diez días, curas espaciadas y siempre bajo estricto control médico. A dosis tóxica se presentan problemas especialmente a nivel cardíaco como taquicardia o bradicardia, fibrilación, etc. y muerte por síncope.</p>

3.35.2. Género **Verbascum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- VERBASCUM THAPSUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Apho belharr, Apobelarr, Apobelarra, Apolili, Barbasco, Blenera, Bom homem, Candela regia, Candelaria, Candelera, Casamo, Cauda lupi, Codalobo, Croca, Cua de guilla, Cua de moltó, Chopo blanco, Engordalobo, Erva Sao Fiacre, Friegaplatos, Gamó, GORDOLOBO, Gordolobo blanco macho, Gordolobao común, Gordolobo macho, Guardalobo, Herba blenera, Herba luminaria, Hopo de zorra, Jouenal, Jovenal, Lucernaria, Lupicauda, Ostaza, Ploraner, Seoane, Trepó, Trigo de culebra, Tripó, Turciburci, Vela de Nossa Senhora, Verbasco, Verbasco branco, Verbasco de Europa.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Flores. Infusión, decocción, extracto seco, tintura.
ECOLOGIA.- Especie herbácea bienal, cuyos tallos pueden alcanzar una altura de hasta 2 m. Florece en primavera, verano y otoño (mayo-octubre). Altitudinalmente se sitúa en el piso basal y en la mayor parte del piso montano (<1.500 m). Su habitat natural son los campos, rastrojos, barbechos, viñas y lugares áridos. En cuanto a suelos prefiere los suelos arenosos, sin problemas de encharcamiento, profundos y frescos. Como especie bienal su cultivo dura dos años. La recolección de las flores se realiza a medida que se abren; la de las hojas se efectúa una vez terminada la de las flores, y la raíz al final del ciclo. El contenido en aceites esenciales disminuye a lo largo del día. Las semillas tienen una gran longevidad pudiendo llegar a germinar después de 100 años.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>VERBASCUM THAPSUS L.</i></p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Antialérgicas, antiinflamatorias, antitusígenas, balsámicas, diuréticas, emolientes, expectorantes, pectorales. Los esteres del ácido caféico presentan actividad antibacteriana, antifúngica, analgésica y antihipertensiva.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se utiliza desde la antigüedad por sus propiedades emolientes, antiinflamatorias y pectorales.</p> <p>A veces las hojas se utilizan en medicina popular por sus propiedades emolientes en forma de cataplasmas, fumadas en cigarros se han usado para el tratamiento del asma. Las semillas ricas en saponinas tienen propiedades ictiotóxicas.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>La decocción de las semillas se ha utilizado para el tratamiento de problemas de la piel como sabañones y grietas, si bien por su toxicidad no es recomendable.</p> <p>Las hojas y las flores se usan en cosmética por sus propiedades astringentes y suavizantes. La decocción de las flores se utiliza para teñir el cabello de rubio; las flores también se usan para el lavado de los cabellos grasos.</p> <p>Se ha usado como especie tintórea para dar colores a la lana que pueden variar desde amarillo a ocre.</p> <p>Las hojas se han utilizado como detergente (uno de sus nombres vulgares es el de friegaplatos).</p> <p>La planta triturada o su zumo, se han utilizado para pescar ilegalmente, ya que intoxican a los peces de tal manera que pueden recogerse a mano, actividad que en nuestro idioma a dado lugar a los verbos envarbasar o embarbasar.</p> <p>Es planta melífera.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Las semillas son tóxicas. Los pelos de la planta pueden producir dermatitis de contacto. Planta tóxica para el ganado, y para peces. Si se toma en forma de infusión de flores hay que tener cuidado en colarlo para evitar que pasen los estambres ya que pueden provocar tos por irritación de la faringe.</p>

3.36. Familia **Pedaliaceae** (Pedaliáceas)

3.36.1. Género **Sesamun**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- SESAMUN INDICUM L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- AJONJOLI, ALEGRÍA, Aljonjoli, Sésamo, Sésamo verdadero.
ORIGEN.- Se considera que su origen es africano, de donde se expandió a la India.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Semillas. Aceite.
ECOLOGIA.- Especie herbácea anual, erecta de hasta 30-60 cm, que florece en verano. El sésamo no forma parte de la flora espontánea española y solo en alguna zona con climatología suave puede aparecer como naturalizado, escapado de cultivo. En cultivo prefiere terrenos calizos, de textura media profundo, fértil y fresco o regable, si bien para la maduración de la semilla en buenas condiciones requiere un período de sequía. Su ciclo de cultivo es de tres a cuatro meses. Es una especie muy sensible al frío. Teniendo en cuenta que lo que se recolecta es la semilla y que estas están encerradas en cápsulas que son dehiscentes, es preciso hacer la recolección cuando no estén aún completamente maduras, del orden de un mes después de la floración, la trilla se efectúa cuando las cápsulas estén ya secas. Las semillas pueden tener diferentes colores, identificándose las variedades por el color de las mismas en tres grupos: de semillas blancas, de semillas negras y de semillas rojizas; de ellas las que tienen mayor contenido en aceite son las de semilla negra y las que poseen el aceite de mejor calidad son las de semilla blanca.
DISTRIBUCIÓN.- El sésamo no forma parte de la flora espontánea española y solo en alguna zona con climatología suave puede aparecer como naturalizado, escapado de cultivo.
COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Las semillas contienen, lípidos, glúcidos, prótidos, fibra y pequeñas cantidades de vitaminas A y E. El insaponificable contiene fitosteroles, un fenol (sesamol) y compuestos del grupo de los lignanos (sesamina y sesamolina). b.- Principios activos Aceite (principalmente constituido por glicéridos de ácidos grasos insaturados (oleico, linoleico).

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SESAMUN INDICUM L.</i></p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Laxante suave.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se ha empleado en los países de origen como laxante, demulcente, emenagogo, afrodisiaco, en el tratamiento de alopecias, etc.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>El aceite se extrae de las semillas fácilmente por presión en frío (tienen una riqueza del 50%) se utiliza en farmacia como disolvente de medicamentos con las mismas características que el de oliva, pero más estable. La mayor parte se consume en alimentación humana, si bien también se puede utilizar en jabonería (los de peor calidad), en cosmética y en cierta medida, como lubricante. También se usa como combustible de lámparas.</p> <p>La semilla se utiliza en los países de origen para obtener harina con fines alimenticios. La torta resultante de la extracción del aceite se emplea en alimentación del ganado por tener alto contenido proteínico (abundancia en aminoácidos indispensables).</p> <p>Se ha observado un efecto sinérgico con los pelitres insecticidas, propiedad que parece estar ligada a su contenido en sesamina.</p>

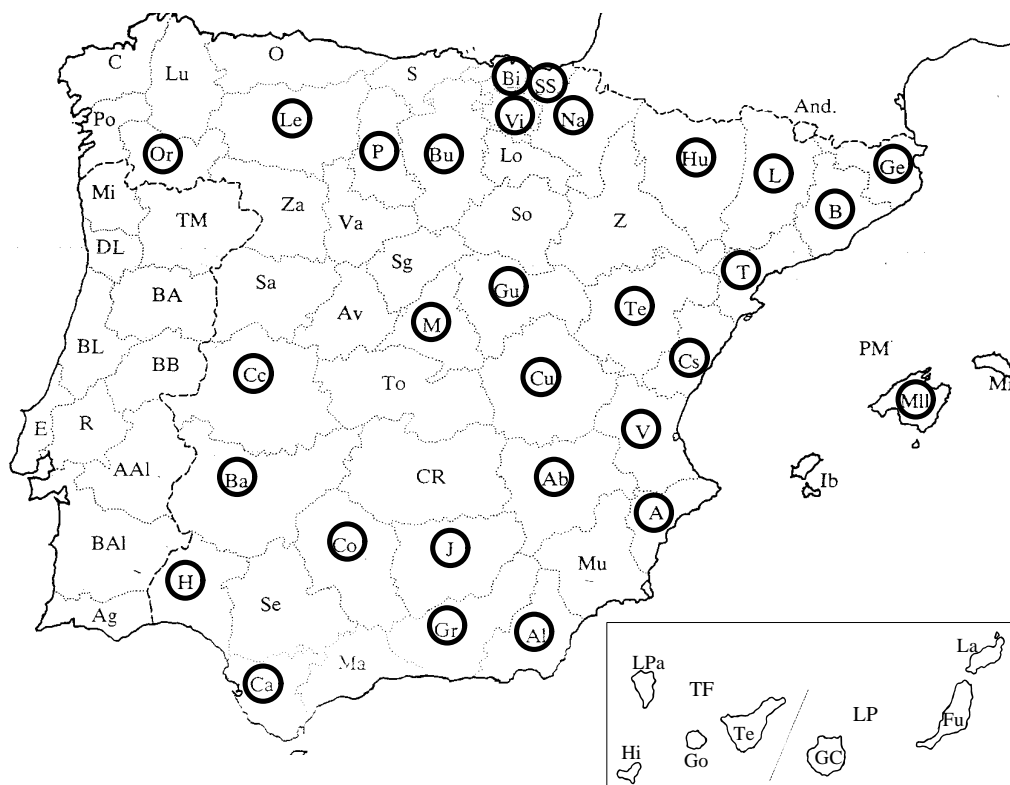
3.37. Familia **Caprifoliaceae** (Caprifoliáceas)

3.37.1. Género **Sambucus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- SAMBUCUS EBULUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Andura, Akamellu, Akarmallu, Basandura, Biesgo, Biezo, Chavos, Ébul, Ebulo, Ébulo, Eltsusa, Engos, Enzo, Erva de sao cristovao, Evol, Gandura, Geulos, Intxusa, Jambú, Lintsusa, Matapulgas, Maus, Mausa-bedarr, Mielgo, Osillapiko, Oxiñapico, Pudamans, Sabugño, Sabugueirinho, Sabuguinho, Saúco menor, Sauquillo, Urgues, Urrutzizta, Yedgo, YEZGO, Zauza-ziri, Ziaurre.
ORIGEN.- Europa, Occidente asiático, y Norte de África.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Flores, corteza, raíz, hojas y frutos. Estos últimos son muy tóxicos. Infusión (flores, hojas), decocción (raíz, corteza, fruto).
ECOLOGIA.- Especie herbácea perenne, con una altura de hasta 2 m de altura, que posee rizoma reptante, que se utiliza para su multiplicación vegetativa. Florece en verano, a partir de junio. Para su desarrollo precisa de suelos profundos y frescos, o de regadío, creciendo a orillas de las aguas, con preferencia por los suelos calizos o arcillosos. Disminuye su presencia sobre substratos silíceos. Altitudinalmente se sitúa en los mismos pisos que la encina.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SAMBUCUS EBULUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Aceite esencial, ácidos orgánicos, antocianos, taninos, principios amargos, saponinas.

b.- Principios activos

Ácidos fenólicos, flavonoides, sambunigrósido (heterósido cianogenético).

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiinflamatorias, antirreumáticas, calmantes, coleréticas, diaforéticas, diuréticas, estomáquicas, galactógenas, laxantes, purgantes, eméticas, cicatrizantes y vulnerarias.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Diurético, laxante y purgante.

OTROS USOS.-

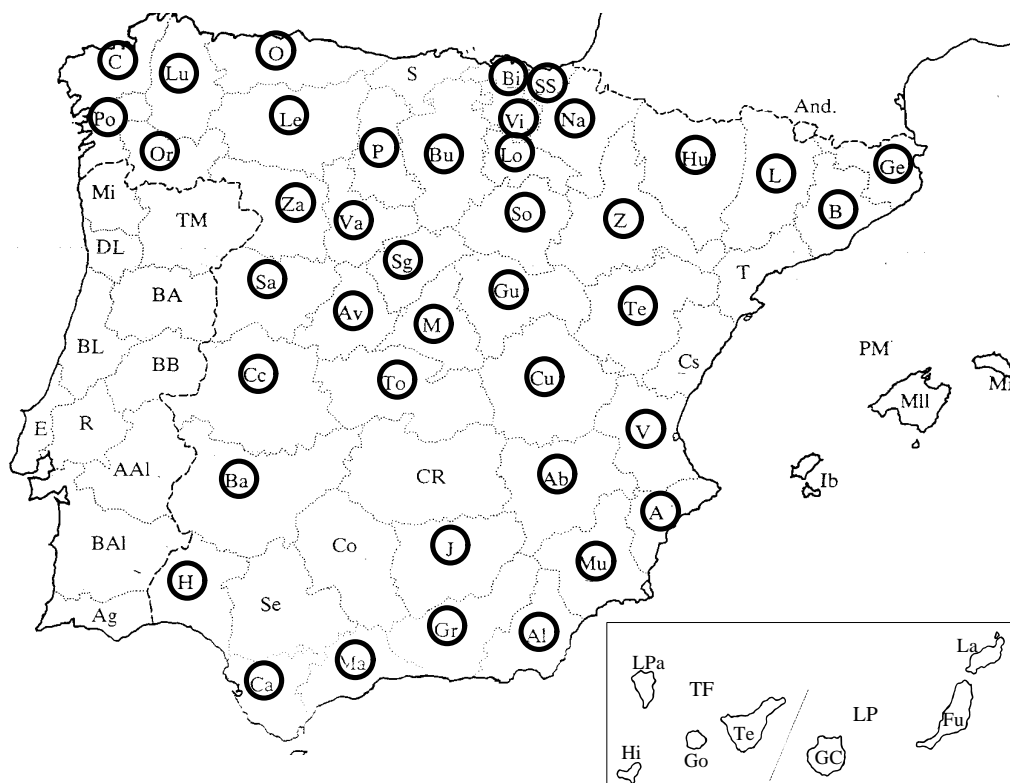
En uso externo se emplean las hojas en forma de fricciones y como emplasto. También como unguento y en

