

**EL USO POPULAR DE PLANTAS MEDICINALES EN LA CIUDAD DE
VALENCIA**

José L. Fresquet Febrer
Prof. titular de Historia de la Ciencia
Universitat de València

**INVENTARIO DE LAS PLANTAS DE USO POPULAR EN LA CIUDAD DE
VALENCIA**

J L. Fresquet Febrer; G. Blanquer Roselló; M. Galindo Dobón; F. Gallego
Estrada; R. García de la Cuadra Arizo; J.A. López Bueno; Angel Sanjosé Pí

Proyecto de Investigación

La lucha contra la enfermedad en la ciudad de Valencia. La medicina
científica moderna, la folkmedicina y "otras medicinas".

IVEI, 1996

DEPARTAMENT D'HISTÒRIA DE LA CIÈNCIA I DOCUMENTACIÓ
UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

EL USO POPULAR DE PLANTAS MEDICINALES EN LA CIUDAD DE VALENCIA

José L. Fresquet Febrer
Prof. titular de Historia de la Ciencia
Universitat de València

Introducción

La ciudad de Valencia es la capital de la Comunidad Valenciana y la de su comarca, L'Horta. Se halla situada en el centro de una llanura aluvial, un llano de regadío recorrido por ocho acequias principales, cuatro a cada lado del río Turia. Su término tiene 134,7 km². Su extensión supera los 30 Km de N a S y apenas los 7 Km de E a O. Su población de derecho fue en 1996 de 746.683 habitantes y de 764.924 de hecho.

Apenas tenemos noticias del uso popular de plantas medicinales por parte de sus habitantes a pesar de que contamos con varios libros de divulgación y de investigación que se encargan de estudiar la flora valenciana en general. No obstante, algunos de estos textos recogen los usos terapéuticos de algunas de ellas.

Si exceptuamos las obras que se centran en los aspectos económicos o agrícolas de las plantas medicinales, o que se dedican a proporcionar información sobre las mismas desde distintas tendencias y doctrinas¹, en la actualidad, dentro del marco que proporciona la etnofarmacología, podemos observar dos tendencias. Una gran parte de lo publicado tiene un enfoque etnobotánico; los autores que se adscriben a esta línea recogen información sobre las especies que tienen un uso terapéutico en distintas sociedades y culturas basándose o no en datos etnográficos. Sin lugar a dudas, uno de los aspectos más complejos es la identificación botánica, por lo que los especialistas en esta disciplina científica juegan un papel importante en este tipo de escritos. Entre éstos podemos mencionar el libro de Mulet Pascual, *Estudio etnobotánico de la provincia de Castellón*, o el *Handbook of African Medicinal Plants* (1993), de Maurice M. Ivu, así como muchos de los artículos del *Journal of Ethnopharmacology*.

Otro tipo de obras tienen como base el trabajo de laboratorio. Recogen, por lo general, los resultados de los estudios químicos y farmacológicos de las distintas especies de uso popular. Esta tendencia no es sino la continuación de la labor que comenzó a desarrollarse el siglo pasado y que acabó transformando la materia médica en farmacología experimental. Después de que la síntesis química de medicamentos haya sufrido una brusca deceleración, los laboratorios farmacéuticos han puesto de nuevo su punto de mira en el reino vegetal como fuente de nuevos principios activos. De este tipo de trabajos podemos poner muchos ejemplos, como los manuales y

¹ Hoy en día podemos encontrar en cualquier librería una abundante colección de libros dedicados a las plantas medicinales. Entre éstos figuran textos como los de Santa Hildegarda, manuales que enseñan cómo cultivarlas en casa, recetarios de procedencia desconocida, etc.

tratados de farmacognosia² y la mayor parte de los artículos de *Fitoterapy* o del *Journal of Ethnopharmacology*.

Sin embargo, ambos tipos de trabajos no suelen recoger el uso de las plantas desde su sistema médico correspondiente. Hay que mencionar una excepción, la *Biblioteca de la Medicina tradicional mexicana*, magnífica obra que logra integrar con éxito y gran rigurosidad todas las vertientes. Aunque la teoría etnofarmacológica reconoce el interés del estudio del uso popular de plantas en el presente y en el pasado, pocos son los que se dedican a esta tarea. Esta clase de acercamientos puede proporcionar, entre otros, datos de gran interés acerca de cómo los miembros de la sociedad que usan esas plantas medicinales conciben la salud, las enfermedades y sus causas, cómo se han incorporado algunas de ellas a la medicina popular, la procedencia de su utilización, etc. En el terreno práctico, por ejemplo, puede ser de gran utilidad para los médicos conocer las plantas que consumen sus pacientes y disponer de datos precisos sobre cuáles son los efectos que éstas producen en el organismo³.

Dentro de este marco⁴, al realizar este trabajo, el objetivo principal ha sido continuar la labor iniciada con el estudio del uso popular de plantas medicinales en los pueblos que rodean el lago de l'Albufera⁵ y en la comarca de la Ribera Alta⁶, ya publicados. Por tanto, basándonos en materiales etnográficos, tratamos de conocer cuáles son las plantas que se usan en la medicina popular de la ciudad de Valencia, con qué nombres se las conoce, qué partes de las mismas se emplean, cómo se preparan y se administran, y por último, con qué fines terapéuticos.

Material y métodos

Para la realización de este estudio se ha reunido toda la información etnográfica sobre la medicina popular de la ciudad de Valencia que se custodia en el Departament d'Història de la Ciència i Documentació, de la Universitat de València. Se han seleccionado un total de veinticinco trabajos llevados a cabo en los últimos diez años (1986-1996). De este material se han escogido las 300 entrevistas semiestructuradas más completas y mejor cumplimentadas, descartando las realizadas a herbolarios y profesionales de ciencias de la salud. Posteriormente se ha extraído de ellas la información y se ha ordenado de acuerdo con lo que es habitual en los trabajos de etnofarmacología. Se ha clasificado por familias botánicas y dentro de éstas, por especies. Respecto a los nombres populares y a las

² A título de ejemplo: Evans, W.C. (1991) y Bruneton, J. (1991)

³ Hay que desterrar las creencias de que las plantas medicinales son inócuas o pueden llegar a ser panaceas. Al respecto puede consultarse el informe "Las plantas medicinales" elaborado por el Centro Regional de Farmacovigilancia de Castilla y León (1995), o el trabajo "Reacciones adversas relacionadas con Panax Ginseng y plantas afines", publicado por el Centro de Farmacovigilancia de la Comunidad Valenciana (1993).

⁴ Remitimos al lector a la bibliografía de nuestros libros de l'Albufera y de La Ribera Alta. Un resumen de este marco puede encontrarse en Mazars, G., Mortier, F. (1990) y Dos Santos, J.R.; Fleurentin, J. (1990).

⁵ Fresquet, J.L. et al (1993)

⁶ Fresquet Febrer, J.L. (Ed.) (1995)

expresiones acerca de los usos, se han conservado las originales, puesto que éste es uno de los aspectos del trabajo que para nosotros tiene más interés. En la confección del inventario, con el fin de hacerlo más útil y práctico, se ha añadido información sobre otros nombres con que se conoce a cada planta en la Comunidad Valenciana, sobre sus usos populares más extendidos, su utilización en farmacia y, finalmente, sobre sus principios activos. Por último, hemos creído conveniente proporcionar al lector la referencia de dos textos que consideramos de mucho interés para quien desee saber más acerca de cada especie: el *Estudio Etnobotánico de la provincia de Castellón* (1991), de Luis Mulet Pascual, y *Fitoterapia aplicada* (1996), de J.B. Peris, G. Stübing y B. Vanaclocha. El primero se basa en un minucioso trabajo de campo llevado a cabo con informantes clave. Tiene una finalidad etnobotánica y contiene numerosos datos botánicos, químicos y farmacéuticos. El segundo es un manual que reúne información útil sobre los principios activos, los usos y las contraindicaciones de distintas especies tomando como referencia los estudios más recientes sobre el tema. Además de esto, si la planta ha sido mencionada ya en nuestros trabajos anteriores de l'Albufera y de la Ribera Alta, lo indicamos con el número de la página correspondiente.

Características de la población entrevistada

En ningún momento pretendemos que la muestra sea representativa del total de la población. De las 300 entrevistas, 127 corresponden a hombres y 173 a mujeres. La distribución por grupos de edad se expone en la tabla 1.

Tabla 1
Distribución por grupos de edad de las entrevistas sobre el uso popular de plantas medicinales en la ciudad de Valencia

Grupos de edad	Hombres	Mujeres	Total
10-14	2		2
15-20	12	21	33
21-25	18	14	32
26-30	8	11	19
31-35	7	12	19
36-40	11	13	24
41-50	11	10	22
46-50	13	19	32
51-55	11	15	26
56-60	11	17	28
61-65	5	15	20
66-70	10	14	24
71-75	5	6	11
76-80	1	2	3
81-85	2	1	3
86-90		3	3
Totales	127	173	300

Respecto al nivel educativo de los entrevistados, la información se muestra en la tabla 2.

Tabla 2
Distribución de los entrevistados sobre el uso popular de plantas medicinales en la ciudad de Valencia según el nivel de formación

<i>Nivel</i>	<i>Hombres</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Total</i>
Sin estudios	10	8	18
Primarios	37	76	113
Secundarios	35	37	72
Superiores	41	29	70
No consta	4	23	
Total	127	173	300

En cuanto al lugar de procedencia, un total de 167 (68 hombres y 97 mujeres) han nacido en la ciudad de Valencia. Del resto, 78 proceden de otros municipios de la Comunidad Valenciana o de otra zona de España, y finalmente, de 55 no poseemos este dato.

Resultados

Las familias botánicas

En la tabla número 3 mostramos la distribución del total de especies de plantas medicinales de uso popular en la ciudad de Valencia. Como se puede apreciar, la familia mejor representada a diferencia de lo que sucedió en el estudio de La Ribera Alta y en el de los municipios del Parque Natural de l'Albufera, es la de las compuestas. Esta familia es la mayor de todas las fanerógamas; la forman unos novecientos géneros y unas trece mil especies. En los últimos años las plantas de esta familia han despertado el interés de los científicos, quienes se han visto obligados a revisar los usos populares que este grupo tiene. Se ha comprobado que contienen muchos productos y en algunas se han hallado sustancias con propiedades antibacterianas y antitumorales⁷.

A las compuestas le sigue en importancia las labiadas. Unos doscientos géneros y unas tres mil trescientas especies forman esta familia. Están muy bien representadas en la zona mediterránea y en Gran Bretaña. Se usan con frecuencia en la cocina, como plantas medicinales, como fuente de esencias, etc. Son ricas en di— y triterpenoides, saponinas, alcaloides piridínicos y pirrolidínicos, polifenoles y taninos, entre otras sustancias⁸.

En tercer lugar se sitúa la familia de las rosáceas, que cuenta con unos cien géneros y unas dos mil especies. Contienen heterósidos cianogénéticos, taninos, saponina, terpenoides, etc⁹.