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- SAMBUCUS EBULUS L.</p>
<p>baños.</p> <p>Los frutos se utilizan para la obtención de tinte de color azul, usado en la coloración del cuero. Igualmente, el jugo de las raíces se usa en cosmética para teñir el pelo de color negro.</p> <p>Se atribuyen a la especie propiedades insecticidas, usándose contra moscas, mosquitos, pulgas, etc.</p> <p>Los frutos, a pesar de ser muy tóxicos y tener muy mal sabor, han sido preparados en compotas, sopas y confituras. Las hojas se utilizan en algunas infusiones de hierbas.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Parece ser que los frutos pueden producir intoxicaciones muy graves, incluso mortales.</p>

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>SAMBUCUS NIGRA</i> L.</p>
<p>NOMBRES VERNÁCULOS.-</p> <p>Akamailu, Akamallu, Akamelu, Akaramailu, Baiteiro, Beneitu, Biateiro, Biauteiro, Bieiteiro, Bineitu, Binteiro, Bioureiro, Bonarbre, Canillero, Cañilero, Intu, Intxu, Intxusa, Linsusa, Lintxusa, Pau virandoiro, Plausta, Plausta arr, Sabiko, Sabuco, Sabugo, Sabugueiro; Sabuka, Sabukitze, Saguka, Sahugué, Sakuta, Sakute, Saliparda, Samugueiro, San Juan lili, Saüc, Sauch, SAUCO, Saúgu, Sauka, Sauko, Sauku, Saiquer, Saiquera, Sauquero, Sayugo, Sarets, Sorgin-matsak, Txikutxa, Txotxika, Xabuco, Xabucu, Xabugu, Zaminka, Ziorr, Ziorri.</p>
<p>ORIGEN.-</p> <p>Europeo</p>
<p>PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.-</p> <p>Flores, frutos y en ocasiones la segunda corteza (únicamente el líber).</p> <p>Infusión (flores), decocción (corteza), maceración oleosa (vía tópica), extracto fluido.</p>
<p>ECOLOGIA.-</p> <p>Arbolillo o árbol de unos 4-5 m de altura, que florece en primavera-verano.</p> <p>En general se adapta a cualquier tipo de suelo siempre y cuando sea húmedo y fértil. Se presenta preferentemente en las vaguadas, en las márgenes de arroyos, y otras zonas con elevado aporte hídrico.</p> <p>Altitudinalmente se sitúa en los pisos basal y montano, alcanzando dentro de este último la cota máxima de 1.600 msnm. Resiste muy bien las heladas.</p> <p>La recolección de las flores se realiza en mayo o junio, al igual que la de las hojas de los brotes del año; la de corteza de segundo año y los frutos se realiza a finales del verano u otoño. Las hojas recogidas por la mañana poseen una mayor concentración de aceites esenciales y alcaloides que las recolectadas por la tarde, al contrario de lo que ocurre con los glucósidos.</p>

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *SAMBUCUS NIGRA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

S. caerulea Raf. se utiliza como especie ornamental y se cultiva por sus frutos.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, pectina, mucílago, aceite esencial, taninos.

b.- Principios activos

Flores: flavonoides, derivados de quercetol y kenferol. Ácidos fenólicos (clorogénico, cafeico). Triterpenos (- y -amirina, ácido ursólico y oleanólico. Sambunigrósido.

Frutos: flavonoides; antocianósidos; heterósidos cianogenéticos.

Corteza: fitohemaglutinina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antirreumáticas, antiinflamatorias, demulcentes, diaforéticas, diuréticas, galactógenas, laxantes, purgantes, venotónicas. Está indicado su uso para favorecer la eliminación renal y digestiva y como coadyuvante en regímenes de adelgazar.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- SAMBUCUS NIGRA L.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>En enfriamientos, catarros nasales y sinusitis. Empleado también como sudorífico, diurético y laxante.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>Tanto los frutos como las cortezas se han empleado en veterinaria como laxantes. También se utiliza la especie en homeopatía</p> <p>Las inflorescencias se secan y se usan en licorería para aromatizar vinos, vermouts y licores (ej.: “sambuca”). Las flores se han consumido en fresco y cocinadas y se usan en cosmética, destiladas, para preparar el “agua de saúco”, así como en decocción. La esencia obtenida por destilación se usa para aromatizar alimentos, bebidas, y ocasionalmente en perfumería. También como conservante y para aromatizar vinagres; igualmente la corteza se emplea para aromatizar vinos.</p> <p>Las hojas también se usan en cosmética. Quemadas y en decocción se emplean como insecticida y como repelente de insectos. Usadas frescas como tinte de lana; también los frutos tiñen de color azul pieles e hilos. La corteza y la raíz también sirven para elaborar un tinte color negro.</p> <p>Los frutos (sin semillas) se utilizan para preparar mermeladas y el zumo de los mismos (sin semillas) para mezclas de zumos con miel. En decocción se usa en cosmética como lociones para el pelo.</p> <p>La yemas se preparan en encurtido.</p> <p>La madera se ha usado como combustible</p> <p>Se usan como ornamentales.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Los frutos de <i>S. nigra</i> consumidos crudos pueden ocasionar vómitos; cocidos o macerados en vino pierden algo su toxicidad; las raíces y tallos han provocado envenenamientos en el hombre por la presencia de glucósidos cianógenéticos; las hojas frescas y las bayas pueden ocasionar dermatitis.</p>

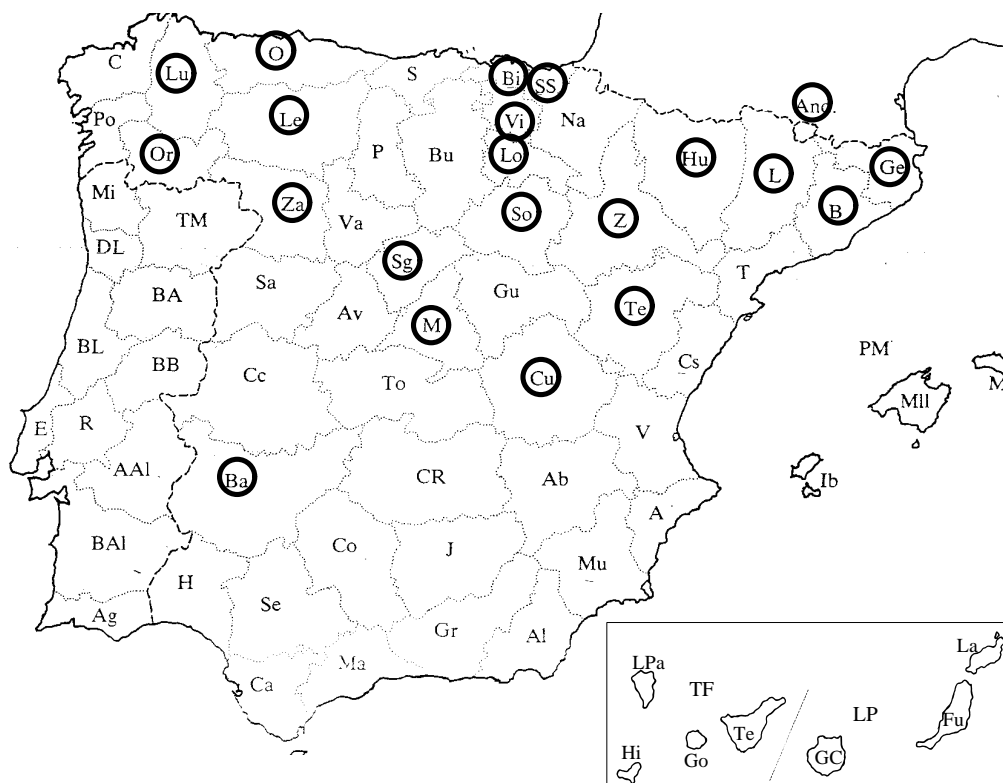
3.38. Familia **Valerianaceae** (Valerianáceas)

3.38.1. Género **Valeriana**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- VALERIANA OFFICINALIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Belar bedeicatuba; Belarr bedeinkatua; Hierba de los gatos; Pufabelarr; VALERIANA, Valeriana medicinal; Valeriana menor; Veleriana oficial.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Órganos subterráneos (rizoma, raíces y estolones desecados a una temperatura inferior a 40°C). Infusión, extracto seco y fluido, tintura, droga pulverizada.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, que se propaga por medio de rizoma; puede alcanzar una talla de hasta 1-2 m de altura y florece en primavera-verano a partir del segundo año. Requiere un suelo profundo, fértil y fresco o de regadío, sin piedras y sin problemas de encharcamiento. Los suelos muy ricos en materia orgánica presentan dificultades durante la limpieza por lo que deben desecharse. Altitudinalmente puede llegar hasta la cota 2.100 msnm. Siendo una especie vivaz en cultivo se maneja como anual, si se parte de transplante, o como bienal si se realiza siembra directa, ya que se recolectan las partes subterráneas, siendo conveniente en este caso eliminar las estructuras florales en cuanto inicien su formación a fin de aumentar los rendimientos de los órganos cosechables. Dicha recolección se realizará en otoño, cuanto más tarde mejor porque aumenta el contenido en principios activos. Es conveniente no repetir el cultivo en el mismo lugar hasta pasados unos años. Suele preferirse el material silvestre al cultivado, así como el de zonas frías y elevadas al de zonas húmedas.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *VALERIANA OFFICINALIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



OTRAS ESPECIES UTILIZADAS.-

V. campestris Thumb, originaria de Suráfrica. Sus hojas en decocción se usan para tratar problemas neurológicos, incluyendo la epilepsia y la histeria. También se usa contra parásitos internos y para inducir la sudoración.

V. uliginosa (Torr. and Gray) Rydb., originaria del Este de Norteamérica, cuyas raíces son usadas en decocción por los indios con fines medicinales.

V. wallichii D.C., originaria del Himalaya. El aceite esencial que se obtiene de los rizomas se usa localmente en perfumería.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Glúcidos, ácidos grasos, ácidos orgánicos, ácidos fenólicos (cafeico, clorogénico), aceite esencial (contiene mono- y sesquiterpenos: - y -pineno, canfeno, borneol, eugenol, bisaboleno, cariofileno, etc.), flavonoides, taninos, resina, -sitosterol, trazas de alcaloides.

b.- Principios activos

Iridoides: valepotriatos (valtrato, acevaltrato, didrovaltrato, acevaltrato, homodidrovaltrato, isoaltrato, etc.). Sesquiterpenos: cetonas (valeranona), alcoholes (valerenol), ésteres (ésteres del valerenol), aldehidos

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- VALERIANA OFFICINALIS L.</p>
<p>(valerenal), ácidos (valerénico, hidroxivalerénico, etc.).</p>
<p>PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-</p> <p>Anticonvulsivantes, espasmolíticas, carminativas, hipotensoras, sedantes y somníferas. También se le atribuyen propiedades antipiréticas, vermífugas y citotóxicas. La valeriana está indicada en personas con ansiedad, en neuróticos y en casos de insomnio en los que no sólo reduce el tiempo de inducción de sueño, sino que además mejora la calidad del mismo.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Se emplea como sedante del sistema nervioso central, en casos de excitabilidad, irritabilidad, insomnio. En migrañas y dolores reumáticos. Conocida por los griegos y romanos que la utilizaban como diurético, analgésico y contra la tos.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>El aceite esencial de la raíz se usa para aromatizar algunos licores, y en perfumería en países orientales.</p> <p>En algún caso ha sido usada como condimentaría.</p> <p>Existen cultivares para uso ornamental con diferentes coloraciones de las flores.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Su uso prolongado crea dependencia. Los valepotriatos han mostrado citotoxicidad y mutagenicidad in vitro, pero son muy inestables por lo que no suelen encontrarse o solo como trazas en las preparaciones de valeriana. No se aconseja su empleo en embarazo y lactancia si no es bajo control médico, ya que su seguridad no se ha establecido. Alguna especie como <i>V. wallichii</i> se considera abortiva y que afecta al ciclo menstrual.</p>