El cuarto y quinto lugar están representados por la familia de las gramíneas¹⁰ y las leguminosas¹¹. La primera está formada por unos seiscientos veinte géneros y unas diez mil especies. La mayor parte son herbáceas con raíces fibrosas; anuales, bienales y perennes. Es un grupo de gran importancia económica ya que su presencia en la alimentación es muy

⁷ Trease-Evans (1991), p. 240

⁸ Trease-Evans (1991), pp. 230-233

⁹ Trease-Evans (1991), pp. 197-198

¹⁰ Trease-Evans (1991), p. 254

¹¹ Trease-Evans (1991), p.p. 198-199

grande. Contienen sustancias de gran interés como alcaloides, saponinas, ácidos fenólicos, flavonoides, etc. La segunda familia —las leguminosas— está constituida por unos seiscientos géneros y unas doce mil especies. Estas plantas suelen contener taninos, heterósidos cianogénéticos, saponinas, mucílagos, antocianos y alcaloides. Muchas de éstas especies han prestado a la medicina medicamentos muy útiles, además de ser de gran interés para la alimentación y para la industria.

Tabla 3
Distribución por familias botánicas de las especies de plantas medicinales de uso popular en Valencia

<i>Familia</i>	<i>Nº especies</i>	<i>Familia</i>	<i>Nº especies</i>
Compositae	18	Convolvulaceae	2
Labiatae	14	Crassulaceae	2
Rosaceae	8	Crupressaceae	2
Gramineae	7	Ericaceae	2
Leguminosae	7	Euphorbiaceae	2
Umbelliferae	6	Gentianaceae	2
Cruciferae	4	Guttiferae	2
Liliaceae	4	Malvaceae	2
Solanaceae	4	Polypodiaceae	2
Boraginaceae	3	Rhamnaceae	2
Apocynaceae	2	Rubiaceae	2
Aquifoliaceae	2	Rutaceae	2
Cannabaceae	2	Violaceae	2
Chenopodiaceae	2	Otras 38 familias	Una especie

Si comparamos los resultados con nuestros trabajos anteriores (tabla 4), observamos que en Valencia ciudad hemos recogido un total de 146 especies correspondientes a 64 familias, frente a las 126 de La Ribera (54 familias) y las 110 de los municipios del Parque Natural de l'Albufera (49 familias).

Tabla 4
Número de especies de plantas medicinales de uso popular y de familias botánicas recogidas en los trabajos de los municipios del Parque Natural de l'Albufera, de la comarca de la Ribera Alta y de la ciudad de Valencia

<i>Estudio</i>	<i>Nº de especies</i>	<i>Nº de familias</i>
L'Albufera	110	49
La Ribera Alta	126	54
Valencia	146	64 (+ un liquen)

El número de especies que no figuran en los otros dos estudios son: 66 en el estudio sobre Valencia, 36 en La Ribera Alta y 19 en el de l'Albufera. En la tabla 5 se muestra el número de especies comunes en los tres trabajos.

Tabla 5
Coincidencia de especies en las tres zonas estudiadas

Albufera	•	•	•
Ribera Alta	•	•	•
Valencia	•	•	•
Coincidencia	41 espe.	20 espe.	25 espe.

Tal como se puede apreciar, sólo 41 especies coinciden en los estudios realizados en las tres zonas. En el caso del de Valencia con el de l'Albufera se reduce a 19 especies; en el de Valencia con la Ribera Alta, a 20 especies; y en el de la Ribera y l'Albufera, a 25 especies.

Las especies más utilizadas

En este trabajo hemos establecido cuatro niveles de uso. En el primer nivel aparecen las 13 plantas más consumidas según la muestra (el 8,90% del total de especies botánicas). Éstas son:

Camellia sinensis (L.) Kuntze (Theaceae) o té
Cassia angustifolia Vahl (Leguminosae) o sen
Citrus aurantium L. (Rutaceae), o naranjo
Coffea arabica L. (Rubiaceae), o café
Eucalyptus globulus Labill. (Myrtaceae) o eucalipto
Lippia triphylla Kuntze (Verbenaceae), o Hierbaluisa
Malva sylvestris L. (Malvaceae), o malva
Matricaria chamomilla L. (Compositae), o manzanilla
Menta x piperita L. (Labiatae) o menta
Peumus boldus Mol. (Monimiaceae), o boldo
Pimpinella anisum L. (Umbelliferae), o anís
Rosmarinus officinalis L. (Labiatae) o romero
Salvia lavandulifolia Vahl (Labiatae) o salvia

En el segundo nivel nos encontramos 8 plantas (el 5,47% del total de especies botánicas):

Achillea millefolium L. (Compositae), o mil en rama
Althaea officinalis L. (Malvaceae), o malvavisco
Cynara scolymus L. (Compositae), o alcachofa
Cynodon dactylon (L.) Pers (Gramineae) o grama
Foeniculum vulgare Miller. (Umbelliferae) o hinojo
Inula montana L. (Compositae), o árnica
Jasonia gluticosa (L.) DC (Compositae) o té de monte
Ruta angustifolia Pers. (Rutaceae) o ruda

En el tercer nivel se sitúan 24 plantas (el 16,43% del total de especies botánicas):

Allium cepa L. (Liliaceae) o ajo
Allium sativum L. (Liliaceae) o cebolla
Arctostaphylos uva-ursi (L.) Sprengel o gayuba
Artemisa vulgaris L. (Compositae) o artemisa
Ecballium elaterium L. (Cucurbitaceae) o pepino
Frangula alnus Miller (Rhamnaceae) o frángula
Gentiana lutea L. (Gentianaceae) o genciana
Herniaria glabra L. (Caryophyllaceae) o arenaria
Hordeum vulgare L. (Gramineae) o cebada
Hypericum perforatum L. (Guttiferae) o hipericón
Juniperus communis L. (Cupressaceae) o ciprés
Lycopersicon esculentum Miller (Solanaceae) o tomate

Origanum virens Hoffmanns & Link. (Labiatae) u orégano
 Oryza sativa L. (Gramineae) o arroz
 Raphanus sativus L. (Cruciferae) o rábano
 Petroselinum crispum (Miller) A.W. Hill o perejil
 Sambucus nigra L. (Caprifoliaceae) o sauco
 Santolina chamaecyparissus L. (Compositae) o manzanilla amarga
 Secale cereale L. (Gramineae) o centeno
 Sideristis angustifolia Lag. (Labiatae) o rabo de gato
 Taraxacum officinale Weber in Wiggers (Compositae) o diente de león
 Theobroma cacao L. (Sterculiaceae) o cacao
 Triticum aestivum L. (Gramineae) o trigo
 Thymus vulgaris L. (Labiatae) o tomillo

Por último, en el cuarto nivel se encuentran todas aquellas plantas que no cumplirían el criterio establecido por Johns, T. et al¹², es decir, que han sido mencionadas en menos de tres entrevistas. En este grupo se incluyen un total de 101 especies, que suponen el 69,17% del total.

Lo primero que llama la atención es que, a diferencia de lo que sucede en La Ribera Alta y en los municipios del Parque Natural de l'Albufera, la mayoría de las plantas del primer nivel no son autóctonas y puede decirse que muchas ni se cultivan en la zona. Esto parece lógico si se tiene en cuenta que las dificultades para acceder directamente a éstas en una gran ciudad, son mayores que para la gente que vive en municipios pequeños. Sin embargo, existe una mayor oferta de comercios especializados donde adquirirlas.

Poco vamos a decir sobre el té y el café. Las infusiones de las hojas del primero y de los frutos tostados del segundo, están muy extendidas en nuestra sociedad. Su importancia desde el punto de vista económico, social y cultural es muy grande. Sobre ellas existe una abundante literatura interdisciplinar. El resto de las plantas que aparecen en este epígrafe pueden adquirirse en herboristerías tradicionales, en tiendas de dietética, en farmacias, e incluso, en grandes superficies comerciales. Unas resultan más familiares que otras. Los productos del naranjo, el romero, la manzanilla, y el anís, por ejemplo, son muy populares y pueden ser recogidas por los usuarios en el campo.

El sen es una de las plantas que se adquiere en comercios y habitualmente se incluye en mezclas que se venden como adelgazantes, laxantes, etc. Procede de Arabia y fue introducida ampliamente en la India. No aparece en la *Materia médica* de Dioscórides pero sí en los comentarios de Andrés Laguna al capítulo 79 del Libro III, dedicado al *Delphinio* y donde dice que se cultiva de ordinario en Italia. Se suelen utilizar las especies *Cassia angustifolia* o sen de la India y la *C. acutifolia* o sen de Alejandría. El sen de España es la *C. obovata*, su cultivo parece que se introdujo en el siglo XVIII¹³, mucho más tarde que en Italia. El uso popular coincide con el oficial. Hay que tener en cuenta, sin embargo, que su uso prolongado conlleva problemas de colon. Se da la circunstancia que esta planta forma parte, muchas veces, de "productos dietéticos con fibra" con el nombre genérico de "harina de

¹² Johns, J.; Kokwaro, J.O.; Kimanani, E.K. (1990)

¹³ Fon i Quer, P. (1988), p. 353

leguminosas", lo que motiva no pocas consultas de enfermos con rectocolitis.

El naranjo es una planta muy conocida y apreciada en Valencia aunque sea originario de Oriente. Se conocen bien las virtudes de sus flores (azahar) y en las últimas décadas, debido a una notable influencia de la medicina moderna, se concede mucha importancia al contenido en vitamina C del fruto. Aparte de la naranja también se usa con frecuencia el pomelo y el limón.

El eucalipto, a pesar de haberse introducido en Valencia en los años sesenta del pasado siglo, ha arraigado bien en nuestro territorio y está presente tanto en los jardines y calles de la ciudad, como en sus alrededores. El uso popular de esta planta procede, sin lugar a dudas, del que le concedieron los científicos en la segunda mitad del siglo XIX y en las primeras décadas del XX¹⁴.

La marialúisa o hierbalúisa es una planta originaria de sudamérica que fue introducida en el sur de Europa por los españoles. También se cultiva en el norte de Africa; Marruecos es ahora uno de los principales productores. Se dice que su nombre proviene del que tenía la mujer de Carlos IV. Se planta en huertos, jardines y macetas. Sus usos populares coinciden básicamente con los descritos por los científicos.

Respecto a la malva podemos decir que se trata de una planta europea que antiguamente se plantaba en los jardines. Era ya conocida por los clásicos. Aparece en la *Materia médica*, de Dioscórides, con unas virtudes similares a las descritos en el inventario. El hecho de que hayamos encontrado que se puede utilizar contra las mordeduras, nos recuerda el uso que recomienda Dioscórides contra las picaduras de abejas y avispas. Tiene un contenido muy alto en mucílagos, lo que hace a la malva útil como emoliente y béquica. En la Península hay una docena y media más de malvas que tienen componentes parecidos a los de la *silvestris*¹⁵.

La manzanilla es una planta originaria de Europa y del norte de Asia cuyo uso está muy extendido. Fue conocida, sin duda, por los clásicos, pero parece que hay bastante confusión en los textos en la descripción de especies de porte parecido. En la *Materia médica* de Dioscórides, por ejemplo, hay un capítulo¹⁶ dedicado a las manzanillas, en donde distingue tres especies distintas. Por otro lado, el capítulo 149 está dedicado al *Parthenio*, que Laguna dice que no es sino la *matricaria*¹⁷. Como se puede observar en el inventario, los usos populares de esta planta son muy amplios y la mayoría están respaldados por la investigación científica.