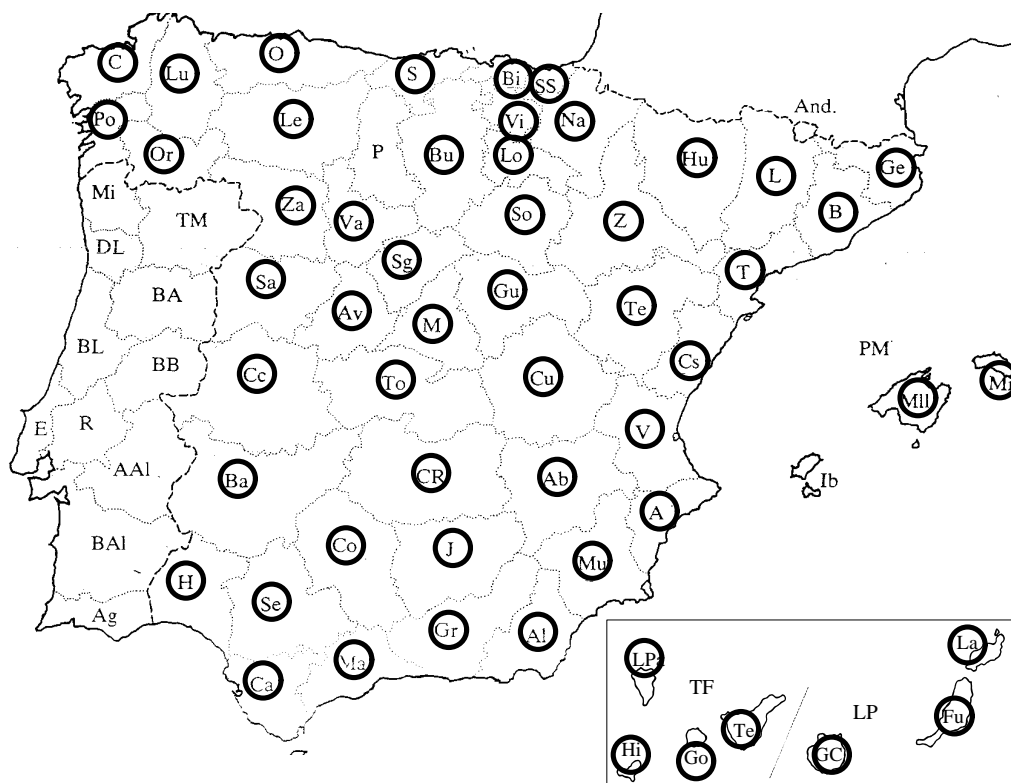
3.39. Familia **Poaceae** (Gramíneas)

3.39.1. Género **Cynodon**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>CYNODON DACTYLON</i> (L.) Pers.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Achoeríoa, Achoerisa, Agram, Agramen, Arrasteluzain, Aski, Askia, Aski-motza, Askitxa, Asquí, Astoatz, Astoeriso, Brena, Canaria, Diente de perro, Gram, GRAMA, Grama canina, Grama común, Grama das boticas, Grama de España, Grama digitada, Gramen, Graminha, Graminheira, Herba grama, Pata de galiña, Pie de gallina.
ORIGEN.- El centro primario se sitúa en la India; actualmente tiene una distribución cosmopolita.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Rizomas. Decocción, extracto fluido.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con rizomas a poca profundidad y muy ramificado, cuyos tallos aéreos llegan a alcanzar los 30 cm, y de floración en primavera-verano. La planta se desarrolla en los cultivos, huertos, rastrojos, y bordes de caminos en toda España. Edáficamente es una especie que se adapta a multitud de condiciones incluyendo condiciones de sequía, e incluso salinas, o regadas con aguas de mala calidad, condiciones estas que hacen posible su uso en jardinería y como especie protectora contra la erosión. Altitudinalmente llega desde el nivel del mar hasta el piso montano. Es una especie muy competitiva sobre todo en los cultivos de secano, además de generar sustancias alelopáticas y de difícil eliminación por la posesión de tallos subterráneos, lo que la convierte en una de las principales malas hierbas a nivel mundial. Desde el punto de vista de su posible cultivo sería conveniente que fueran suelos ligeros, frescos o con posibilidad de regadío, fértiles y sin piedras.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CYNODON DACTYLON* (L.) Pers.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIETADES.-

Existen en el mercado variedades de cultivo para fines ornamentales y pratenses.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Almidón

b.- Principios activos

Sales potásicas, fructosanas: triticina, inositol.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antisépticas, antiinflamatorias, astringentes, colagogas, depurativas, diuréticas, hepatoprotectoras.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se utiliza como diurética y en casos de reuma.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *CYNODON DACTYLON* (L.) Pers.

OTROS USOS.-

Especie muy parecida en usos a la siguiente, ambas pertenecen a la misma familia y si bien corresponden a distintas subfamilias, morfológicamente tienen la característica en común de la presencia de rizomas, los cuales tienen una utilización bastante parecida.

Con otros fines los rizomas se han usado para la obtención de harina (los rizomas son ricos en almidón) con la que elaboran pan en tiempos de hambre (los tallos también han sido consumidos). Los rizomas tostados se han usado como sustitutivo del café y sin tostar se han consumido en tisanas.

Como ornamentales en la formación de céspedes, su amplitud ecológica hace posible que puedan ser usadas en condiciones muy desfavorables para otras especies que clásicamente se han empleado con estos fines. También es una especie que se utiliza para la fijación de suelos y de protección contra la erosión.

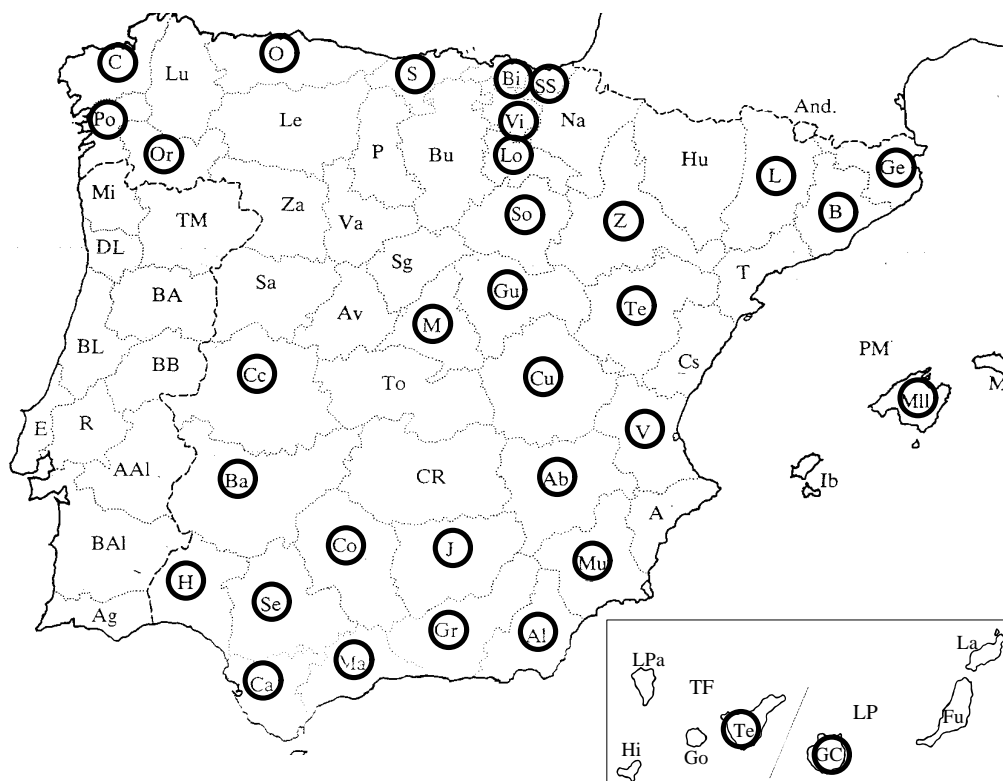
Se usa como especie forrajera (pasto de Bermudas).

3.39.2. Género **Elymus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- ELYMUS REPENS (L.) Gould. (= <i>Agropyrum repens (L.) Beauv.</i>)
NOMBRES VERNÁCULOS.- Agram prim, Askí, Cerrillo, Gram prim, Grama canina, GRAMA DE LAS BOTICAS, GRAMA DEL NORTE, Grama francesa, Grama oficial, Rengo.
ORIGEN.- Zonas templadas del hemisferio norte.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Rizomas. Decocción, extracto fluido.
ECOLOGIA.- Especie herbácea vivaz, con rizoma a poca profundidad y muy ramificado, que llega a alcanzar hasta 150 cm de altura y de floración en primavera-verano. La planta se desarrolla en los cultivos, huertos, rastrojos, bordes de caminos, setos, etc. en toda España. Altitudinalmente llega desde el nivel del mar hasta el piso montano. Es una especie muy competitiva y de difícil eliminación por la posesión de tallos subterráneos. Precisamente estos tallos son la parte útil de la planta y conviene que sean recolectados en primavera, cuando empieza a generarse de nuevo la parte aérea. Desde el punto de vista de su posible cultivo es conveniente que sean suelos ligeros, frescos o con posibilidad de regadío, fértiles, y sin piedras, a fin de que su recolección no resulte demasiado problemática.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ELYMUS REPENS* (L.) Gould. (= *Agropyrum repens* (L.) Beauv.)

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Almidón, lípidos, aceite esencial, heterósidos cianogénicos, vainillósido

b.- Principios activos

Sales potásicas, silicio, fructosanas: triticina, flavonoides, saponinas.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antisépticas, diuréticas y remineralizantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Se utiliza en cistitis, prostatitis, cálculos renales. En reumatismo y gota.

OTROS USOS.-

Los rizomas son utilizados con otros fines de diversas maneras: molidos generan una harina que puede ser utilizada para la elaboración de pan en tiempos adversos; con la harina obtenida, fermentada se han confeccionado cervezas y otros licores; se ha utilizado como edulcorante; los renuevos tiernos se pueden

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *ELYMUS REPENS* (L.) Gould. (= *Agropyrum repens* (L.) Beauv.)

consumir en ensaladas y tostados han sido sustitutivo del café y sin tostar se han usado en infusiones.

Se ha utilizado esta planta para fijar márgenes de ríos.

Se puede introducir en cultivos, en la zona norte de la Península, comportándose como mala hierba.

Ocasionalmente ha sido usada en la construcción de céspedes.

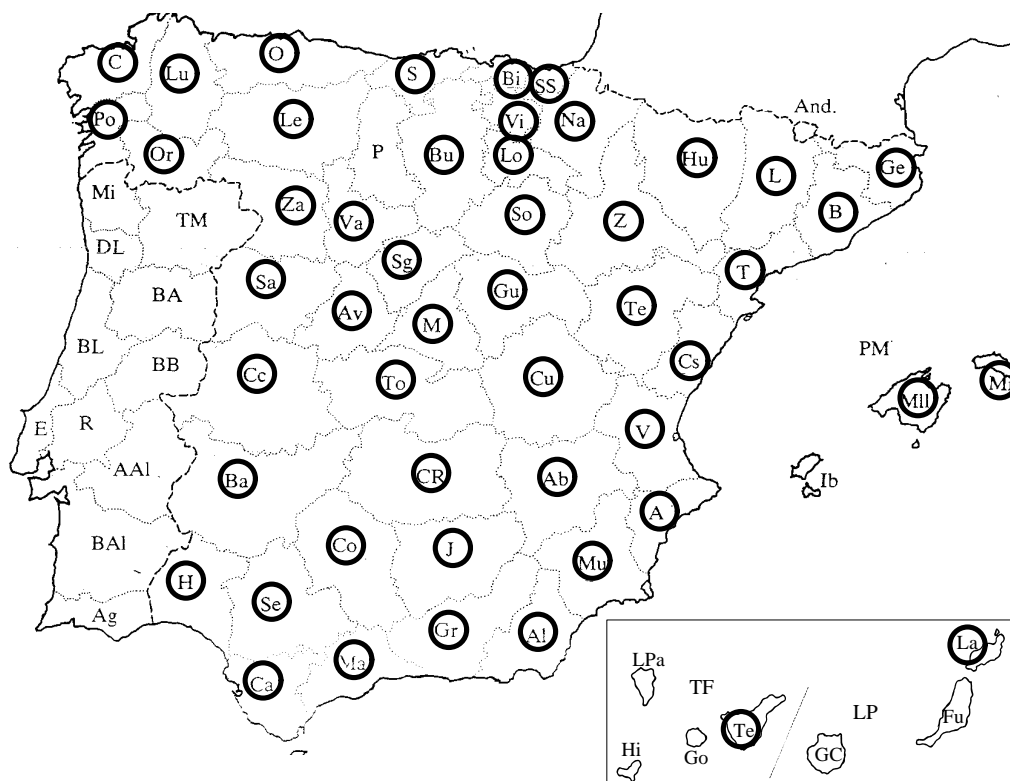
3.40. Familia **Liliaceae** (Liliáceas)

3.40.1. Género **Ruscus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- RUSCUS ACULEATUS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Acebillo, Acebo menor, Acebo pequeño, Albernera, Arkasahatsa, Arrayán morisco, Arrayán salvaje, Azevinho menor, Basarragan, Basarrayana, Bayoba, Baharri belarr, Beharri belharr, Boix mari, Boix mascle, Brusco, Brusca, BRUSCO, Brusco común, Bucharreta, Búfal, Búfol, Capio, Capios, Cirerer de Betlem, Cirerer del Bon Pastor, Cireretes de Betlem, Chumbarba, Chumbarda, Churbarba, Chusbarba, Datzera, Erkatza, Errats, Erratz, Erratz-latz, Erva dos vasculhos, Escobina, Galzeran, Garapincho, Gatzeran, Gilbalbeira, Gilbarbeira, Gilbarbera, Gilbardeira, Giñarra, Guindes del Bon Pastor, Herba de l'erisipela, Harba erisipela, Idulentzi, Ispelko, JUSBARBA, Mata-aranyes, Mesquita, metquita, Orusco, Palma, Palmas, Picanceira, Picantel, RUSCO, Sardonilla, Silbarda, Uvas de can, Verdenace, Xarda, Xardiña, Xibalbeira, Xibarbeira, Xilbarbeira, Xilbarda, Xilbardeira, Yusbarba, Zaquenú.
ORIGEN.- Oeste de Europa, Asia menor (Persia) y Norte de Africa.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Rizoma y raíces. Infusión, decocción, extracto seco y fluido, pomada. Con el extracto seco se preparan supositorios.
ECOLOGIA.- Especie perenne, dioica, verde todo el año, con la cepa rastrera y subterránea y tallos erguidos de hasta 1 m de altura y con floración en primavera y verano. Las hojas están reducidas a unas pequeñas escamas y su función la realizan unos tallos aplanados y con forma de hoja, en las que se forman las flores y los frutos. De forma espontánea se presenta en las zonas de umbría de bosques húmedos, fondos de valle y matorrales húmedos, generalmente hasta los 1.000 m de altitud; muy unido a la encina. Es muy resistente a la sequía.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *RUSCUS ACULEATUS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, mucílagos, ácidos grasos, trazas de aceite esencial, resina, flavonoides, benzofuranos, esteroides.

b.- Principios activos

Saponósidos esteroidicos: ruscogenina (derivado hidroxilado de la diosgenina), neoruscogenina y sus heterósidos, ruscósido, ruscina.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antiedematosas, antiinflamatorias, diuréticas, antihemorroidales, protectoras capilares y venotónicas. Está indicado en procesos hemorroidales y otras afecciones anales. Generalmente se asocia a otros protectores venosos y se emplea en insuficiencia venolinfática como piernas pesadas, calambres, etc. y en metrorragias debidas a contraceptivos.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Diurético. Los tallos (con forma de hoja) se consumen en decocción para favorecer la sudoración y para tratar la ictericia, cálculos de vejiga y problemas de útero.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *RUSCUS ACULEATUS L.*

OTROS USOS.-

Los frutos del rusco se han consumido como aperitivo; las semillas tostadas se usan como sustituto del café, los brotes se consumen como sustituto de los espárragos y las ramas se utilizan en cestería.