La menta es también una planta de origen europeo muy extendida y a menudo naturalizada en muchos lugares. Es un híbrido estéril que procede de Inglaterra y que se consume en grandes cantidades tanto en Europa como en los Estados Unidos de América. Un tal Eales fue el primero en observarla en Hertfordshire. Se lo comunicó a Ray, quien la incluyó en la segunda edición de la *Synopsis Stirpium Britannicarum* (1696), con el nombre de

¹⁴ Fresquet Febrer, J.L. (1995)

¹⁵ Font i Quer, P. (1988)

¹⁶ Libro III, cap. 147

¹⁷ Según Font i Quer, el *Chrysanthemum parthenium* Bernhardt

"*Mentha spicis brevioribus et habitioribus...* ", y en su *Historia plantarum* (1704), como "*Mentha palustris...Peper-Mint*"¹⁸. Ingresó en la *London Pharmacopoeia* en 1721 como *Mentha piperitis sapore*. En nuestro entorno puede que se consuman como tal otras mentas, ya que este término es un genérico que sirve para designar a varias especies. Los usos populares que hemos recogido se ajustan bastante a los científicos.

Otra planta popular que no se cultiva en nuestras tierras es el boldo. Es originario de las montañas secas de Chile y se cultiva de forma eventual en Italia y en la zona norte de Africa. Por tanto, se trata de una especie introducida tardíamente. Según Dujardin-Beaumetz¹⁹ en un trabajo que hemos localizado en la Biblioteca Nacional, de Paris, fue descrita por Molina²⁰ en 1782 con el nombre de *Peumus boldus*. También señala que Ruíz y Pavón, en 1794, hicieron una descripción de la misma planta que ellos llamaron *Ruizia fragans*. En 1807 Persoon la denominó *Peumus fragans* y A.L. de Jussieu en 1809, apoyándose en estos trabajos, la llamó *Boldea fragans*. M. de Candolle retomó el nombre de *Peumus* para el género. En 1869, en su *Histoire des plantes*, H. Baillon presenta el estudio completo del boldo al que llama *Peumus boldus*, que hoy todavía se conserva. Dujardin también dice que la primera muestra de boldo fue introducida en el comercio francés en 1868 o 1869 por la casa Fabian (de Chile). Como había varios tipos se mandaron analizar las distintas muestras con el fin de aislar los principios activos de unas y otras, y compararlas. Su uso popular es como hepatoprotector y como colerético-colagogo, acciones que se deben a la boldina y a los alcaloides junto con los flavonoides y el aceite esencial.

El anís o matalahúva es una planta que procede de los países del Mediterráneo oriental. Ya era conocida y utilizada por los egipcios. Aparece mencionada en la obra de Plinio, en la de Teofastro y en la *Materia médica* de Dioscórides²¹. España y Grecia son los principales productores de su aceite esencial. Flückiger²² señala que Alicante era uno de los lugares donde se producía y comercializaba. El uso popular que hemos encontrado en Valencia coincide con el que ha tenido siempre, es decir, como planta carminativa, sobre todo.

El romero es planta originaria de los países mediterráneos. Plinio ya le asignó numerosas virtudes²³. Andrés Laguna, en el comentario que hace a los capítulos 81, 82 y 83 de la *Materia médica* de Dioscórides, dedicados a los *Libanotis*, identifica a la tercera especie como el romero. Es también muy corriente que se atribuya la preparación de la esencia de romero en

¹⁸ Flückiger, F.A.; Hanbury, D. (18) reprint 1988, p. 433

¹⁹ Dujardin-Beaumetz; Verne, C. (1874)

²⁰ Se refiere a Juan Ignacio de Molina, jesuita nacido en Talca (Chile) que se exilió a Italia. Escribió *Saggio sulla storia naturale del Chili* (1782) que se difundió en varios idiomas.

²¹ Libro III, cap. 60

²² Flückiger, F.A.; Hanbury, D. (1879) reprint 1988, p. 277

²³ Flückiger, F.A.; Hanbury, D. (1879) reprint 1988, p.438

disolución alcohólica, a Arnau de Vilanova²⁴ o a Ramón Llull²⁵. Asimismo, su uso es muy alabado en los tratados de medicina doméstica de todas las épocas. Los usos populares que se le dan al romero son muy extensos y una buena parte de ellos están hoy justificados por la investigación científica.

La salvia es una planta originaria del sur de Europa, especialmente de la zona mediterránea. Aparece en la *Materia médica*, de Dioscórides²⁶. Se usa la *Salvia officinalis*, la *S. lavandulifolia* u otras especies afines y endémicas de la península cuyo aceite esencial es menos tóxico que el de la primera. La mayoría de los usos populares están plenamente justificados a la luz de las investigaciones farmacológicas. Su toxicidad, en cambio, es poco conocida. Posee acción estrogénica, puede ocasionar dermatitis de contacto y ser perjudicial para el sistema nervioso central.

El milenrama es una planta originaria de Europa que ha sido utilizada desde hace muchos siglos en medicina. No se puede asegurar que corresponda a lo que Dioscórides llamó *stratites millefolium*²⁷, pero Laguna señala que en nada difiere de "nuestro milefolio vulgar". Su uso se ha asociado siempre con las heridas sangrantes y las hemorragias. Este efecto se puede deber a su contenido en taninos. Popularmente se emplea con otros fines que están plenamente justificados tal como se puede apreciar en el inventario.

El malvavisco es también una planta de mucha tradición en medicina. Está descrita en la *Materia médica*, de Dioscórides²⁸. En el siglo IX el emperador Carlomagno favoreció su difusión por Europa, bajo el nombre de "*Mismalvas, id est alteas quod dicitur ibischa*"²⁹. Su uso popular se acerca al científico ya que por sus principios activos es una planta demulcente y protectora de mucosas, béquica, expectorante e inmunoestimulante.

La popular alcachofera es una planta que tiene un uso alimenticio importante; las alcachofas entran en la composición de muchos platos. Posiblemente se ha obtenido por selección y cultivo a partir de la *Cynara cardunculus* L.³⁰ de origen circunmediterráneo. Dioscórides trata de los cardos en su *Materia médica*³¹ y Laguna, en sus comentarios, distingue entre el cardo "familiar y sabroso" y la "alcachofa". Los árabes la designaron como *al-kharsuf*; el nombre de *cynara* procede del latín *canina*. Los usos populares tienen una base científica ya que por las propiedades de sus componentes, es colerética, hepatoprotectora y hepatoestimulante.

La grama es una planta muy común en el sur de Europa y el norte de África. Posiblemente se utilizó ya en la Antigüedad. Dioscórides habla de los

²⁴ Font i Quer, P. (1988), p. 653

²⁵ Véase Flückiger, F.A. y Hanbury, D. (1879) que citan a Manget (1702), *Bibliotheca chemica curiosa*, Genevae.

²⁶ Libro III, cap. 36

²⁷ Libro IV, cap. 104

²⁸ Libro III, cap. 157

²⁹ Flückiger, F.A.; Hanbury, D. (1879) reprint 1988, p. 85

³⁰ Peris, J.B. et al (1996), p. 127

³¹ Libro III, cap. 14

agrostis, que Laguna tradujo como gramas³², aunque es muy difícil identificarlas con exactitud. Algunos de sus usos populares tienen explicación científica; es diurética, antiinflamatoria, hipotensora e hipoglucemiante suave.

El hinojo es una planta originaria de la región mediterránea introducida y naturalizada en muchas partes. Era conocida en la Antigüedad donde se usaba como condimento y era apreciada por sus tallos suculentos. En el norte de Europa parece que también era conocida. Dioscórides trata de ella en el Libro III, capítulo 77. En documentos médicos ingleses del siglo XI se menciona muy a menudo. Su difusión por Europa Central, como sucedió con otras plantas, fue estimulada por Carlomagno³³. Los usos populares que se le dan de provocar la diuresis y eliminar las infecciones urinarias, están justificados, ya que los componentes de la raíz poseen propiedades diuréticas y antisépticas.

El árnica es una planta alpina, del centro y del norte de Europa, y de zonas atlánticas. No se dice nada de ella en la *Materia médica*, de Dioscórides. Sin embargo, Mattioli, Gessner, Camerarius y Clusius, entre otros, la conocían bien. Parece ser que tuvo un uso popular muy extendido por la zona alemana, aunque se introdujo de forma regular en medicina en 1712. Algunos médicos pretendieron concederle virtudes parecidas a la quina. Ingresó en la farmacopea londinense en 1788³⁴ aunque se usó más como remedio popular que como científico; era frecuente tener en las casas tintura de árnica. Los usos populares coinciden con los que recomienda la farmacia: en aplicaciones tópicas en golpes, luxaciones, equimosis, pruritos, neuralgias, mialgias, etc. En enjuagues se puede usar como antiséptico bucal, en amigdalitis y faringitis. No obstante, está contraindicada en heridas abiertas y en los casos de dermatitis. Por vía oral, en cambio, es planta bastante tóxica.

El té de monte, de roca o de Aragón fue una planta desconocida en la Antigüedad. Font i Quer³⁵ nos dice que era conocida en Cataluña en el siglo XVI. Un tal Micó la herborizó en la montaña de Monserrat, donde abunda, y se la mandó a Jacques Delachamps, quien la incluyó en su *Historia generalis plantarum* (Lyon, 1587). En 1763 Linné la bautizó como *Erigeron gluticosum*. Ha sido poco estudiada, pero su uso popular como estomacal y en las indisposiciones de vientre está muy extendida por Cataluña y Aragón. La ruda es una planta originaria de los países mediterráneos (*Ruta graveolens* L.). Es conocida y utilizada por sus virtudes terapéuticas desde la Antigüedad. Dioscórides habla de ella en el capítulo 48 del Libro III de su *Materia médica*. Su cultivo por Europa se extendió y alcanzó pronto los Alpes. Se cultivaba mucho en los claustros por su fama de antiafrodisíaco³⁶ y con este fin la recomendaba Bock. Tiene acciones espasmolíticas debidas a los alcaloides y a la cumarina; antihistamínicas, debido a la arborinina y furanocumarinas; antihelmínticas; emenagogo-abortivas; venotónicas;

³² Libro IV, cap. 32

³³ Flückiger, F.A.; Hanbury, D. (1879) reprint 1988, p. 274

³⁴ Flückiger, F.A.; Hanbury, D. (1879) reprint 1988, p. 349-350

³⁵ Font i Quer, P. (1988), p.791.

³⁶ Font i Quer, P. (1988), p.429

antiparasitarias, y de fotosensibilización. En las entrevistas suele ser una constante que se haga referencia a las propiedades abortivas de esta planta. Sin embargo, esta acción sólo se produce a dosis que son ya tóxicas y que producen hemorragias, gastroenteritis, confusión mental e incluso la muerte. Siempre se recomienda que la ruda se tome bajo control facultativo.

Los usos populares

Como hicimos en nuestros trabajos sobre el uso popular de plantas medicinales en los municipios del Parque Natural de l'Albufera y en la comarca de La Riebera Alta, hemos conservado las expresiones populares. La lingüística nos enseña que éstas son la objetivación y la fijación del conocimiento que el pueblo médico tiene sobre la salud y la enfermedad; al menos de una parte. Sabemos también que la constitución de los significados del lenguaje reviste un carácter histórico; así, los que corresponden a las palabras usuales de la lengua se encuentran en un proceso de formación continuo³⁷. En este sentido, sería muy interesante saber cómo a una planta que se ha utilizado tradicionalmente para determinadas dolencias, se le atribuyen en la actualidad acciones cuyos nombres se toman de la medicina científica moderna: bajar el colesterol, escorbuto, sinusitis, etc.