Los extractos del rusco se utilizan también en cosmética.

Se han cultivado y se emplean como especie ornamental en jardinería y para la realización de centros de flores y plantas secas.

Las ramas se han usado para ahuyentar roedores.

A partir de la ruscogenina se han intentado obtener corticosteroides por hemisíntesis.

TOXICIDAD.-

Las bayas ingeridas por los niños pueden provocar vómitos, diarrea y convulsiones. Las saponinas son irritantes por lo que pueden ocasionar intolerancia gástrica. El rusco puede producir diarreas, vómitos y riesgo de hemólisis.

3.41. Familia **Ginkgoaceae** (Ginkgoáceas)

3.41.1. Género **Ginkgo**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- GINKGO BILOBA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Arbol de las pagodas, ARBOL DE LOS CUARENTA ESCUDOS, Arbol de los escudos, Gingo, Ginkgo.
ORIGEN.- Este de China.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Hojas. Infusión, extracto seco y fluido.
ECOLOGIA.- Especie gimnosperma que presenta notables diferencia con las gimnospermas habituales en nuestro entorno, como son que no tiene las hojas aciculares, que son caducas en invierno, y que no porta conos o estróbilos. El Ginkgo es originario de China, no existiendo de forma silvestre en la flora española y solo existe como especie cultivada para uso ornamental en jardines y como ornamentación urbana. Hasta hace no mucho tiempo se le consideraba como un fósil viviente porque solo se le conocía como especie cultivada. En la actualidad se conoce de forma silvestre localizada recientemente, en China.
COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Azúcares, polioles, ácidos grasos, ácidos orgánicos, esteroides, sesquiterpenos. b.- Principios activos Terpenos (sesquiterpeno: bilobalido; diterpenos: ginkgolidos), flavonoides (biflavonas: bilobetol, ginkgetol, amentoflavona, etc.; heterósidos de flavonoles), proantocianidoles.
PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.- Antiagregante plaquetario, antivaricosas, diuréticas, vasodilatador cerebral y periférico, potenciadoras de la resistencia y reductoras de la permeabilidad capilar, propiedades antihemorrágicas, captadoras de radicales libres. Está indicado en el tratamiento de la insuficiencia vascular cerebral, para mejorar la memoria y trastornos funcionales y comportamentales, sobre todo en personas mayores.
OTROS USOS.- Los “frutos” a los que se elimina la capa externa, responsable del olor nauseabundo, se consumen tostados o en sopas; también son fuente de aceite aunque puede causar dermatitis por contacto en personas sensibles. En China también se usan los “frutos” con fines medicinales. Tiene compuestos insecticidas. Planta utilizada con fines ornamentales, fundamentalmente los pies masculinos.

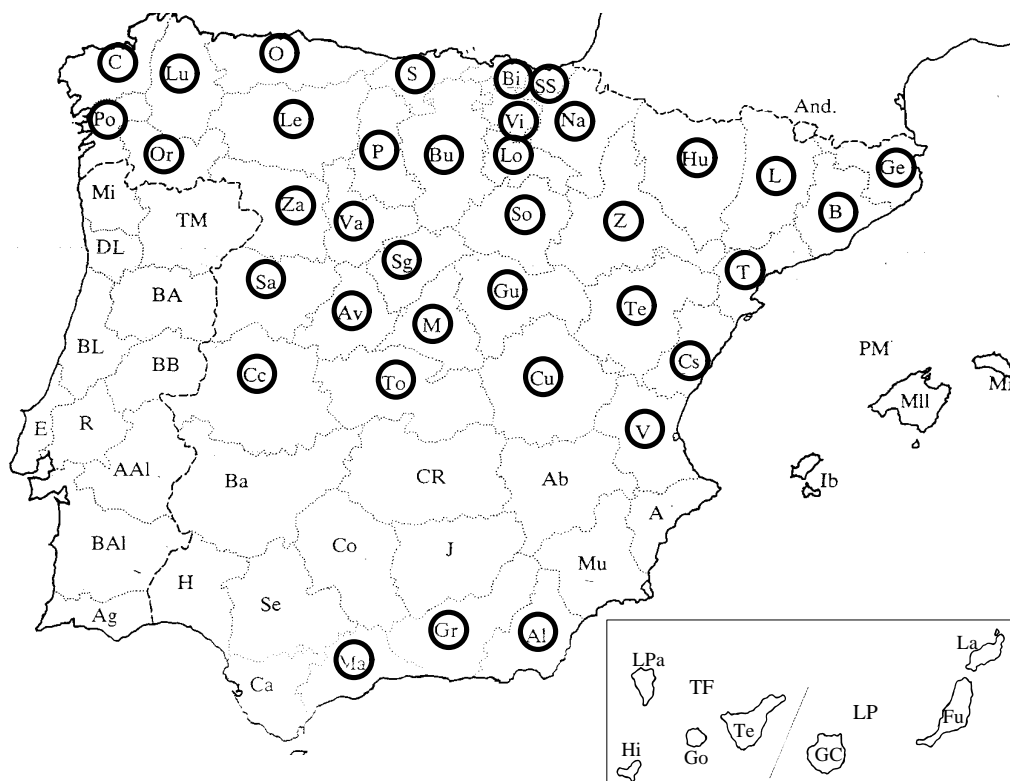
3.42. Familia **Pinaceae** (Pináceas)

3.42.1. Género **Pinus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- PINUS SYLVESTRIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Alaga, Azanacho, Aznallo, Bálsamo de trementina, Belorita, Colofonia común, Galipot, Leherr, Lergorria, Lerr, Lerrondo, Leu, Ligu, Pi blanc, Pi blancal, Pi bord, Pi femella, Pi mèlic, Pi melicà, Pi melis, Pi negre, Pi roig, Pi rojal, Pi rojalet, Pi ros, Pi urgellenc, Pi vermell, Pinheiro da Escócia, Pinheiro de casquinha, Pinheiro de Flandes, Pinheiro de riga, Pinheiro riga, Pinheiro selvagem, Pinheiro silvestre, Pinheiro vermello do Báltico, PINO ALBAR, Pino albar de algunos, Pino balsaín, Pino bermejo, Pino blanquillo, Pino bravo, Pino carrasco, Pino carrasco de algunos, Pino común, Pino cortezuelo, Pino de Balsaín, Pino de Escocia, Pino de Riga, Pino de Valsaín, Pino enebral, Pino nebral, Pino negral, Pino rojal, Pino royal, Pino royo, Pino serrano, Pino silvestre, Pino Valsaín, Pinua, Sebó, Trementina común.
ORIGEN.- Euroasiático.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Yemas, hojas y ramas jóvenes. Infusión, extracto fluido, jarabe, aceite esencial, trementina, agua destilada, brea.
ECOLOGIA.- Arbol de hoja perenne que llega a alcanzar una altura de hasta 30-40 m con tronco recto y ramificación escasa que queda limitada al tercio superior. Florece en primavera, y las semillas maduran en el otoño del año siguiente. Es el pino de mayor difusión en Europa y Asia. Presenta una gran amplitud ecológica y con relación a los suelos no es exigente, tolerando los calizos y yesosos, e incluso muy húmedos, si bien presenta su mayor desarrollo sobre suelos arenosos, frescos y profundos o sobre substratos silíceos. Altitudinalmente se sitúa mayoritariamente entre los 1.000 y 2.000 m, con el óptimo hacia los 1.500m, si bien supera estos límites en ambos sentidos. En España el número de días fisiológicamente secos es inferior a 40 y en su área recibe precipitaciones en cantidad superior a los 400 mm. Es una especie de plena luz, de tal forma que crece mal cuando soporta sombra y precisa, en masas densas, ser aclarado frecuentemente. Es una especie de crecimiento rápido. Puede llegar a vivir 400-500 años. Puede ser parasitado por el muérdago; presenta micorrizas con distintos géneros de hongos, entre ellos con el níscalo (<i>Lactarius deliciosus</i>).

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PINUS SYLVESTRIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Yemas: glúcidos, hexitol (pinitol), principio amargo heterosídico (pinipicrina), resina, coniferósido.

Hojas: flavonoides y vitamina C

b.- Principios activos

Yemas: aceite esencial (pinenos)

Brea: fenoles (fenol, cresol, pirocatequina, etc y sus esteres)

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antisépticas, balsámicas, expectorantes, diuretico uricosúricas, rubefacientes. En uso externo en dermatosis y afecciones cutaneas originadas por parásitos.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

De amplio uso popular como balsámica y diurética

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *PINUS SYLVESTRIS L.*

OTROS USOS.-

Para uso externo se utiliza en forma de brea en jabones o pomadas, y la infusión de yemas en forma de baños.

La madera se utiliza para la fabricación de pasta para cartón, si bien presenta dificultades dada su concentración de resina, es un combustible apreciado y se emplea profusamente en carpintería, ebanistería y serrería. Los troncos, que suelen ser muy rectos y sin nudos, se han utilizado como mástiles de barcos, traviesas de ferrocarril y postes de teléfono y telégrafo; también se utilizan en la construcción. Los ejemplares de alta montaña dan una madera oscura que es muy apreciada en ebanistería de lujo y para entarimados.

Los piñones son comestibles. En algunas zonas del norte de Europa consumen la parte interna de la corteza del árbol bien molida y amasada sola o en mezcla con harina de avena confeccionan en tiempos de escasez pan o galletas, también la consumen en forma de caldo.

De las acículas se obtiene aceite esencial que se incluye en sales de baño y productos de tocador. También se han utilizado en Europa Central para la fabricación de “lana de bosque” para rellenar colchones o con fines textiles para la fabricación de tejidos bastos.

Es una de las especies más útiles en la restauración de las áreas de montaña en España.

TOXICIDAD.-

Debe usarse con precaución la esencia ya que se pueden producir irritación de las mucosas o reacciones alérgicas. La inhalación excesiva puede originar excitación nerviosa e hipertensión. Debe tenerse precaución en pacientes con insuficiencia renal.

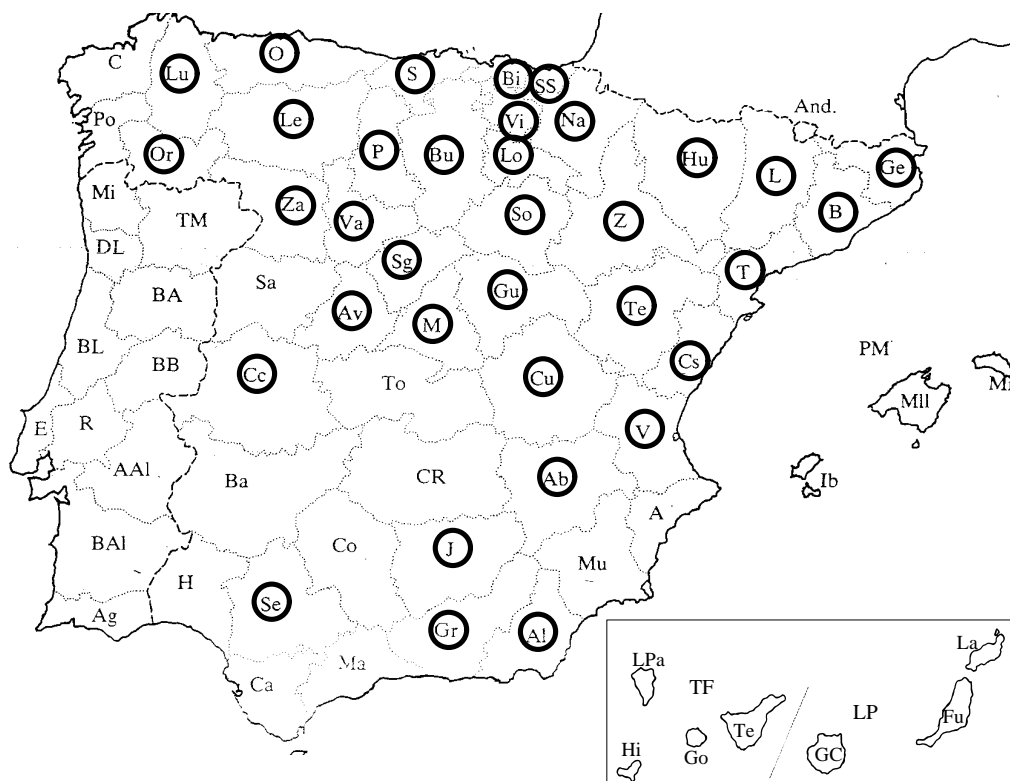
3.43. Familia **Cupresaceae** (Cupresáceas)

3.43.1. Género **Juniperus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>JUNIPERUS COMMUNIS L.</i>
NOMBRES VERNÁCULOS.- Acatera, Aginteka, Agintza, Agintze, Agintzea, Arabota, Arcentos, Archenas, Brujo, Cada, CimbroEnebriza, ENEBRO, Enebro achaparrado, Enebro albar, Enebro común, Enebro espinoso, Enebro morisquillo, Enebro rastrero, Enebro real, Enebro, Epuru, Ginebre, Ginebre mascle, Ginebre negral, Ginebre ver, Ginebrer, Ginebrera, Ginebrever, Ginebro, Ginebró hemisferic, Ginebro real, Giniebro, Gorojo, Grojo, Hinastra, Hinebro, Hinieblo, Hiniebro, Ijinebre, Ijiñebra, Ijiñebre, Iñibra, Iñibre, Ipar-ipurua, Ipar-orrea, Ipurka, Ipuru, Ipurua, Jabino, Jinebro, Junipero, Junpuru, Larraon, Likabra, Nebro, Orre, Orrea, Orri, Pinchorrero, Rosafin, Sabina, Sabina morisca, Sabino, Unpuru, Xenebro, Zimbro, Zimbro común.
ORIGEN.- Zonas templadas del hemisferio norte.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Pseudofrutos [gálbulos (carpoides)]Infusión, decocción, extracto seco y fluido, aceite esencial, alcohol de enebro.
ECOLOGIA.- Especie gimnosperma muy polimorfa porque puede encontrarse como arbolillo, arbusto o incluso como mata baja, con hojas perennes, aciculares y dispuestas en verticilos trímeros. Puede llegar a alcanzar una talla de hasta 10 m si bien esta talla es excepcional. Florece en primavera y los gálbulos maduran al tercer año. Se adapta a toda clase de suelos incluso a los encharcados. Altitudinalmente supera la cota de los 2.000 m e incluso llega a la de los 3.000 m en Sierra Nevada y en Pirineos, siendo un elemento común del matorral almohadillado de las cumbres de las montañas. Se asocia a los pinos silvestre, salgareño y negro, a la encina y a la sabina albar, y más raramente al roble y al haya.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *JUNIPERUS COMMUNIS* L.

DISTRIBUCIÓN.-



VARIEDADES.-

En España se distinguen tres subespecies:

Subsp. *communis*, que es un arbusto o arbolillo, altitudinalmente se instala en las cotas más bajas; subsp. *Hemisphaerica* (J. & C. Presl.) Nyman, mata de hasta 2 m de altura que se instala en las zonas de transición entre la subsp. anterior y la posterior, y subsp. *nana* (Willd.) Syme (= subsp. *alpina* (Suter) Celak), que es una mata rastrera y que aparece en las montañas más elevadas.

COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, resinas, terpenoides, lignanos.

b.- Principios activos

Flavonoides, taninos, aceite esencial (rico en pinenos, canfeno, terpinen-4-ol, cadinenos, etc.), un principio amargo.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Antimicóticas, antirreumáticas, antisépticas, aperitivas, carminativas, diuréticas, hipoglucemiantes,

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>JUNIPERUS COMMUNIS L.</i></p>
<p>rubefacientes, tónicas.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-</p> <p>Como estimulante del apetito y diurético. También en dolores musculares o reumáticos aplicado por vía tópica.</p>
<p>OTROS USOS.-</p> <p>En algunas zonas se han consumido los “frutos”, pudiéndose preparar también en conserva, previa eliminación de las semillas.</p> <p>Los gábulos secos se utilizan como condimento para saborizar distintos tipos de comidas, siendo utilizados incluso como sustitutos de la pimienta.</p> <p>En cosmética se utilizan los gábulos y su aceite esencial. El aceite esencial se obtiene por destilación de los gábulos, previamente machacados, y es de color amarillento y poco estable; el aceite rectificado es mucho más concentrado y más apropiado para licorería, pero tampoco es estable. En perfumería y licorería solo pueden aplicarse cantidades muy pequeñas de estos aceites esenciales porque son muy poco solubles en alcohol.</p> <p>Como ambientador y por sus propiedades antisépticas se han quemado en las estufas.</p> <p>Los gábulos se utilizan abundantemente en licorería, fundamentalmente se utilizan para la fabricación de la ginebra, cualquiera que sea su variante, aparte de otras bebidas alcohólicas de destilación; también se preparan otros licores elaborados por maceración de los gábulos en coñac, brandy o en vino. Otras bebidas aromáticas en las que está implicado el enebro son el “Chartreuse”, el “Fernet” o el “genipi”. Estos se han utilizado, una vez secos y tostados, como sustituto del café; sin fermentar para elaborar cerveza. Como condimento en la preparación del “choucroute”.</p> <p>Las ramillas jóvenes secas y troceadas se han utilizado para ser consumidas en forma de té.</p> <p>Su madera es fácil de trabajar, muy aromática, resistente y prácticamente imputrescible y toma bien el pulimento. Se utiliza en carpintería en especial para recubrir interiormente los armarios roperos y arcones por sus supuestas propiedades repelentes. Como combustible se utiliza para ahumar productos cárnicos como jamón, salchichas, o panceta (bacon) y también para ahumar salmón (en Escocia).</p> <p>Mediante la destilación de la madera seca se obtiene una brea que se utiliza como antiséptico.</p> <p>Planta de uso ornamental, resistente al recorte.</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>El aceite esencial puede tener efectos nefrotóxicos. Los tratamientos prolongados pueden producir problemas en el aparato urinario. No se conocen casos de envenenamiento de personas. Contraindicado en embarazo e inflamación renal.</p>

3.43.2. Género **Thuja**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- THUJA OCCIDENTALIS L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Arvore da vida, Cedro blanco, Tuia vulgar, Tuya
ORIGEN.- Norteamericano.
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Ramas. Infusión, tintura, aceite esencial.
ECOLOGIA.- Especie originaria de Norteamérica que no se encuentra en la flora española y solo está presente en cultivo en viveros, para uso ornamental y en jardines. Es una gimnosperma de hoja escamosa e imbricada y perenne, que puede alcanzar una altura de hasta 20 m. La “floración” se produce en primavera. Los tallos jóvenes se recolectan en primavera.
DISTRIBUCIÓN.- No se encuentra en la flora española.
COMPOSICIÓN QUÍMICA.- a.- General Inositol, ácidos orgánicos, - sitosterol, resinas, taninos, flavonoides. b.- Principios activos Aceite esencial (Tuyona)
PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.- Antihemorroidales, astringentes, antirreumáticas, antiverrucosas, revulsivas, emenagogas, expectorantes, diaforéticas, diuréticas, antihelmínticas, antisepticas, bactericidas.
USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Ramas se utilizan como astringentes y emenagogas. El aceite esencial por vía tópica para eliminar papilomas y verrugas.
OTROS USOS.- El aceite esencial obtenido por destilación se ha usado en la fabricación de perfumes, así como en microscopía. Especie ornamental, existiendo para este fin una gran cantidad de cultivares.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- THUJA OCCIDENTALIS L.
Su madera se ha utilizado en la construcción de vallas, traviesas de ferrocarril y techumbres.
TOXICIDAD.- Por la presencia de tujona que es neurotóxico puede producir a dosis elevadas espasmos, convulsiones epileptiformes, diarreas y gastroenteritis y por lo tanto no es recomendable su utilización para uso interno. Contraindicado durante el embarazo.

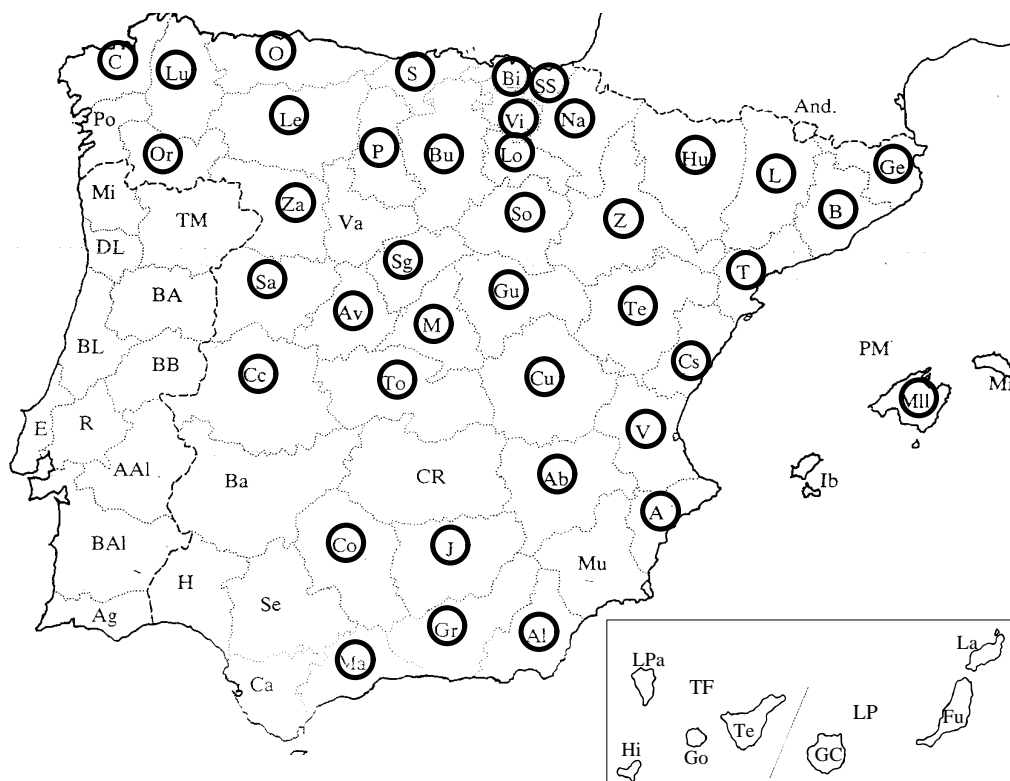
3.44. Familia **Taxaceae** (Taxáceas)

3.44.1. Género **Taxus**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- TAXUS BACCATA L.
NOMBRES VERNÁCULOS.- Agin, Aguin; Hagin, Hagina, Hagintze, Sabino, Tajo, Taxo, Teix, Teixeira, Teixeira, Teixera, Teixo, TEJO, Tejón, Texo.
ORIGEN.- Europa, Norte de África y Asia occidental
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Corteza, ramas y hojas. Infusión, decocción, tintura. No se recomienda el uso vía interna por su toxicidad.
ECOLOGIA.- Especie arbórea de crecimiento lento (aunque los árboles de esta especie llegan a alcanzar una gran corpulencia) que se desarrolla en ambientes húmedos y frescos, tanto sobre calizas como sobre substrato silíceo, en las zonas montañosas y en las laderas de umbría, a partir aproximadamente de los 500 m, y hasta los 1.800 (2.100) m. De forma espontánea se encuentra en España en forma de pies aislados, o pequeños rodales mezclado con otras especies. Es una especie muy resistente a la poda y muy longeva. Desde el punto de vista del contenido en principio activo existe una gran variabilidad no solo entre especies sino entre ejemplares de la misma especie, poblaciones, tejido analizado y en función de variaciones medioambientales. En la actualidad el tejo es un árbol que está protegido, motivo por el cual su posible puesta en cultivo tiene cualidades muy interesantes al margen de las puramente extractivas. La utilidad de la corteza como materia prima para la obtención del taxol, implica un manejo especial que no suponga un daño irreversible para las plantas (destrucción de la especie), seleccionando las ramas a extraer y dejando una copa lo suficientemente amplia como para asegurar el normal funcionamiento del árbol.

• NOMBRE CIENTÍFICO.- *TAXUS BACCATA* L.

DISTRIBUCIÓN.-



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Azúcares, polisacáridos, ácidos grasos, esteroides, bisflavonoides, proantocianoides, lignanos, heterósidos cianogenéticos.

b.- Principios activos

Diterpenos derivados del taxano: taxusinas, bacatina III y derivados, taxina A, taxol, etc. Algunos compuestos como el taxol llevan funciones amídicas por lo que frecuentemente se consideran como alcaloides o pseudo-alcaloides.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Abortivas, hipotensoras, antiespasmódicas, antirreumáticas, béquicas, expectorantes, diuréticas, emenagogas, y narcóticas.

Tiene propiedades similares a las de la digital.