Este proceso mantiene una estrecha vinculación con las necesidades, intereses, ámbito y cultura de cada comunidad. Existe una estrecha relación entre el lenguaje y la cosmovisión. Por tanto, a través de las expresiones que hemos recogido podemos acercarnos —al menos, un poco— a la concepción de la enfermedad que tiene el pueblo médico. No obstante, somos conscientes de que hacen falta todavía muchos trabajos, sobre todo aquéllos que se dediquen al estudio de la estructura y función de las distintas partes del organismo así como de la enfermedad y sus causas.

A pesar de que no podemos desembarazarnos de los saberes y de la taxonomía propia de la medicina científica moderna, con las expresiones obtenidas acerca del uso de las plantas medicinales hemos confeccionado un *thesaurus* sencillo. Hoy en día, el *thesaurus* es el instrumento más eficaz de control de vocabulario en un sistema de recuperación de la información³⁸. Este consiste en una lista alfabética de las relaciones generico-específicas de los lexemas (Tabla nº 6). Los árboles semánticos se presentan en forma de sangrado y ofrecen el conjunto completo de cada jerarquía a partir de un genérico mayor. Los números que figuran junto a cada expresión corresponden a los de las especies botánicas del inventario. Las expresiones que figuran entre corchetes —un número muy reducido—, han sido introducidas por nosotros. Se recogen en total unos 247 usos distintos.

Tabla 6

Relación alfabética de los lexemas o expresiones de los usos populares de las plantas en la ciudad de Valencia, por relaciones genérico-específicas

³⁷ Coseriu, E. (1978)

³⁸ Véase Casado Velarde, M. (1988), Vickery (1979), Soergel (1975), Lancaster (1985), Chaumier (1986), Aitchison (1972) y Gilchrist (1971).

AFECCIONES EXTERNAS, 116

- Acné, 13, 127
- Callos (contra los), 39
- Cara (limpieza de), 44
- Contusiones, 21
- Dislocación del pie, 22
- Eczema, 20, 31
- Golpes, 21,67,79
- Granos, 20, 101, 127
 - Granos infectados, 114, 130
- Hematomas, 21
- Hemorragias, 123
- Heridas, 1, 58, 67, 72, 81, 123
 - Heridas (cicatrizante de), 67
 - Heridas infectadas (=desinfectante de heridas), 67, 81
 - Heridas (secar), 31
- Inflamación, 36, 98, 121
- Llagas (cicatrizante de), 67
- Moraduras (=moratones), 11, 21
- Mordeduras de perro, 98
- Picaduras de abeja, 130
- Picores, 31
- Piel, 73
 - Piel (descamación de la), 64
 - Sudor excesivo, 78
- Quemaduras, 14, 21, 44, 72, 98
- Sabañones, 97, 116
- Verrugas, 51, 100

AMOR VERDADERO (PARA CONSEGUIR EL), 77

BOCA, 72

- Aftas(=llagas), 3, 119
- Encías irritadas, 31, 98
- Hemorragias (=esputos, 3)
- Heridas de la boca, 3
- Lavados de la boca, 31
- Dolor de muelas, 2, 46, 49, 124, 131

DIABETES, 22, 24, 55, 56

DOLOR, 75

- Analgésico, 77, 140, 143
- Cólico de riñón, 15
- Cólico hepático, 30
- Cólicos intestinales, 116
- Dolor abdominal, 25, 81, 143
- Dolor de apéndice, 75
- Dolor de cabeza, 61, 72, 77, 100
- Dolor de estómago, 29, 31, 123, 141
 - Calmante del dolor de estómago, 29
- Dolor de garganta, 122
- Dolor de muelas, 2, 46, 49, 124, 131
- Dolor de oído, 123
- Dolor de ojos, 123
- Dolor de pecho, 62
- Dolor de piés, 121

Dolor de regla (=menstruación), 123, 143
Dolor de tripa (=dolor de vientre), 141, 143
Dolor de vesícula, 32
Dolor muscular, 77
Dolor nefríticos (=dolor de riñones), 74
Dolor reumático, 98
Retortijones, 25

FIEBRE, 61, 143
Febrífugo, 21, 25, 31
Fiebres altas, 61

FRÍO (quitar el), 147

HIPOTIROIDEO, 59

[HUESOS, MÚCULOS Y ARTICULACIONES]

Artritis, 20
Artrosis, 40
Calambres, 77
Dolor de huesos, 77
Dolor reumático, 98
Dolor muscular, 77
Fortalecer los huesos, 63
Reuma, 7, 13, 20, 77, 78, 82, 93
Rigidez de cuello, 77

INFECCIONES, 81
Antisépticos, 46, 49
Tuberculosis, 42, 43
Tosferina, 11

INFLAMACIÓN, 21, 32, 78, 91, 92, 97, 142
Inflamación de estómago, 35, 99
Inflamación de la piel, 36, 98, 121
Inflamación de los ojos (=conjuntivitis), 31, 32
Inflamación de vesícula, 32
Inflamación urinaria, 81

JUVENTUD (mantener la), 64

MAL DE OJO, 123

MALESTAR, 80

MAREOS, 143

NERVIOS, 29, 31, 78, 133, 143
Calmante, 74, 129
Neurastenia, 4

OBESIDAD, 110
Adelgazante (=adelgazar), 77, 104, 125, 133
Desengrasa, 29

OJOS, 98, 123
Dolor, 123

Inflamación(=conjuntivitis), 31, 32
Lavado de los ojos, 32
Oftálmico, 32
Ojos cansados, 44
Vista, 130, 138

[PELO]

Abrillantar, 21
Desenredar, 31
Caída, 77, 123, 135
Caspa, 77
Grasa en el pelo, 77
Loción, 77

[PROBLEMAS DE LA MUJER]

Bajar la regla, 23, 107
Blenorragias, 87
Dolor de la regla (=dolor de la menstruación), 123, 143
Frigidez, 76, 133
Menopausia, problemas de la, 45
Vagina, lavados de

PROBLEMAS DIGESTIVOS, 25

Apéndice (dolores de), 75
Barriga,
 Barriga sucia, 31
 Dolores de barriga, 143
Colitis, 61
Diarrea, 29, 62, 86, 113, 118, 147,
Digestión (facilitar la) (=digestivo=digestiones pesadas), 18, 20, 22, 29, 35, 31, 32, 37, 48,
72, 77, 78, 82, 88, 133, 134, 139, 141, 143
Dolor abdominal (=dolor de barriga), 25, 81
Espasmos, 19, 31
Estómago, 43, 56
 Acidez, 53, 74
 Dolor, 29, 31, 123, 141
 Calmante para el dolor de, 29
 Estomacal (=estomáquica), 18, 29, 102, 145
 Inflamación de estómago, 35, 99
 Limpieza de estómago, 104
 Pesadez de estómago, 77
 Secreción de estómago (activa la), 55
 Úlceras de estómago, 22, 38
Estreñimiento, 63, 64, 85, 99, 110, 141
 Estreñimiento infantil, 115
Gases (=flato), 72, 137,141
 Carminativo, 139, 141
 Expulsar gases en niños, 141
Hígado, 22, 31, 32, 35, 82
 Inflamación (=hepatitis), 99
 Cólico hepático, 30
Indigestiones, 115
Intestino (molestias de), 47
 Cólicos intestinales, 116
 Dolor de tripa (=dolor de vientre), 141, 143
 Irritación de intestinos, 97
 Estimulante de las funciones del intestino, 54
 Laxante, 26, 31, 77, 82, 85, 98, 106, 108, 110, 117,

- Limpiar el intestino, 83, 81
- Lombrices, 67, 92, 108, 109
- Purgante, 14, 51, 52, 93
- Resfriados de intestino, 98
- Retortijones, 25
- Vesícula, 99
 - Bilis (eliminar la), 99
 - Calculos biliares, 32, 35
 - Dolor de vesícula, 32
 - Inflamación de vesícula, 32
 - Litiasis (=cálculos=piedras), 57, 66, 99
- Vómito, 72
 - Emético, 32, 52
 - Vómito en niños, 141

PROBLEMAS RESPIRATORIOS, 77, 133

- Afonía, 76, 101
- Anginas, 119
- Asma, 101, 103, 129
- Balsámico, 31, 74
- Bronquios, 98
 - Bronquitis, 77, 78, 101, 144
- Catarro, 14, 69, 77, 115, 106, 108
- Constipado, 43, 62, 78, 91, 98, 113, 141,
- Descongestionante vías respiratorias, 72
- Enfisema, 96
- Expectorante, 94
- Faringitis, 112
- Garganta, 3, 72
 - Dolor de garganta, 122
 - Suavizar la garganta, 101
- Gripe, 77, 69
- Naríz, (despejar la), 101
 - Hemorragia nasal, 121
- Pecho
 - Dolor de pecho, 62
 - Pectoral, 10, 98
- Pleuresía, 94
- Pulmones, 140
- Resfriado, 72, 122
- Sinusitis, 101
- Tos, 71, 95, 101, 144, 95
- Tosferina, 11

PROBLEMAS DE SUEÑO

- Dormir a los niños, 141
- Insomnio, 13, 105
- Narcótico, 129

RIÑÓN Y VÍAS URINARIAS, 33, 60, 82, 139

- Cálculos (=piedras de riñón= litiasis renal), 15, 16
- Cistitis, 15
- Cólico de riñón, 15
- Diurético (=facilita la orina=para la orina=aumenta la orina), 7, 8, 15, 17, 25, 46, 48, 60, 93, 94, 98, 110, 120, 126, 139, 140, 143
- Dolor nefrítico, 74
- Infecciones de las vías urinarias, 50
- Inflamación urinaria, 81

Sedante urinario, 7

SANGRE Y CIRCULACIÓN DE LA SANGRE, 46, 63, 65, 70, 77, 78, 91

Anemia, 13, 43, 56

Cardiovascular, 145

Colesterol (=bajar el colesterol), 7, 9, 49, 50, 89,

Depurativo (=antitóxico=eliminar las toxinas), 7, 8, 20, 31, 60, 72, 99, 127

Edema (=hinchazón), 68, 94

Gota (=ataques de gota), 14, 93

 Acido úrico (contra el), 13

Hemorragia en heridas, 86

Hemorragia nasal, 121

Hemorroides (=almorranas), 84, 97

 Seca las hemorroides, 45

Hidropesía, 14, 94, 126

Hipertensión (=tensión=hipotensor), 9, 77, 90, 111, 140

Hipolipemiente, 92

Hipotensión (=hipertensor), 16, 133

Limpiar la sangre, 71, 127

Regenerar la sangre, 61

Regular el azúcar en sangre, 78

Varices, 31

Vasoconstrictor, 141

Vasodilatador, 78

SEDANTES, TRANQUILIZANTES, RELAJANTES

Evadirse, 12

Relajante, 31, 72, 77, 134, 143

Sedante, 133, 134, 143

 Sedante infantil, 141

Tranquilizante, 74, 105, 133, 134

TÓNICO, 13, 31, 77, 125,

Convalecencia, 61

Dar fuerza (=poner el cuerpo a punto), 6, 101

Estimulante, 5, 21, 41, 72, 120, 125, 128, 132

Escorbuto, 41

Excitante, 94

Hierro (aporta), 34

Inapetencia, 19

 Aperitivo, 133

 Apetito (abre el) 41, 55, 136

Fatiga, 101

Mineralizante, 48

Potasa (aporta), 35

Proteínas (aporta), 89

Revitalizante, 133

Resaca, 78

Refrescante, 72

Tónico cardíaco, 56

Tónico facial, 31

Vitamínico, 34, 35, 64

La tabla nº 7 relaciona las especies botánicas y su número con los genéricos mayores.

Tabla 7

Relación de las especies de plantas de uso popular en la ciudad de Valencia según los genéricos mayores

Afecciones externas, (Total plantas empleadas: 29)

Relación de especies: 1, 11, 13, 14, 20, 21, 22, 31, 36, 39, 44, 51, 58, 64, 67, 72, 73, 78, 79, 81, 97, 98, 100, 101, 114, 121, 123, 127, 130

Amor verdadero, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 77

Boca, (Total plantas empleadas: 9)

Relación de especies: 2, 3, 31, 46, 49, 98, 119, 124, 131

Diabetes, (Total plantas empleadas: 4)

Relación de especies: 22, 24, 55, 56

Dolor, (Total plantas empleadas: 26)

Relación de especies: 2, 15, 25, 29, 30, 31, 32, 46, 49, 62, 72, 74, 75, 77, 81, 98, 100, 116, 121, 122, 123, 124, 131, 140, 141, 143

Fiebre, (Total plantas empleadas: 5)

Relación de especies: 21, 25, 31, 61, 143

Frío, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 146

Hipotiroidismo, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 59

Huesos, músculos y articulaciones, (Total plantas empleadas: 10)

Relación de especies: 7, 13, 20, 40, 63, 77, 78, 82, 93, 98

Infecciones, (Total plantas empleadas: 6)

Relación de especies: 11, 42, 43, 81, 46, 49

Inflamación, (Total plantas empleadas: 14)

Relación de especies: 21, 31, 32, 35, 36, 78, 81, 91, 92, 97, 98, 99, 121, 142

Juventud, mantener la, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 64

Mal de ojo, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 123

Malestar, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 80

Mareos, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 143

Nervios, (Total plantas empleadas: 8)

Relación de especies: 4, 29, 31, 74, 78, 129, 133, 143

Obesidad, (Total plantas empleadas: 1)

Relación de especies: 110

Ojos, (Total plantas empleadas: 7)

Relación de especies: 31, 32, 44, 98, 123, 130, 138

Pelo, (Total plantas empleadas: 5)

Relación de especies: 21, 31, 77, 123, 135

Problemas de la mujer, (Total plantas empleadas: 8)

Relación de especies: 23, 45, 76, 87, 107, 123, 133, 143

Problemas digestivos, (Total plantas empleadas: 64)

Relación de especies: 14, 18, 19, 20, 22, 25, 26, 29, 30, 31, 32, 35, 37, 38, 47, 48, 51, 52, 53, 54, 55, 57, 61, 62, 63, 64, 66, 67, 72, 74, 75, 77, 78, 81, 82, 83, 85, 86, 88, 92, 93, 97, 98, 99, 102, 104, 106, 108, 109, 110, 113, 115, 116, 117, 118, 123, 133, 134, 137, 139, 141, 143, 145, 147

Problemas respiratorios, (Total plantas empleadas: 34)

Relación de especies: 3, 10, 11, 14, 31, 43, 62, 69, 71, 72, 74, 76, 77, 78, 91, 94, 95, 96, 98, 101, 103, 106, 108, 112, 113, 115, 119, 121, 122, 129, 133, 140, 141, 144

Problemas de sueño, (Total plantas empleadas: 4)

Relación de especies: 13, 105, 129, 141

Riñón y vías urinarias, (Total plantas empleadas, 23)

Relación de especies: 7, 8, 15, 16, 17, 25, 33, 46, 48, 50, 60, 74, 81, 82, 93, 94, 98, 110, 120, 126, 139, 140, 143

Sangre y circulación, (Total de plantas empleadas: 42)

Relación de especies: 7, 8, 9, 13, 14, 16, 20, 31, 43, 45, 46, 49, 50, 56, 60, 61, 63, 65, 68, 70, 71, 72, 77, 78, 84, 86, 89, 90, 91, 92, 93, 94, 97, 99, 111, 121, 126, 127, 133, 140, 140, 145

Sedantes, tranquilizantes, relajantes, (Total de plantas empleadas: 10)

Relación de especies: 12, 31, 72, 74, 77, 105, 133, 134, 141, 143

Tónico, Total de plantas empleadas: 26)

Relación de especies: 5, 6, 13, 19, 21, 31, 34, 35, 41, 48, 55, 56, 61, 64, 72, 77, 78, 89, 94, 101, 120, 125, 128, 132, 133, 136

La tabla nº 8 muestra en orden decreciente los genéricos mayores y el total de especies botánicas que se usan para resolver problemas que se incluyen en estos grandes grupos.

Tabla nº 8

Relación de genéricos mayores y número de especies de plantas de uso popular en la ciudad de Valencia, en orden decreciente

<i>Genéricos mayores</i>	<i>nº de especies</i>
Problemas digestivos	64
Sangre y circulación	42
Problemas respiratorios	34
Afecciones externas	29
Tónico	26
Riñón y vías urinarias	23
Inflamación	14
Huesos, músculos y articulaciones	10
Sedantes, tranquilizantes, relajantes	10
Boca	9

Nervios	8
Probelmas de la mujer	8
Ojos	7
Infecciones	6
Fiebre	5
Pelo	5
Diabetes	4
Problemas de sueño	4
Amor verdadero, conseguir el	1
Frío, combatir el	1
Hipotiroideo	1
Juventud, mantener la	1
Mal de ojo	1
Malestar	1
Mareo	1
Obesidad	1

Como puede apreciarse, una vez más, el grupo de problemas para los que se usa un mayor número de especies botánicas se incluyen bajo el rótulo de problemas digestivos. En esto existe una total coincidencia con los estudios realizados anteriormente. Sin embargo, el segundo lugar lo ocupan en esta ocasión, los problemas de la sangre y circulación, seguidos por los problemas respiratorios, las afecciones externas, y por todo aquéllo que requiere de tónicos, estimulantes y aportes vitamínicos. Siguen después, en sexto lugar, los procesos que afectan al riñón y vías urinarias. Estos resultados, bastante diferentes a los hallados en La Ribera Alta y l'Albufera, son muy llamativos aunque no podemos saber a qué se deben. Una explicación podría ser que en la muestra hay muchas personas con un nivel de estudios alto y a que en esta ocasión la zona estudiada es una gran ciudad. El patrón se corresponde más con los obtenidos en otros lugares de Europa y de Estados Unidos, aunque el tipo de estudios es distinto³⁹.

Después de una minuciosa lectura del inventario y de la información complementaria que contiene sobre cada una de las plantas, se deduce que su utilización popular está plenamente justificada en la mayoría de los casos. En otros, sin embargo, como en el de las plantas que podemos designar como polivalentes, sólo algunos de sus usos tendrían explicación científica. Entre estos podemos hacer referencia a los que tienen una base mágica y cuya procedencia se pierde en un pasado remoto. Por ejemplo, el caso de las gálbulas de enebro llevadas en el bolsillo para curar las hemorroides, la recogida de la *Centaurea calcitrapa* en la noche de San Juan, el uso de la ruda contra el mal de ojo, o del romero para conseguir al amor verdadero. Puede pensarse que este tipo de utilizaciones mágicas sólo se han transmitido de forma oral de generación en generación. Sin embargo, este tipo de recetas aparecen en algunos fragmentos de la Antigüedad clásica que todavía se conservan, en manuscritos medievales y en libros impresos. Con la imprenta fue posible publicar textos destinados al público en general que divulgaban todo tipo de remedios para hacer frente a las enfermedades. Un

³⁹ Pueden consultarse al respecto: Moore, J. et al (1985), Whorton, J.C. (1987), Aldridge, D. (1989), Sharma, U. (1991), Eisenberg, D.M. et al (1993), y Fugh-Berman, A. (1996).

ejemplo clásico es el *Libro de medicina llamado Tesoro de pobres en que se hallarán remedios muy aprobados para la sanidad de diversas enfermedades*, (1519) atribuido a Pedro Hispano, del que hay varias versiones y que alcanzó muchas reimpresiones⁴⁰. La literatura está también repleta de ejemplos en donde se habla de remedios mágicos contra determinados males e infortunios; podemos mencionar el *Lazarillo de Tormes*, *La Celestina*, el *Retrato de la Loçana andaluza*, entre los más conocidos.

Algunos usos provienen de la medicina científica clásica conservándose como tales o deformados por el tiempo y por diversas influencias. Otros proceden claramente de la medicina científica moderna tanto del siglo XIX como del actual, conservando unas veces el significado científico o redefiniéndolo en el seno de la medicina popular, otras. En este sentido sería de gran interés saber cómo a algunas plantas de uso tradicional se les han encontrado nuevos usos como el de disminuir las cifras de colesterol en sangre.

Por último, el pueblo médico emplea plantas que son totalmente exóticas en su territorio. El presente trabajo es una buena muestra de ello. Algunas de estas se incorporaron al acervo local en el pasado, como el té, el café, el eucalipto, el boldo, etc. Otras son de reciente adquisición como el guaraná y el ginseng que proceden de sistemas médicos muy distintos. Los medios de comunicación (prensa, radio, televisión, etc.) juegan un papel importante en la difusión de los mismos. Un ejemplo de lo dicho en la isla de Newfoundland (Canadá) está bien descrito por John K. Crellin⁴¹. En el gráfico nº 1 tratamos de mostrar las complejas relaciones e influencias que se establecen en el uso popular de las plantas medicinales.