En la actualidad ha despertado un gran interés por las propiedades anticancerígenas que manifiesta el principio activo taxol que se encuentra en la corteza del tronco, ramas y acículas. Este compuesto se aisló por primera vez de las cortezas del tronco de *Taxus brevifolia* Nutt. y se encuentra en una proporción muy baja.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>TAXUS BACCATA</i> L.</p>
<p>El taxol es veneno del huso acromático, promueve la formación de microtúbulos e inhibe su desensambladura en tubulina afectando a la multiplicación celular. Se puede preparar a partir de un análogo que se encuentra en las hojas en proporción mas elevada: 10-desacetil bacatina III.</p>
<p>USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.- Antiespasmódico y antirreumático.</p>
<p>OTROS USOS.- El arilo, no es tóxico y con él se han confeccionado jugos y jarabes con fines medicinales. El tejo posee una madera muy apreciada por todos aquellos que se dedican a dar formas a la madera (escultores, torneros, etc.). Por la elasticidad de su madera es el árbol por excelencia para la elaboración de arcos. Tanto por sus formas a todo viento como por su tolerancia a la poda y lento crecimiento (por lo que se adapta a la formación de setos y topiaria) se ha usado y se usa como ornamental. Todas las partes de la planta, con excepción del arilo como ya se ha comentado, son muy tóxicas y de hecho se utilizó para la elaboración de venenos, en ocasiones empleados para impregnar las flechas. Para usos ornamentales existen en el mercado más de 80 cultivares, variando en sus hábitos de crecimiento y color del follaje.</p>
<p>TOXICIDAD.- Planta toda ella muy tóxica por contener alcaloides tóxicos: taxinas. Estos son venenos bulbares y pueden producir temblores, parálisis progresiva y muerte. El consumo de hojas por los niños, puede también causar su muerte. La dosis mortal en el caso de las hojas es de aproximadamente 2 g/kg en el caballo. En conejo, cabra o cordero se estima que es de unos 10 g/kg. La carne y la leche de estos animales intoxicados, es tóxica. En la actualidad se pueden presentar intoxicaciones en niños que se comen los pseudo- frutos. Esta intoxicación presenta síntomas digestivos como son náuseas, vómitos, dolores abdominales y diarreas, y neurológicos (temblores, vertigos) hipotensión y trastornos del ritmo cardiaco. Contiene un glucósido abortivo el taxicósido.</p>

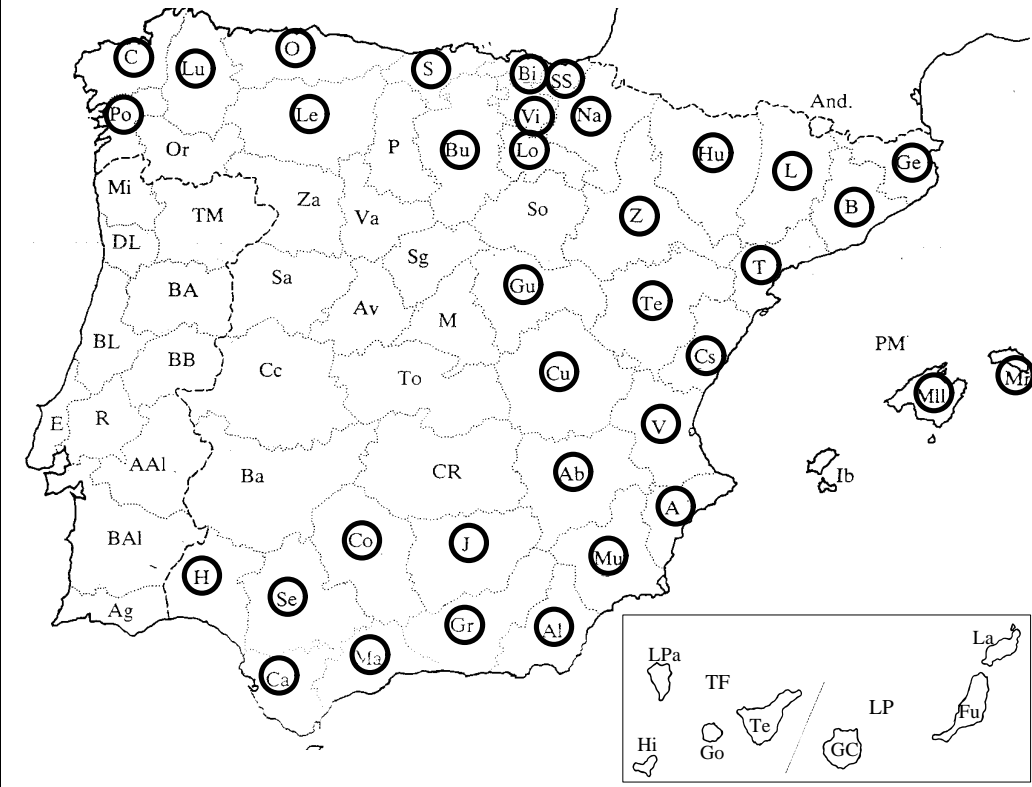
3.45. Pteridofitas (Helechos). Familia **Equisetaceae** (Equisetos)

3.45.1. Género **Equisetum**

• NOMBRE CIENTÍFICO.- EQUISETUM ARVENSE L. y EQUISETUM TELMATEIA Ehrhart
NOMBRES VERNÁCULOS.- <i>E. telmateia Ehrhart.</i> Asprella, Aspreta, Azeribuztana, Cavalinha, Cepacaballo, Cola de caballo, Cola de torneros, Cua de cavall, Cua de cavall grossa, Cua de rossi, Cua de euga, Equiset máxim, EQUISETO MAYOR, Estaño belarr, Eztaño belarr, Hierba estañera, Pinillo, Rabo de asno, Rabo de caballo, Rabo de cavalo, Rabo de lagarto, Rabo de mula, Sangnua, Trencanua, <i>E. arvense L.</i> Azeribuztana, Candalillo, Cienudillos, Ciennudillos de Jarava, Cola de caballo, Cola de caballo menor, Cola de rata, Cola de ratón, Cua de cavall petita, Equiseto menor, Hierba estañera, Pinillo, Yunquillo.
ORIGEN.- Son especies cosmopolitas estando presentes en todo el mundo excepto en Australia. <i>E. telmateia.</i> - Zonas templadas del hemisferio norte <i>E. arvense.</i> - Zonas templadas
PARTES UTILIZADAS Y FORMAS DE USO.- Tallos estériles Infusión, decocción, extracto seco y fluido, zumo o suspensión integral de planta fresca.
ECOLOGIA.- De entre todas las especies comentadas en este trabajo, las pertenecientes al género <i>Equisetum</i> tienen la particularidad de que son helechos, en sentido amplio, no presentan por tanto ni flores ni frutos ni semillas, presentando esporas como elemento de propagación. En la Península y Baleares existen ocho especies y varios híbridos, todas ellas vivaces. De estas especies, las que tienen propiedades y usos medicinales conocidos son las dos citadas anteriormente. Morfológicamente difieren en el número de dientes de las vainas, en el color del tallo principal y en las costillas de las ramas. Son plantas herbáceas vivaces, con tallos fértiles y tallos estériles, pudiendo alcanzar estos últimos una talla de hasta 1 m, al tiempo que los fértiles son más pequeños y gruesos que los estériles. El habitat del equiseto mayor lo constituyen los taludes, bordes de arroyos y praderas húmedas, preferentemente sobre substratos arcilloso-calcáreos. Situándose altitudinalmente desde el nivel del mar hasta la cota 2.000. Por su parte el equiseto menor se sitúa sobre suelos húmedos, frecuentemente arenosos, junto a cursos de agua, campos de cultivo, taludes de vías de comunicación, etc.; situándose altitudinalmente entre 0 y los 1.800 m. Esta especie cuando se introduce como mala hierba en los cultivos es de muy difícil erradicación. Los cuerpos fructíferos (esporangios) maduran en primavera y los tallos verdes se secan y mueren en invierno.

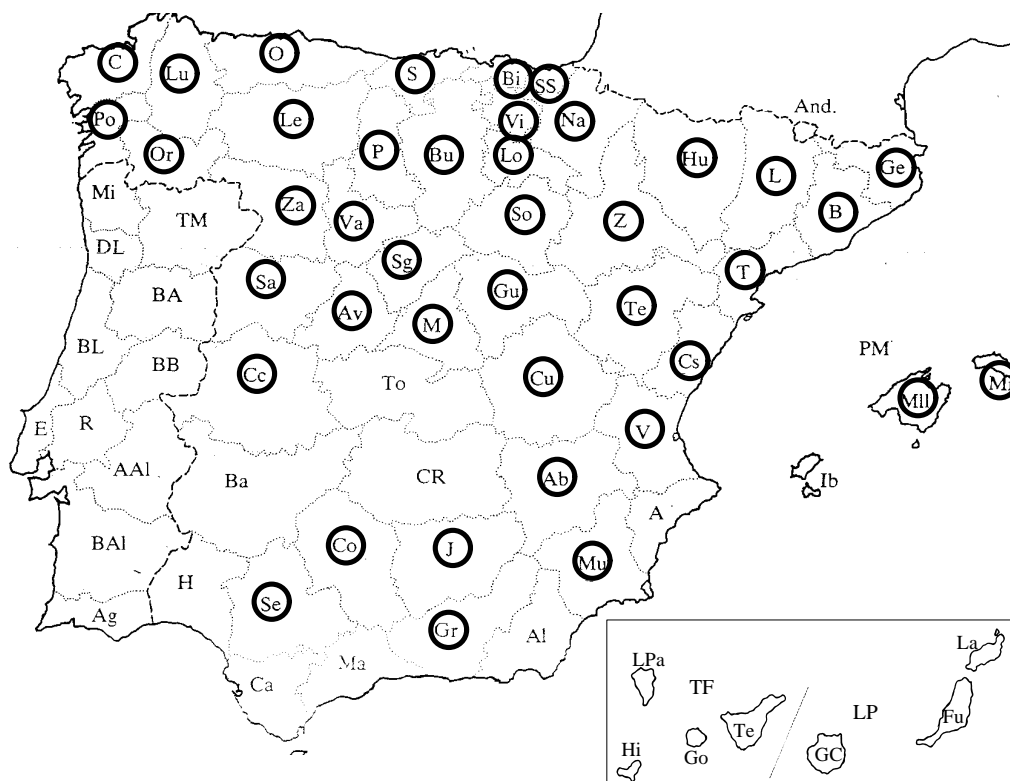
• NOMBRE CIENTÍFICO.- *EQUISETUM ARVENSE* L. y *EQUISETUM TELMATEIA* Ehrhart

DISTRIBUCIÓN.- *Equisetum telmateia* Ehrhart



• NOMBRE CIENTÍFICO.- *EQUISETUM ARVENSE* L. y *EQUISETUM TELMATEIA* Ehrhart

DISTRIBUCIÓN.- *Equisetum arvense* L.



COMPOSICIÓN QUÍMICA.-

a.- General

Ácidos alifáticos, ácidos fenólicos fenilpropánicos, taninos, esteroides, saponósidos, trazas de alcaloides.

b.- Principios activos

Flavonoides; sales minerales, sobre todo ricas en sílice y potasio.

PROPIEDADES TERAPÉUTICAS.-

Ambos equisetos tienen propiedades similares: Diuréticas, hemostáticas y facilitan la remineralización del organismo, el *E. arvense* tiene además propiedades antianémicas, antirreumáticas, antiateromatosas, cicatrizantes.

USOS ETNOFARMACOLÓGICOS.-

Diurética, remineralizante, hemostática.

OTROS USOS.-

Se emplea en cosmética en cremas antiarrugas. En algunas zonas se ha citado su uso para consumo humano.

<p>• NOMBRE CIENTÍFICO.- <i>EQUISETUM ARVENSE</i> L. y <i>EQUISETUM TELMATEIA</i> Ehrhart</p>
<p>pero nunca las partes vegetativas verdes por ser tóxicas, únicamente los tallos fértiles y su rizoma que contiene almidón. Se dice que los romanos consumían los tallos como si de espárragos se tratara.</p> <p>Se ha utilizado como especie tintórea dando colores entre el amarillo y el marrón claro. También los tallos se han empleado como abrasivos para pulir objetos de cobre, estaño, madera y metales finos, ya que contiene gran cantidad de ácido silícico.</p> <p>El equiseto mayor proporciona una fibra que ha sido utilizada para la realización de cestos por los indios Vancouver (canadienses).</p>
<p>TOXICIDAD.-</p> <p>Por su toxicidad no es recomendable su consumo pero en caso de ser consumido deberá hacerse con mucho cuidado y en cantidades muy pequeñas. Se conocen casos de envenenamiento con equiseto menor en herbívoros, sobre todo caballo, presentándose una sintomatología similar a la que se presenta en los casos de deficiencia en vitamina B1.</p> <p>Puede ser adulterado con otras especies del mismo género que contienen mayores contenidos en palustrina y pueden producir colitis y tener efectos nefro y neurotóxicos.</p> <p>Se recomienda no usar en tratamientos largos ya que se pueden producir efectos indeseados de tipo nervioso.</p>

4. ÍNDICES ALFABÉTICOS DE NOMBRES VULGARES Y CIENTÍFICOS

Nota previa

Se ha incluido la sinonimia más común o utilizada en las distintas lenguas del estado español, aunque existen otros términos locales que también se usan en ciertas zonas. Éstos pueden consultarse en las fichas de cada especie o recurrir a la amplia bibliografía existente sobre el tema.

Por motivos de espacio no se han incluido en los nombres científicos los autores de la descripción botánica de cada especie. Éstos aparecen en cada ficha o monografía y en la lista de especies del epígrafe 3.2. de la primera parte del trabajo.