⁴⁰ Véase Granjel, L.S. (1980), pp. 133-146

⁴¹ Crellin, J.K. (1994)

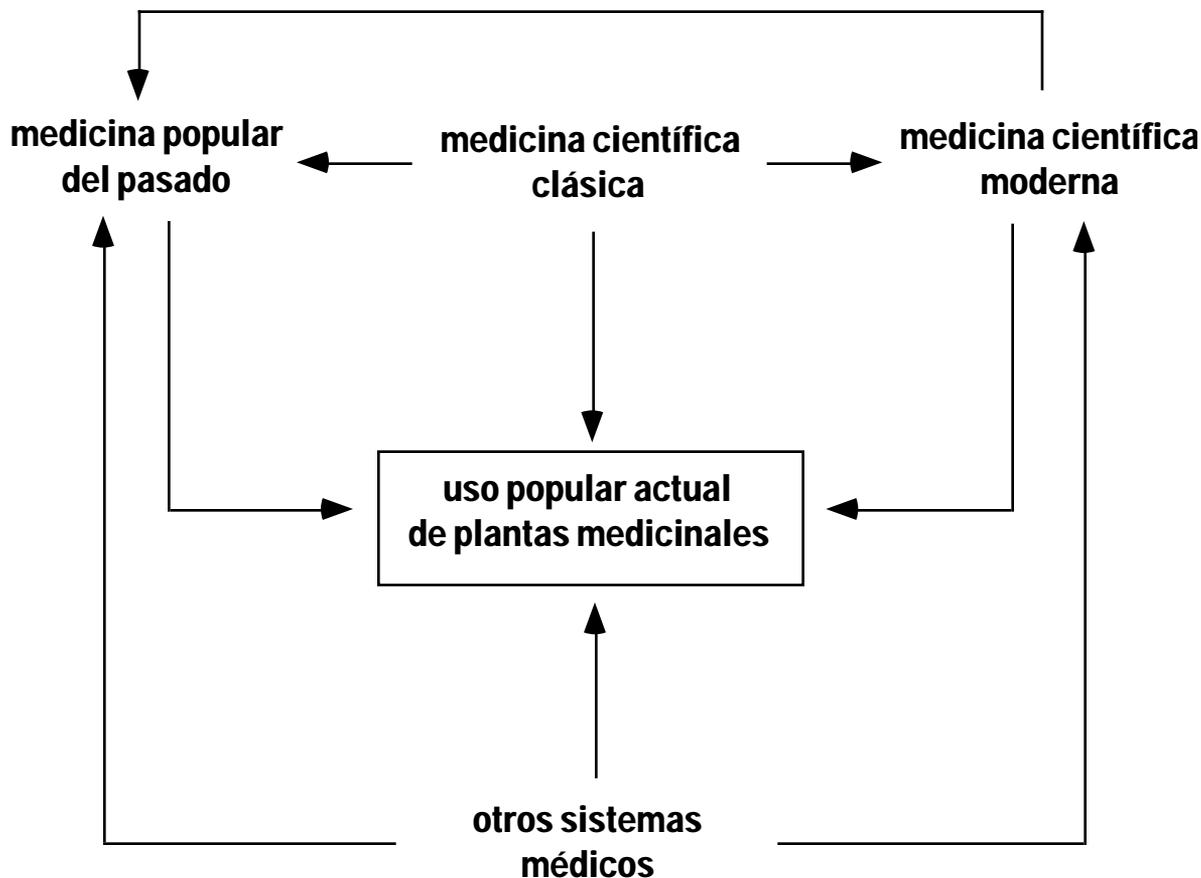


Gráfico 1
Procedencia de los usos de las plantas medicinales

Bibliografía

AITCHISON, J. (1972). *Welfare of the Elderly: a Faceted Classification and Thesaurus*. 2 vols., London, Aslib.

ALDRIDGE, D. (1989). Europe looks at complementary medicine. *British Medical Journal*, 299, 1121-1122.

BIBLIOTECA DE LA MEDICINA TRADICIONAL MEXICANA. (1994). 12 vols., México, Instituto Nacional Indigenista

CENTRO DE FARMACOVIGILANCIA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA (1993). Reacciones adversas relacionadas con Panax Ginseng y plantas afines. *Boletín de Farmacovigilancia de la Comunidad Valenciana*, nº 24, 345-349.

CENTRO REGIONAL DE FARMACOVIGILANCIA DE CASTILLA Y LEÓN (1995). Las plantas medicinales. *Boletín de Farmacovigilancia de la Comunidad Valenciana*, nº 32, 461-466.

COSERIU, E. (1978). *Sincronía, diacronía e historia. El problema del cambio lingüístico*. 3ª ed., Madrid, Gredos.

CRELLIN, J.K. (1994). *Home Medicine. The Newfoundland Experience*. Montréal & Kingston, McGill-Queen's University Press.

DOS SANTOS, J.R.; FLEURENTIN, J. (1990). L'Ethnopharmacologie: une approche pluridisciplinaire. En: *Ethnopharmacology. Sources, methodes, objectifs*. Paris, Orstrom-Société Française d'Ethnopharmacologie, pp. 26-39.

- DUJARDIN-BEAUMETZ; VERNE, C. (1874). *Étude sur le boldo*. Paris, Librairie Octave Doin.
- EISENBERG, D.M. et al (1993). Unconventional Medicine in the United States. Prevalence, costs, and patterns of use. *New England Journal of Medicine*, 328, 246-252.
- FRESQUET FEBRER, J.L.; TRONCHONI, J.A.; FERRER, F.; BORDALLO, A. (1994). *Salut, malaltia i terapèutica popular als pobles riberencs de l'Albufera*. Sueca, Ajuntament de Catarroja.
- FRESQUET FEBRER, J.L. (Ed.) (1995), *Salud, enfermedad y terapèutica popular en la Ribera Alta*. Valencia, Instituto de Estudios Documentales e Històrics sobre la Ciència.
- FRESQUET FEBRER, J.L. (1995). Eucalipto y medicina. *Medicina e Historia*, 58, 1-16.
- FRESQUET FEBRER, J.L. (1995). Las plantas y la terapèutica desde el Renacimiento al siglo XIX. En: *Estudios introductorios a la Flora peruviana et chilensis*, de Hipólito Ruíz y José Pavón. Madrid, Fundación de Ciencias de la salud y CSIC, pp. LIII-LXXXII.
- FONT I QUER, P. (1988). *Plantas medicinales. El Dioscórides renovado*. 11ª ed., Barcelona, Labor.
- FUGH-BERMAN, A. (1996). *Alternative medicine: what works. A comprehensive, easy-to-read review of the scientific evidence, pro and con*. Tucson, Arizona, Odonian Press.
- GILCHRIST, A. (1971). *The thesaurus retrieval*. London, Aslib.
- GRANJEL, L.S. (1980). *La medicina española renacentista*. Salamanca, Ediciones de la Universidad de Salamanca.
- JONHS, J.; KOKWARO, J.O.; KIMANANI, E.K. (1990). Herbal remedies of the Luo of Siaya District, Kenia: Establishing criteria for consensus, *Economic Botany*, 44 (3), 369-381.
- KRONENFELD, J.J.; WASNER, C. (1982). The use of unorthodox therapies and marginal practitioners. *Social Sciences and Medicine*, 16, 1119-1125.
- LAGUNA, A. (1636). *Pedacio Dioscorides Anazarbeo, acerca de la materia medica medicinal, y de los venenos mortíferos...* Salamanca, por Martin Gast.
- LANCASTER, F.W. (1985). *Information Retrieval Systems. Characteristics Testing and Evaluation*. New York, John Wiley & sons
- LIEUTAGHI, P. (1986). *L'Herbe qui renouvelle. Un aspect de la médecine traditionnelle en Haute-Provence*. Paris, Editions de la Maison des Sciences de l'Homme Paris.
- LLOYD, J. U. (1921). *Origin and history of all the pharmacopeial vegetable drugs, chemicals and preparations*. Cincinnati, The Caxton press.
- LÓPEZ PIÑERO, J.M. (1995). Las expediciones del siglo XVIII y la contribución española a la introducción en Europa de la materia médica vegetal americana. En: *Estudios introductorios a la Flora peruviana et chilensis*, de Hipólito Ruíz y José Pavón. Madrid, Fundación de Ciencias de la salud y CSIC, pp. XIII-LII.
- MAZARS, G.; MORTIER, F. (1990). L'Ethnopharmacologie en Europe. En: *Ethnopharmacology. Sources, methodes, objectifs*. Paris, Orstrom-Société Française d'Ethnopharmacologie, pp. 43-47.

MOORE, J.; PHIPPS, K.; MARCER, D. (1985). Why do people seek treatment by alternative medicine? *British Medical Journal*, 290, 28-29.

MULET PASCUAL, L. (1991). *Estudio etnobotánico de la provincia de Castellón*. Castellón, Diputación provincial.

PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B. (1995). *Fitoterapia aplicada*. Valencia, Colegio de Farmacéuticos.

SHARMA, U. (1991). *Complementary medicine today. Practitioners and Patients*. London, Routledge.

STEINER, R. P. (Ed) (1986). *Folk Medicine. The art and the science*. Washington, American Chemical Society.

WHEELWRIGHT, E. G. (1974). *Medicinal plants and their history*. New York, Dover Publications.

WHORTON, J.C. (1987). Traditions of Folk Medicine in America. *Journal of American Medical Association*, 257 (12), 1632-1635.

INVENTARIO DE LAS PLANTAS DE USO POPULAR EN LA CIUDAD DE VALENCIA

J L. Fresquet Febrer; G. Blanquer Roselló; M. Galindo Dobón; F. Gallego Estrada; R. García de la Cuadra Arizo; J.A. López Bueno; Angel Sanjosé Pí

AIZOACEAE

***1**

Carpobrotus edulis (L.) N.E. Br. in Phillips

Nombres populares: Curatalls

Parte empleada: Hojas carnosas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Crudo. Se parte y se aplica sobre la herida. Para cicatrizar.

También denominada herba del tall, bálsamo, ditets, etc. Parece que procede de Sudáfrica y en casi todas partes se emplea como vulnerario, demulcente y también para el eczema. No se conoce su uso farmacéutico.
(Mulet, 101), (L'Albufera, 113)

APOCYNACEAE

***2**

Nerium oleander L.

Nombres populares: Baladre

Parte empleada: Ramas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Enjuagues. Dolor de muelas.

También se le conoce como adelfa, laurel rosa, etc. Dado su contenido en heterósidos cardiotónicos, que no se destruyen por ebullición o desecación, tiene interés desde el punto de vista toxicológico.

El uso que nos han descrito es raro ya que en la mayor parte de la Comunidad Valenciana se emplea como antiverrucoso, como veneno y contraveneno, así como antisárnico. Es una planta muy tóxica.

(Mulet, 296), (La Ribera Alta, 202)

***3**

Vinca minor L.

Nombres populares: Pervinca, violeta de los hechiceros, violeta de las serpientes

Parte empleada: Entera o bien sólo las hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Cicatrizante (contra llagas, heridas o los esputos de sangre)

2. Infusión. Gargarismos. Inflamación de la garganta.

3. Cataplasma. Antiinflamatoria de las glándulas mamarias.

Esta planta, que está presente en casi toda Europa, en el Cáucaso y en Asia menor, contiene alcaloides indólicos como la vincamina, vincina y vincristina, así como taninos, flavonoides, triterpenos, pectina, fitosterol, ácidos fenólicos, etc. Es, por tanto, muy tóxica. Se emplea en trastornos del riego sanguíneo, en hemorragias y en erupciones cutáneas húmedas. Está contraindicado su uso durante el embarazo y lactancia así como en situaciones de hipotensión arterial e hipertensión intracraneana. (Peris et al, 497)

AQUIFOLIACEAE

***4**

Ilex aquifolium L.

Nombres populares: Acebo

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Frotar la columna vertebral. Cura al neurasténico.

También denominada grèvol, muérdago, grevolé. Tiene usos muy variados según la zona. El que nosotros hemos obtenido es bastante raro ya que se suele emplear más como purgante, diurético, laxante vomitivo y febrífugo. Las hojas afiladas frotadas sobre la columna provocarían una rubefacción en la zona.

Su uso farmacéutico es como febrífugo. La medicina homeopática también emplea su tintura para fiebres y cólicos. Las hojas contienen tanino, ilicina, ilixantina, glucosa, goma y ácido cafeotánico, según Mulet Pascual. (Mulet, 225)

***5**

Ilex paraguayensis A. St. Hil.

Nombres populares: Mate

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto o infusión. Oral. Estimulante.

Es una planta originaria de América del Sur. Se usa con mucha frecuencia en los países latinoamericanos, especialmente en Argentina. Con sus hojas se elabora una infusión que tiene propiedades excitantes, de estimulación del aparato digestivo y de intensificar los movimientos respiratorios. A altas concentraciones provoca el vómito. Contiene flavonoides, triterpenos, taninos catéquicos y bases xánticas, entre otras sustancias. (Peris et al, 365)

ARALIACEAE

***6**

Panax ginseng C.A. Meyer

Nombres populares: Ginseng

Parte empleada: Raíz. Se usa ya elaborada y envasada o a través de productos que la contienen en su composición.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Para estimular. Como tonificante. Para dar fuerzas. Para poner el cuerpo a punto.

La raíz del ginseng es conocida y utilizada por la medicina tradicional china desde hace más de 2.000 años, por sus propiedades contra la fatiga y el estrés; también se dice que proporciona vitalidad, longevidad y virilidad. La utilización del ginseng como tónico o revitalizante ha aumentado en los últimos años en todo el mundo incluida nuestra Comunidad. Sus virtudes se anuncian en los medios de comunicación y se vende siempre envasada por casas comerciales y por laboratorios farmacéuticos que la incluyen en alguno de sus preparados. Se considera que los principios activos de las especies de *Panax*, son un grupo de saponinas triterpenoides, llamadas ginsenósidos o panaxósidos, cuya estructura y distribución varía según la especie y variedad. El contenido total de ginsenósidos de la raíz depende de la edad de la planta y de la parte estudiada. Se recomienda como adaptógeno y antiestrés, antioxidante, estimulante general y del sistema nervioso central, hipoglucemiante, hipolipemiante, emenagogo, etc. Algunas veces se emplea el extracto de varias especies de *Eleuterococo* en vez de la raíz de ginseng. Se ha descrito ya el síndrome del abuso de ginseng (asociación de hipertensión arterial, nerviosismo, insomnio, erupción cutánea y diarrea matutina) así como otros efectos secundarios.
(Peris et al, 291)

BETULACEAE

***7**

Betula pendula Roth.

Nombres populares: Abedul

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Baja el colesterol. Diurético.
2. Decocto. Sedante urinario. Depurativo. Para el reuma.

Los usos que hemos recogido del abedul coinciden con los que se le da en otras partes de la Comunidad Valenciana. En farmacia se emplea como diurético, colerético y anticelulítico. La corteza contiene betulina y las hojas flavonoides con propiedades diuréticas y taninos catéticos con propiedades astringentes, además de otros productos. La industria cosmética lo incluye en varios preparados para el cabello.
(Mulet, 86)

BORAGINACEAE

***8**

Borago officinalis L.

Nombres populares: Borraja

Parte empleada: Hojas y flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Vía oral. Hace sudar y facilita la orina.

También llamado borraina, borrarres, etc. El uso coincide con el que le dan en otras partes, es decir, como diurético y sudorífico.

Su uso farmacéutico es como sudorífico y refrescante. Las flores contienen mucílago, flavonoides, alantoína, poliol y sales potásicas.

(Mulet, 87), (Peris et al, 179), (La Ribera Alta, 203), (L'Albufera, 114)

***9**

Lithospermum fruticosum L.

Nombres populares: Asperón, siete sangrías

Parte empleada: No consta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Tomarlo solamente durante tres días, tres veces al día. Hipotensivo. Para bajar el colesterol.

También llamado herba de les set sagnies, herbeta de la sang, brossa de la sang, asprilla y mill bord. Se emplea como febrífuga y antiparasitaria. Sin embargo, en algunas zonas de la Comunidad Valenciana se denomina herba de les set sagnies (herba de setge, botja peluda, herba de pastor, etc.) a la *Dorycnium hirsutum* (L.) Ser. in DC. de la familia de las leguminosas, a la que se la un uso como hipotensor y diurético.

***10**

Pulmonaria officinalis L.

Nombres populares: Pulmonaria

Parte empleada: No consta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión o decocto. Oral. Para el pecho; pectoral. Estomacal.

Planta que crece en Europa. En España se da fundamentalmente en las montañas del Noreste. Su uso medicinal parece que se introdujo en el siglo XVI y hay bastante acuerdo en su empleo popular en los diversos territorios de la Comunidad Valenciana.

Desde el punto de vista farmacéutico se usa como demulcente (contiene mucílago y alantoína), expectorante (contiene saponina), astringente, hemostática y vulneraria.

(Mulet, 361)

CACTACEAE

***11**

Opuntia ficus-indica (L.) Miller

Nombres populares: Palera

Parte empleada: Palas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Savia. Aplicación tópica. Para golpes y moratones.

2. Jugo de las palas con azúcar. El jarabe que resulta sirve para la tosferina.

Se trata de una planta que procede de México y fue introducida en Europa en el siglo XVI. Recibe también los nombres de figueres de pala, figa palera, nopalera, higos chumbos (frutos), etc. En la Comunidad Valenciana, donde

se extiende por terraplenes de forma espontánea, se le dan muchos usos: antiflogística, revulsiva, antiviral, vulneraria, anticatarral y antiespasmódica.

Desde el punto de vista farmacéutico se ha empleado el fruto como astringente; la pala calentada como demulcente en dolores de costado; el jugo del fruto ingerido caliente, para ablandar la tos. Es una planta rica en mucílagos.

(Mulet, 308), (La Ribera alta, 203), (L'Albufera, 114)

CANNABACEAE

*12

Cannabis sativa L.

Nombres populares: Marihuana

Parte empleada: Hoja

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Fumada. Para evadirse.

Al fruto se le llama cañamón. A pesar de ser una planta de uso prohibido, mucha gente sigue empleándola. Contiene aceite esencial, flavonoides, ácidos grasos, compuestos nitrogenados, etc. La resina tiene constituyentes activos que son terpenofenoles específicos; el tetrahidrocannabinol parece ser el responsable de la acción farmacológica. Consumida en cigarrillos se producen varias reacciones: se inhibe el parasimpático en los receptores de acetil-colina; también se logra cierta actividad sobre el metabolismo del GABA. Los efectos no sólo dependen de la dosis sino también del entorno socio-cultural en el cual se consume el producto.

*13

Humulus lupulus L.

Nombres populares: Lúpulo

Parte empleada: Conos, raíces y flor

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Contra la anemia. Tonicificante.
2. Conos secos. En los oídos. Combatir el insomnio.
3. Sin especificar. Aplicación externa. Acné debido al periodo.
4. Decocto. Oral. Contra el ácido úrico y el reuma.

Planta que tiene un uso industrial importante como bacteriostático y como amargo para la fabricación de cerveza. Sin embargo, no es habitual su empleo en la medicina popular valenciana. Su utilización farmacéutica es como sedante e hipnótico suave. Los conos contienen lúpulo, sustancia compleja que contiene varios compuestos cetónicos.

(Peris et al, 352), (La Ribera alta, 204)

CAPRIFOLIACEAE

*14

Sambucus nigra L.

Nombres populares: Sauco

Parte empleada: Corteza, flores, bayas, raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión de flores. Oral. Sudorífico. Para lavar los ojos. Lavado de zonas íntimas para quitar el dolor.
2. Subcorteza. Bayas. Decocto. Compresas tópicas para las quemaduras.
3. Corteza. Infusión. Oral. Catarros.
4. Raíz. Decocto (tres horas). Tópica, en baños. Alivia los ataques de gota.
5. Cruda. En jarabe. Purgante.
6. Zumo. Oral. Alivio de la hidropesía.

También llamada saüc, saüqué, sabuqué, etc. Tiene muchos usos en la medicina popular valenciana. Su uso farmacéutico es como diurético (elimina cloruros). Contiene nitrato potásico, ácidos clorogénico y cafeico, así como flavonoides derivados del quercetol.

(Mulet, 405), (Peris et al, 463), (La Ribera alta, 204), (L'Albufera, 115)

CARYOPHILACEAE

***15**

Herniaria glabra L.

Nombres populares: Arenaria

Parte empleada: Toda la planta, especialmente las hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Diurética. Cistitis. Cólico nefrítico. Contra los cálculos renales.

Llamada también arenilla, arenal, herba cagadera, etc. En casi todas las zonas de la Comunidad Valenciana se emplea como planta diurética, para los espasmos provocados por el cólico renal y como antilitiásica, usos que coinciden con los farmacéuticos. La planta contiene herniarina, saponósidos triterpénicos y flavonoides.

(Mulet, 214), (Peris et al, 317), (La Ribera alta, 204), (L'Albufera, 115)

CHENOPODIACEAE

***16**

Beta vulgaris L.

Nombres populares: Remolacha.

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Hipertensor; subir la tensión

Llamada también bleada, acelga, berza, etc. En la Comunidad Valenciana suele emplearse como antiflogística (las hojas) y es también un ingrediente habitual en el plato denominado "hervido" o "bullit". Contiene sacarosa, un pigmento amarillo (betaxantina) y un pigmento rojo (betanina).

(Mulet, 85), (La Ribera alta, 208)

***17**

Salicornia europea L., *S. ramosissima* J. Woods

Nombres populares: Salicornio.

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Diurético.

La salicornia, salicòrnia o salicorn es una planta común en las marismas y en los saladares del interior. Posee propiedades diuréticas y depurativas. Suele emplearse cruda, en infusión o decocto. Contiene muchas sustancias minerales: sales de potasio, manganeso, calcio, sílice, yodo y boro.

COMPOSITAE

***18**

Achillea millefolium L.

Nombres populares: Hierba meona, milenrama, aquilea, milefolio, alquemila.

Parte empleada: Sumidades aéreas y floridas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Diurética. Estimulante. Para las almorranas. Para la hipertensión porque " abre las arterias".

3. Hojas troceadas. Aplicación tópica sobre heridas: antihemorrágica.

4. Compresas. Tópica. Corta las hemorragias. Cicatrizante poderoso.

6. Decocto. Oral. Para mejorar la circulación.

El uso popular de esta planta es extenso: como astringente, antiinflamatoria, vulneraria, hemostásica, antiflogística, hipoviscosizante sanguíneo, etc.

Farmacéuticamente se le utiliza como estomáquica y antiespasmódica, vasotónica (flavonoides), hemostática (taninos y flavonoides), etc. Contiene varios principios activos además de los mencionados: azuleno, lactonas, alcaloides, taninos, resina, cumarinas, saponinas, esteroides, ácidos (succínico y salicílico), etc.

(Mulet, 43), (Peris et al, 374), (La Ribera alta, 206)

***19**

Anthemis nobile L. también denominada *Chamaemelum nobile* L.

Nombres populares: Manzanilla romana

Parte empleada: Cabezuela

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión o cocción. Digestivo. Estomacal. Antiespasmódica. Transtornos digestivos. Inapetencia.

2. Para elaborar un jarabe saludable.

Llamada también camamilla romana. Contiene aceite esencial en el que se encuentra camazuleno, cumarina y heterósidos flavónicos. Tiene propiedades antiespasmódicas del aparato digestivo, tónicas y estomacales.

(Peris et al, 363)

***20**

Arctium minus Bernh.

Nombres populares: Bardana.

Parte empleada: Raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Depurativa. Para granos y eczema. Antitóxico.
2. Infusión. Oral. Antitóxico. Depurativo (una cucharada de postre). Digestiva (estomacal). Para la artritis y el reuma.