4.1. NOMBRES VULGARES - NOMBRES CIENTÍFICOS

Nombre vernáculo castellano	Nombre científico	Nombre vernáculo catalán	Nombre vernáculo euskera	Nombre vernáculo gallego
Abedul	<i>Betula pendula</i>	Bedoll	Urkia	Bidueiro
Abrótano hembra	<i>Santolina chamaecyparissus</i>	Broida femella	Zoldabelarr	Cipresillo
Abrótano macho	<i>Artemisia abrotanum</i>	Boixac	Bixijo-bedar	Herba lombrigueira
Acebo	<i>Ilex aquifolium</i>	Arbre de mal fruit	Gorosti	Acenvinho-espinhoso
Acedera	<i>Rumex acetosa</i>	Agrella	Andere-belar	Herba acedeira
Aciano	<i>Centaurea cyanus</i>	Blavet	Nabar-lore	Loios dos jardins
Acónito	<i>Aconitum napellus</i>	Acónit	Irabelar	Napello
Achicoria	<i>Cichorium intybus</i>	Xicoria	Orikatxo	Chicória
Agrimonia	<i>Agrimonia eupatoria</i>	Agrimònia	Latzaski	Herba pulgueira
Ajedrea de jardín o anual	<i>Satureja hortensis</i>	Sajolida	Atzitrail	Saturagón
Ajedrea vivaz o de montaña	<i>Satureja montana</i>	Hisopet	Atzitrail	Saturagón
Ajenjo	<i>Artemisia absinthium</i>	Encens	Asentsio-belar	Axenxo
Albahaca	<i>Ocimum basilicum</i>	Alfábrega	Albaka	Alfádegas
Alcachofera	<i>Cynara scolymus</i>	Alcarxofa		Alcachofra
Alcaravea	<i>Carum carvi</i>	Carví	Uzta-belar	Alcaravia
Alholva	<i>Trigonella foenum-graecum</i>	Fenigrec	Allurbe	Alforxa
Alhucema	<i>Lavandula latifolia</i>			
Amapola	<i>Papaver rhoeas</i>	Rosella	Lo-belar	Papoula
Amapola de California	<i>Eschscholzia californica</i>			Papoila-da-califórnia
Amaro	<i>Salvia sclarea</i>	Madrona	Aindurrina	
Angelica	<i>Angelica archangelica</i>	Angèlica	Aingeru-belar	Anxélica
Anís verde	<i>Pimpinella anisum</i>	Anís	Anís	Herba doce
Arándano	<i>Vaccinium myrtillus</i>	Anajó	Azarimatx	Erva escouinha
Árnica	<i>Arnica montana</i>	Árnica	Usin-belar	Árnica
Arraclán	<i>Fragula alnus</i>	Vern menut	Zumalkarra	Amieiro-negro
Artemisia	<i>Artemisia vulgaris</i>	Altimira	Belarmin	Artemexón
Azahar	<i>Citrus aurantium</i>	Taronger	Larando	Laranxeira ácida

Nombre vernáculo castellano	Nombre científico	Nombre vernáculo catalán	Nombre vernáculo euskera	Nombre vernáculo gallego
Bardana	<i>Arctium lappa</i>	Llapassa	Lapaitz	Herba dos namorados
Beleño	<i>Hyoscyamus niger</i>	Jusquiam	Era-belar	Herba dos ouvidos
Belladona	<i>Atropa belladonna</i>	Belladona	Belaiki	Beladona
Bergamota	<i>Citrus aurantium</i> var. <i>bergamia</i>			
Borraja	<i>Borago officinalis</i>	Borrajta	Borrai	Borragem
Brecina	<i>Calluna vulgaris</i>	Brezo-brosa	Ñarra	Carpaza
Brezo	<i>Erica cinerea</i>	Brecina	Añarzuya	Carrasquina
Caléndula	<i>Calendula officinalis</i>	Calèndula	Ilherrilli	Pampullo
Camedrio	<i>Teucrium chamaedrys</i>	Camedris	Enuntzi	Camedris
Cardo	<i>Cynara cardunculus</i>	Cardo formatger	Garde	Cardo presoeiro
Cardo mariano	<i>Silybum marianum</i>	Card blanc	Maria'ren khardia	Cardo leiteiro
Cardo santo	<i>Cnicus benedictus</i>	Card sant	Txorikardu	Cardo bento
Castaña de indias	<i>Aesculus hippocastanum</i>	Castanyer bord	Indigaztainondoa	Castanheiro-da-India
Celidonia	<i>Chelidonium majus</i>	Herba d'orenets	Elai-belar	Cedroña
Cilantro	<i>Coriandrum sativum</i>	Coriandre	Martorri	Coendro
Cola de caballo	<i>Equisetum arvense</i> <i>Equisetum telmateia</i>	Asprella (Cua de caval petita y Cua de caval grossa)	Azeribuztana	Cola de caballo
Comino	<i>Cuminum cyminum</i>	Comí	Uzta-belar	Comiño
Diente de león	<i>Taraxacum officinale</i>	Pxallits	Aitañi-lili	Mexacán
Digital	<i>Digitalis purpurea</i>	Boca de llop	Azkutai	Abeloieira
Enebro	<i>Juniperus communis</i>	Ginebrever	Larraon	Cimbro
Eneldo	<i>Anethum graveolens</i>	Anet	Aneta	Aneldo
Enula	<i>Inula helenium</i>	Herba de l'ala	Egorri	
Equinacea	<i>Echinacea angustifolia</i>			
Espino albar	<i>Crataegus monogyna</i>	Espinalb	Arancibia	Estripo albar
Espiego	<i>Lavandula angustifolia</i>	Espígol	Ispiliku	
Estragón	<i>Artemisia dracunculul</i>	Estragó	Suge-belar	Estragón
Eucalipto	<i>Eucalyptus globulus</i>	Eucaliptus		Eucalito
Fumaria	<i>Fumaria officinalis</i>	Fumaterra	Negakin	Fumária
Gayuba	<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>	Barruixes	Otsomats	
Genciana	<i>Gentiana lutea</i>	Gençana major	Errosta	Xenzá
Genista	<i>Cytisus scoparius</i>	Genesta d'escombres	Itzuski	Maias
Ginkgo	<i>Ginkgo biloba</i>			
Gordolobo	<i>Verbascum thapsus</i>	Candelera	Ostaza	Verbasco
Gramma	<i>Cynodon dactylon</i>	Ágram	Askitxa	Gramma das boticas
Gramma del norte	<i>Elymus repens</i>	Gramprim	Aski	Rengo
Grosellero	<i>Ribes nigrum</i>	Riber negre	Andare-mahats beltza	
Hierba Luisa	<i>Aloysia triphylla</i>	Marialluísia		Herba luisa
Hierba Gatera	<i>Nepeta cataria</i>	Nepta	Katubelarr	Herba gateira
Hinojo	<i>Foeniculum vulgare</i>	Fenoll	Miru-belar	Fiuncho
Hipérico	<i>Hypericum perforatum</i>	Pericó	Erpai-ledar	Curazonciño
Hisopo	<i>Hyssopus officinalis</i>	Hisop	Urdirgorri	Hisopo
Ispagula	<i>Plantago ovata</i>			
Jara	<i>Cistus ladanifer</i>	Estepa ladanifera	Umancelorria	Esteva, xara
Laurel	<i>Laurus nobilis</i>	Llorer	Erramu	Loureiro
Lavanda	<i>Lavandula angustifolia</i>	Espígol femella	Ispiliku	Esprego
Lavandín	<i>Lavandula x hybrida</i>	Barballó	Belartxeta	
Limonero	<i>Citrus limon</i>	Limonera	Limoiaritz	Limoeiro
Llantén mayor	<i>Plantago major</i>	Plantatge ample	Arpin	Chantage

Nombre vernáculo castellano	Nombre científico	Nombre vernáculo catalán	Nombre vernáculo euskera	Nombre vernáculo gallego
Llantén mediano	<i>Plantago mediar</i>	Plantatge menut	Bildós-mia	
Llantén menor	<i>Plantago lanceolata</i>	Herba de cinc costures	Borzain-belarr	Calracho
Malva	<i>Malva sylvestris</i>	Malva	Malba	Malva
Malvavisco	<i>Althaea officinalis</i>	Malví	Malbazuri	Malvavisco
Manzanilla	<i>Chamomilla recutita</i>	Camamilla	Kamamilla	Camomila
Manzanilla romana	<i>Chamaemelum nobile</i>	Camamilla romana	Bitxilora	Macela
Matricaria	<i>Tanacetum parthenium</i>	Camamilla borda	Amasa-belar	Herba dos carpinteiros
Mejorana	<i>Majorana hortensis</i>	Marduix	Mendaro	Majorana
Mejorana silvestre	<i>Thymus mastichina</i>	Moraduix bord	Mendaroa	
Meliloto	<i>Melilotus officinalis</i>	Melilot	Itxabalki	Herba velleira
Melisa	<i>Melissa officinalis</i>	Melissa	Garraiska-belar	Herba cidreira
Menta japonesa	<i>Mentha arvensis</i> var. <i>piperascens</i>			
Menta piperita	<i>Mentha x piperita</i>	Menta pebrera	Menda	
Milenrama	<i>Achillea millefolium</i>	Milfulles	Millaorriko	Herba de rula
Mostaza blanca	<i>Sinapis alba</i>	Mostassa blanca	Ziape	Mostarda blanca
Mostaza negra	<i>Brassica nigra</i>	Mostassa negra	Zerba	Mostarda negra
Muérdago	<i>Viscum album</i>	Escarci	Migura	Visgo
Naranja dulce	<i>Citrus sinensis</i>	Taronger	Laranaitz	Laranxeira
Orégano	<i>Origanum vulgare</i>	Orenga	Aitz-belar	Ourego
Ortiga muerta	<i>Lamium album</i>	Ortiga morta		Beldrasto
Pasionaria	<i>Passiflora incarnata</i>	Passionera		
Pelitre	<i>Tanacetum cinerariifolium</i>			
Pensamiento	<i>Viola tricolor</i>	Herba de la Trinitat	Papantzea	Herba da Trindade
Pervinca rosa	<i>Catharanthus roseus</i>			
Pino	<i>Pinus sylvestris</i>	Pi blanc	Lertxurri	Piñeiro bravo
Poleo-menta	<i>Mentha pulegium</i>	Poliol	Txortalo	Poego
Prímula	<i>Primula veris</i>	Flor del cucut	Ostorika	Primavera
Pulsatilla	<i>Pulsatilla rubra</i>			
Rabo de gato	<i>Sideritis angustifolia</i>	Cua de gat		
Regaliz	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	Regalèssia	Gotxerro	Regalicia
Romero	<i>Rosmarinus officinalis</i>	Romaní	Arromeru	Romeo
Rosal	<i>Rosa gallica</i>	Roser gállic	Larrosa-jericotarra	Agavanza
Rosal silvestre	<i>Rosa canina</i>	Despullabelitres	Saparlarra	Escambroeiro
Ruda	<i>Ruta graveolens</i>	Ruda	Erruda	Arruda
Ruibarbo común	<i>Rheum officinale</i>			
Rusco	<i>Ruscus aculeatus</i>	Cirerer del Bon Pastor	Errats	Azevinho-menor
Salicaria	<i>Lythrum salicaria</i>	Salicària	Egur-belar	Salgueiriño
Salvia	<i>Salvia officinalis</i>	Sàlvia	Sobe	Salvea
Sándalo de jardín	<i>Mentha spicata</i>			
Saponaria	<i>Saponaria officinalis</i>	Saponària	Txaboi-belar	Saboeira
Sauco	<i>Sambucus nigra</i>	Saüc	Akaramailu	Bieiteiro
Sauquillo	<i>Sambucus ebulus</i>	Èvol ver	Zauka-ziri	
Serpol	<i>Thymus pulegiodes</i>	Serpol	Txerpol	Herba ursa
Serpol	<i>Thymus serpyllum</i>			
Sésamo	<i>Sesamum indicum</i>			
Tanaceto	<i>Tanacetum vulgare</i>	Tanacet	Anzar-belar	Herba lombrigueira
Té de Aragón	<i>Jasania glutinosa</i>			
Tejo	<i>Taxus bacata</i>	Teix	Agiña	Teixeira

Nombre vernáculo castellano	Nombre científico	Nombre vernáculo catalán	Nombre vernáculo euskera	Nombre vernáculo gallego
Tila	<i>Tilia cordata</i> y <i>T. platyphyllos</i>	Tei	Ezki	Tilha
Tomillo (común)	<i>Thymus vulgaris</i>	Timó	Erle-belar	Tomelo
Tomillo andalúz	<i>Thymus capitatus</i>	Farigola		
Tomillo salsero	<i>Thymus zygis</i>			
Tuya	<i>Thuja occidentalis</i>	Tuia		
Ulmaria	<i>Filipendula ulmaria</i>	Reina dels prats	Sorogoien	Ulmeria
Valeriana	<i>Valeriana officinalis</i>	Valeriana	Ardi-belar	Herba benta
Vara de oro	<i>Solidago virgaurea</i>	Vara d'or		Vara de ouro
Verbena	<i>Verbena officinalis</i>	Berbena	Belberin	Algebao
Vincapervinca	<i>Vinca minor</i>	Viola de bruixa	Amitz	Cengroya
Violeta	<i>Viola odorata</i>	Viola	Lili-ubel	Violeta
Yezgo	<i>Sambucus ebulus</i>			
Zaragatona	<i>Plantago arenaria</i>	Saragatona	Ardi-belar	Estrelamar

4.2. NOMBRES CIENTÍFICOS - NOMBRES VULGARES

Nombre científico	Nombre vernáculo castellano	Nombre vernáculo catalán	Nombre vernáculo euskera	Nombre vernáculo gallego
<i>Achillea millefolium</i>	Milenrama	Milfulles	Millaorriko	Herba de rula
<i>Aconitum napellus</i>	Acónito	Acònit	Irabelar	Napello
<i>Aesculus hippocastanum</i>	Castaña de indias	Castanyer bord	Indigaztainondoa	Castanheiro-da-India
<i>Agrimonia eupatoria</i>	Agrimonia	Agrimònia	Latxaski	Herba pulgueira
<i>Aloysia triphylla</i>	Hierba Luisa	Marialluïsa		Herba luisa
<i>Althaea officinalis</i>	Malvavisco	Malví	Malbazuri	Malvavisco
<i>Anethum graveolens</i>	Eneldo	Anet	Aneta	Aneldo
<i>Angelica archangelica</i>	Angelica	Angèlica	Aingeru-belar	Anxélica
<i>Arctium lappa</i>	Bardana	Llapassa	Lapaitz	Herba dos namorados
<i>Arctostaphylos uva-ursi</i>	Gayuba	Barruixes	Otsomats	
<i>Arnica montana</i>	Árnica	Àrnica	Usin-belar	Árnica
<i>Artemisia abrotanum</i>	Abrótano macho	Boixac	Bixijo-bedar	Herba lombrigueira
<i>Artemisia absinthium</i>	Ajenjo	Encens	Asentsio-belar	Axenxo
<i>Artemisia dracunculus</i>	Estragón	Estragó	Suge-belar	Estragón
<i>Artemisia vulgaris</i>	Artemisia	Altimira	Belarmin	Artemexón
<i>Atropa belladonna</i>	Belladona	Belladona	Belaiki	Belladona
<i>Betula pendula</i>	Abedul	Bedoll	Urkia	Bidueiro
<i>Borago officinalis</i>	Borraja	Borrajta	Borrai	Borragem
<i>Brassica nigra</i>	Mostaza negra	Mostassa negra	Zerba	Mostarda negra
<i>Calendula officinalis</i>	Caléndula	Calèndula	Ilherrilli	Pampullo
<i>Calluna vulgaris</i>	Brecina	Brezo-brosa	Iñarra	Carpaza
<i>Carum carvi</i>	Alcaravea	Carví	Uzta-belar	Alcaravia
<i>Catharanthus roseus</i>	Pervinca rosa			
<i>Centaurea cyanus</i>	Aciano	Blavet	Nabar-lore	Loios dos jardins
<i>Chamaemelum nobile</i>	Manzanilla romana	Camamilla romana	Bitxilora	Macela
<i>Chamomilla recutita</i>	Manzanilla	Camamilla	Kamamilla	Camomila
<i>Chelidonium majus</i>	Celidonia	Herba d'orenets	Elai-belar	Cedroña
<i>Cichorium intybus</i>	Achicoria	Xicoria	Orikatxo	Chicória
<i>Cistus ladanifer</i>	Jara	Estepa ladanifera	Umancelorria	Esteva, xara
<i>Citrus aurantium</i>	Azahar	Taronger	Larando	Laranxeira ácida
<i>Citrus aurantium</i> var. <i>bergamia</i>	Bergamota			
<i>Citrus limon</i>	Limonero	Limonera	Limoiaritz	Limoeiro
<i>Citrus sinensis</i>	Naranja dulce	Taronger	Laranaitz	Laranxeira
<i>Cnicus benedictus</i>	Cardo santo	Card sant	Txorikardu	Cardo bento
<i>Coriandrum sativum</i>	Cilantro	Coriandre	Martorri	Coendro
<i>Crataegus monogyna</i>	Espino albar	Espinalb	Arancibia	Estripo albar
<i>Cuminum cyminum</i>	Comino	Comí	Uzta-belar	Comiño
<i>Cynara cardunculus</i>	Cardo	Cardo formatger	Garde	Cardo presoeiro
<i>Cynara scolymus</i>	Alcachofera	Alcarxofa		Alcachofra
<i>Cynodon dactylon</i>	Gramma	Agram	Askitxa	Gramma das boticas
<i>Cytisus scoparius</i>	Genista	Ginesta d'escombres	Itzuskí	Maias
<i>Digitalis purpurea</i>	Digital	Boca de llop	Azkutai	Abeloieira
<i>Echinacea angustifolia</i>	Equinacea			
<i>Elymus repens</i>	Gramma del norte	Gramprim	Aski	Rengo
<i>Equisetum arvense</i>	Cola de caballo	Asprella (Cua de caval	Azeribuztana	Cola de caballo
<i>Equisetum telmateia</i>		petita y Cua de caval		

Nombre científico	Nombre vernáculo castellano	Nombre vernáculo catalán	Nombre vernáculo euskera	Nombre vernáculo gallego
		grossa)		
<i>Erica cinerea</i>	Brezo	Brecina	Añarzuya	Carrasquina
<i>Eschscholzia californica</i>	Amapola de California			Papoila-da-califórnia
<i>Eucalyptus globulus</i>	Eucalipto	Eucaliptus		Eucalito
<i>Filipendula ulmaria</i>	Ulmaria	Reina dels prats	Sorogoién	Ulmeria
<i>Foeniculum vulgare</i>	Hinojo	Fenoll	Miru-belar	Fiuncho
<i>Frangula alnus</i>	Arraclán	Vern menut	Zumalkarra	Amieiro-negro
<i>Fumaria officinalis</i>	Fumaria	Fumaterra	Negakin	Fumária
<i>Gentiana lutea</i>	Genciana	Geçana major	Errosta	Xenzá
<i>Ginkgo biloba</i>	Ginkgo			
<i>Glycyrrhiza glabra</i>	Regaliz	Regalèssia	Gotxerro	Regalicia
<i>Hyoscyamus niger</i>	Beleño	Jusquiam	Era-belar	Herba dos ouvidos
<i>Hypericum perforatum</i>	Hipérico	Pericó	Erpai-ledar	Curazonciño
<i>Hyssopus officinalis</i>	Hisopo	Hisop	Urdingorri	Hisopo
<i>Ilex aquifolium</i>	Acebo	Arbre de mal fruit	Gorosti	Acenvinho-espinhoso
<i>Inula helenium</i>	Enula	Herba de l'ala	Egorri	
<i>Jasonia glutinosa</i>	Té de Aragón			
<i>Juniperus communis</i>	Enebro	Ginebrever	Larraon	Cimbro
<i>Lamium album</i>	Ortiga muerta	Ortiga morta		Beldrasto
<i>Laurus nobilis</i>	Laurel	Llorer	Erramu	Loureiro
<i>Lavandula angustifolia</i>	Espiego	Espígol	Ispiliku	
<i>Lavandula angustifolia</i>	Lavanda	Espigol femella	Ispiliku	Esprego
<i>Lavandula latifolia</i>	Alhucema			
<i>Lavandula x hybrida</i>	Lavandín	Barballó	Belartxeta	
<i>Lythrum salicaria</i>	Salicaria	Salicària	Egur-belar	Salgueiriño
<i>Majorana hortensis</i>	Mejorana	Marduix	Mendaro	Majorana
<i>Malva sylvestris</i>	Malva	Malva	Malba	Malva
<i>Melilotus officinalis</i>	Meliloto	Melilot	Itxabalki	Herba velleira
<i>Melissa officinalis</i>	Melisa	Melissa	Garraiska-belar	Herba cidreira
<i>Mentha arvensis</i> var. <i>piperascens</i>	Menta japonesa			
<i>Mentha pulegium</i>	Poleo-menta	Poliol	Txortalo	Poego
<i>Mentha spicata</i>	Sándalo de jardín			
<i>Mentha x piperita</i>	Menta piperita	Menta pebrera	Menda	
<i>Nepeta cataria</i>	Hierba Gatera	Nepta	Katubelarr	Herba gateira
<i>Ocimum basilicum</i>	Albahaca	Alfábrega	Albaka	Alfádegua
<i>Origanum vulgare</i>	Orégano	Orenga	Aitz-belar	Ourego
<i>Papaver rhoeas</i>	Amapola	Rosella	Lo-belar	Papoula
<i>Passiflora incarnata</i>	Pasionaria	Passionera		
<i>Pimpinella anisum</i>	Anís verde	Anís	Anís	Herba doce
<i>Pinus sylvestris</i>	Pino	Pi blanc	Lertxurri	Piñeiro bravo
<i>Plantago arenaria</i>	Zaragatona	Saragatona	Ardi-belar	Estrelamar
<i>Plantago lanceolata</i>	Llantén menor	Herba de cinc costures	Borzain-belarr	Calracho
<i>Plantago major</i>	Llantén mayor	Plantatge ample	Arpin	Chantage
<i>Plantago mediar</i>	Llantén mediano	Plantatge menut	Bildós-mia	
<i>Plantago ovata</i>	Ispagula			
<i>Primula veris</i>	Prímula	Flor del cucut	Ostorika	Primavera
<i>Pulsatilla rubra</i>	Pulsatila			
<i>Rheum officinale</i>	Ruibarbo común			
<i>Ribes nigrum</i>	Grosellero	Riber negre	Andare-mahats beltza	

Nombre científico	Nombre vernáculo castellano	Nombre vernáculo catalán	Nombre vernáculo euskera	Nombre vernáculo gallego
<i>Rosa canina</i>	Rosal silvestre	Despullabelitres	Saparlarra	Escambroeiro
<i>Rosa gallica</i>	Rosal	Roser gàllic	Larrosa-jericotarra	Agavanza
<i>Rosmarinus officinalis</i>	Romero	Romaní	Arromeru	Romeo
<i>Rumex acetosa</i>	Acedera	Agrella	Andere-belar	Herba acedeira
<i>Ruscus aculeatus</i>	Rusco	Cirerer del Bon Pastor	Errats	Azevinho-menor
<i>Ruta graveolens</i>	Ruda	Ruda	Erruda	Arruda
<i>Salvia officinalis</i>	Salvia	Sàlvia	Sobe	Salvea
<i>Salvia sclarea</i>	Amaro	Madrona	Aindurrina	
<i>Sambucus ebulus</i>	Sauquillo	Èvol ver	Zauka-ziri	
<i>Sambucus ebulus</i>	Yezgo			
<i>Sambucus nigra</i>	Sauco	Saüc	Akaramailu	Bieiteiro
<i>Santolina chamaecyparissus</i>	Abrótano hembra	Broida femella	Zoldabelarr	Cipresillo
<i>Saponaria officinalis</i>	Saponaria	Saponària	Txaboi-belar	Saboeira
<i>Satureja hortensis</i>	Ajedrea de jardín o anual	Sajolida	Atzitrail	Saturagón
<i>Satureja montana</i>	Ajedrea vivaz o de montaña	Hisopet	Atzitrail	Saturagón
<i>Sesamum indicum</i>	Sésamo			
<i>Sideritis angustifolia</i>	Rabo de gato	Cua de gat		
<i>Silybum marianum</i>	Cardo mariano	Card blanc	Maria ren khardia	Cardo leiteiro
<i>Sinapis alba</i>	Mostaza blanca	Mostassa blanca	Ziape	Mostarda blanca
<i>Solidago virgaurea</i>	Vara de oro	Vara d'or		Vara de ouro
<i>Tanacetum cinerariifolium</i>	Pelitre			
<i>Tanacetum parthenium</i>	Matricaria	Camamilla borda	Amasa-belar	Herba dos carpinteiros
<i>Tanacetum vulgare</i>	Tanaceto	Tanacet	Anzar-belar	Herba lombrigueira
<i>Taraxacum officinale</i>	Diente de león	Pxallits	Aitañi-lili	Mexacán
<i>Taxus bacata</i>	Tejo	Teix	Agiña	Teixeira
<i>Teucrium chamaedrys</i>	Camedrio	Camedris	Enuntzi	Camedris
<i>Thuja occidentalis</i>	Tuya	Tuia		
<i>Thymus capitatus</i>	Tomillo andalúz	Farigola		
<i>Thymus mastichina</i>	Mejorana silvestre	Moradaix bord	Mendaroa	
<i>Thymus pulegiodes</i>	Serpol	Serpol	Txerpol	Herba ursa
<i>Thymus serpyllum</i>	Serpol			
<i>Thymus vulgaris</i>	Tomillo (común)	Timó	Erle-belar	Tomelo
<i>Thymus zygis</i>	Tomillo salsero			
<i>Tilia cordata</i> y <i>T. platyphyllos</i>	Tila	Tei	Ezki	Tilha
<i>Trigonella foenum-graecum</i>	Alholva	Fenigrec	Allurbe	Alforxa
<i>Vaccinium myrtillus</i>	Arándano	Anajó	Azarimatx	Erva escouinha
<i>Valeriana officinalis</i>	Valeriana	Valeriana	Ardi-belar	Herba benta
<i>Verbascum thapsus</i>	Gordolobo	Candelera	Ostaza	Verbasco
<i>Verbena officinalis</i>	Verbena	Berbena	Belberin	Algebao
<i>Vinca minor</i>	Vincapervinca	Viola de bruixa	Amitz	Cengroya
<i>Viola odorata</i>	Violeta	Viola	Lili-ubel	Violeta
<i>Viola tricolor</i>	Pensamiento	Herba de la Trinitat	Papantzea	Herba da Trindade
<i>Viscum album</i>	Muérdago	Escarci	Migura	Visgo