Llamada también lapas, llevaparasses, etc. En la Comunidad Valenciana se emplea como antiflogística, astringente, antiinflamatorio intestinal, antiespasmódica, anticatarral, detoxicante y estimulante del sistema circulatorio periférico.

Su uso farmacéutico es como detoxicante y como antiséptico en afecciones de la piel. Contiene inulina, pectina, azúcar e indicios de esencia.

(Mulet, 70)

***21**

Arnica montana L.

Nombres populares: Arnica, guarnica

Parte empleada: Flores, hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cocida. Se lavan las quemaduras con el líquido.
2. Aplicada en compresas. Hematomas.
3. Macerada y aplicada. Golpes y moraduras.
4. En tintura. Golpes y moraduras.
5. Infusión. Oral. Estimulante. Febrífuga. Para abrillantar el pelo.
6. Macerada en alcohol. Tópica. Contusiones, chichones, golpes y moratones.

Esta planta se distribuye habitualmente por las regiones septentrionales y centrales del hemisferio Norte. No se da en nuestro entorno ya que es difícil hallarla fuera de su territorio. Por tanto, se adquiere en comercios o farmacias, especialmente en forma de tintura. Contiene compuestos poliacetilénicos en su aceite esencial. Además se han encontrado arcinina, flavonas, fulina, inulina, etc. Es irritante para el tubo digestivo y para los riñones por lo que no debe usarse por vía interna; sí se emplea, en cambio, a dosis homeopáticas. Sí se usa para gargarismos y por vía tópica para los moratones, golpes, contusiones, etc. Algunas veces se emplea la *Arnica angustifolia* Vahl que es muy parecida, y en la Comunidad Valenciana hay gente que llama arnica a la *Inula montana* L.

(Peris, 158), (L'Albufera, 115)

***22**

Artemisa absinthium L.

Nombres populares: Ajenjo, Asensio

Parte empleada: Hojas o bien toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Diabetes. Ulceras de estómago. Para el hígado. Digestivo.
3. Cataplasma elaborada con la hierba picada. Dislocación de pie.

Denominada también donzell, fonoll, punsell, julivert bord, sensio, etc. La medicina popular valenciana le concede propiedades hipotensoras, hipoglucemiantes, colagogas, coleréticas, andidispépsicas, antiespasmódicas y abortivas.

Desde el punto de vista farmacéutico se emplea como eupéptico y amargo tónico así como colerético. El aceite esencial está dotado de una acción psicoexcitante, convulsivante y narcótica.
(Mulet, 73), (Peris et al, 121), (La Ribera alta, 206)

***23**

Artemisia vulgaris L.

Nombres populares: Artemisa.

Parte empleada: Raíz y hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocción (una tacita al día para que baje la regla, asociada, o no, a la Falzia).

Esta planta es colerética y vermífuga. Contiene un aceite esencial rico en cineol. La infusión se emplea para regular los ciclos menstruales, es aperitiva y activa la digestión.

***24**

Centaurea aspera L. subsp. *aspera*

Nombres populares: Brasera

Parte empleada: Parte aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Diabetes.

Planta que también recibe el nombre de bracara, pañaladro, cañaladrera, etc. El empleo más generalizado en la medicina popular valenciana es el de hipoglucemiante; a veces como antihemorroidal y antirreumática.

Su uso farmacéutico es también como hipoglucemiante suave. Contiene derivados de B-sitosterol, heterósidos cianogenéticos y lactonas terpénicas.

(Mulet, 102)

***25**

Centaurea calcitrapa L.

Nombres populares: Cardo estrellado

Parte empleada: Flores, raíz.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Se recoge en la noche de San Juan antes del alba. Previene "torzones"(retortijones) y otros trastornos digestivos, acompañados de dolor.

2. Infusión. Oral. Diurético. Febrífugo.

Denominado también card estrellat, obriüll, punxera, etc. Se le da sobre todo un uso diurético, astringente y antiséptico oftálmico.

En el pasado la farmacia lo utilizó como antipirético. Contiene un principio amargo, esteroides, flavonas y triterpenos.

(Mulet, 105)

***26**

Cichorium intybus L.

Nombres populares: Achicoria

Parte empleada: Raíz.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión o coccción. Laxante.

Planta que también recibe los nombres de camarroja, fuell, xacòina. En la folkmedicina valenciana se le da valor como aperitiva, tónica de las vías biliares, hipoglucemiante, estomacal, vulneraria, antiséptica, antiflogística y digestiva.

En farmacia se emplea como sustituto del café y por sus propiedades estomacales, diuréticas, laxantes y como colágeno ligero.

La raíz contiene ácido chicorésico, una cumarina e inulina. Toda la planta contiene lactonas sesquiterpénicas.

(Mulet, 117), (Peris et al, 113), (L'Albufera, 116)

***27**

Cnicus benedictus L.

Nombres populares: Cardo de Santo, cardo bendito, centaurea bendita, card sant.

Parte empleada: Toda

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Tres veces al día. Jaqueca.

2. Infusión. Oral. Una taza después de la comida. Inapetencia.

Esta planta contiene un principio amargo (cnicina, lactona sesquiterpénica), tanino, mucílago y una pequeña proporción de aceite esencial. En España se utiliza por vía interna como emético, expectorante, diurético y diaforético. Por vía externa se aplica sobre los sabañones para combatirlos.

***28**

Cynara scolymus L.

Nombres populares: Alcachofera.

Parte empleada: Fruto, hoja, peciolo (verde)

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Hepática.

2. Alcachofa herbida. Hepática. Condimento. Inflamación en el hígado.

4. Decocto (junto con cardo). Diabetes (baja el azúcar).

Conocida también con los nombres de carxofera, carxofa, cardet, etc. En la medicina popular valenciana se emplea como hipoglucemiante, astringente, antiflogística, colágena y hepatoprotectora.

En farmacia se utiliza como colágena, protectora hepática y como hipocolesteremiante. Contiene cinarina, ácido clorogénico y lactonas sesquiterpénicas.

(Mulet, 144), (Peris et al, 127)

***29**

Jasonia glutinosa (L.) DC.

Nombres populares: Té de monte, té de Teruel, árnica

Parte empleada: Ramas, hojas, flor, todo menos la raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Dolor de estómago. Digestiva. Estomáquica. Antidiarreica.
2. Decocto. Oral. Digestiva. Calmante para el estómago. Para los nervios. Desengrasa.

También se la conoce con los nombres de té de roca, té, té de monte, té bord, etc. Se emplea como antiespasmódico, antiinflamatorio, estomáquico, anticatarral, hemostático, vulnerario, detoxicante, digestivo, e incluso, como panacea universal. Contiene peptonas sesquiterpénicas.

(Mulet, 227), (L'Albufera, 117)

***30**

Lactuca sativa L.

Nombres populares: Lechuga

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda. Aliñada con vinagre o con limón. Cólico hepático.

Se la conoce también como ansiam, ansisam, lletuga, etc. Se consume en abundancia en la Comunidad Valenciana. Como medicamento se utiliza por las propiedades sedantes y para las irritaciones e inflamaciones oculares. Ya no se utiliza en farmacia. El siglo pasado se empleó como hipnótico suave y béquico. Contiene ácidos orgánicos como el málico, cítrico, oxálico, clorogénico, así como resinas y manitol.

(Mulet, 242), (L'Albufera, 117)

***31**

Matricaria chamomilla L. o *Chamomilla recutita* (L.) Rauschert

Nombres populares: Manzanilla, camomila, camomilla

Parte empleada: Toda la planta, especialmente flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto o infusión. Oral. Dolor de barriga. Para una buena digestión. Para la "barriga sucia de los niños". Para el hígado. Elimina las toxinas. Para los espasmos de vientre. Para las afonías (añadiendo azúcar). Para los nervios. Relajante. Balsámica. Diurética. Tónica. Febrífuga.
2. Decocto o infusión. Aplicación local. Antiinflamatorio oftalmológico. Para secar heridas. Desenreda el cabello cuando se lava. Compresa para los ojos enfermos (conjuntivitis). Para hacer lavados bucales. Para encías irritadas. Tónico facial. Baños de piernas. Varices. Golpes. Picaduras.
3. Las flores. Para espantar la mosca blanca.
4. Infusión en agua de un arroyo. Oral. Dolor de estómago.
5. Fumada. Ligeramente laxante.
6. Vahos. Dermatología. Para la piel, cuando hay eczemas, picores o granos.

Esta planta es una de las más conocidas en la medicina popular valenciana. Los usos que hemos recogido coinciden prácticamente con los descritos en otras zonas del territorio valenciano. Desde el punto de vista farmacéutico es carminativa, espasmolítica, sedante, antiinflamatoria, antiséptica y

anticatarral. Contiene aceite esencial, camazuleno, farneseno, alfa-bisabolol A y alfa-bisabolol B, así como alfa-bisabolona oxido. Además de esto también tiene contiene flavonoides, cumarinas, proazulenos, aminoácidos y colina. (Mulet, 113), (Peris et al, 361), (La Ribera alta, 207), (L'Albufera, 116)

***32**

Santolina chamaecyparissus L. subsp. *squarrosa* (DC.) Nyman

Nombres populares: Manzanilla amarga

Parte empleada: Flor

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto (10 minutos). Oral. Cálculos de vesícula, dolor e inflamación de este órgano. Antiinflamatorio oftálmico.
2. Infusión. Oral. Digestiva. Lavado de ojos y lavado vaginal.
3. Infusión con bicarbonato y limón. Oral. Emética. Oftálmica. Vaginal. Hepática. Antiinflamatoria.

Llamada de formas diversas en nuestro territorio: camamirla, mançanilla basta o borda, botja conillera, botja, etc. Su uso popular es como hipoglucemiante, astringente, digestiva, hepatoprotectora, antiespasmódica, antiinflamatoria, vermífuga, estimulante de la circulación, etc.

Desde el punto de vista farmacéutico se emplea por vía externa como vulneraria y antiséptica. Por vía interna, como antihelmíntico, estomáquica y emenagoga. Contiene aceite esencial, camazuleno y herniarina.

(Mulet, 409), (Peris et al, 107), (L'Albufera, 117)

***33**

Solidago virgaurea L.

Nombres populares: Vara de oro.

Parte empleada: Flor.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión o decocto. Oral. Planta renal y de las vías urinarias.

Es una planta que se usa por sus propiedades diuréticas, expectorantes y antidiarréicas, por vía interna. Por la externa, por su poder cicatrizante y antiséptico. Contiene saponinas, flavonoides, tanino, un principio amargo y aceite esencial.

(Peris et al, 491)

***34**

Sonchus asper (L.) Hill

Nombres populares: Llicsó.

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Vitamínico. También contiene hierro.

También se la llama llicsó bord, llicsó de burro, lletsó, etc. En muchos lugares sólo se emplea como ingrediente de ensaladas. No se conoce su composición ni tiene uso farmacéutico.

(Mulet, 434), (L'Albufera, 118)

***35**

Taraxacum officinale Weber in Wiggers.

Nombres populares: Diente de león. Taraxacon

Parte empleada: Hoja y raíces. Hojas y tallo tiernos

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Vitamínico. Diurético. Inflamación y desarreglos de estómago. Para los cálculos biliares y para el hígado. Rica en “potasa”.
2. Infusión. Oral. Vitamínico.
3. Crudo. Oral. Vitamínico.

Se le denomina también lletsó, herba amarga, etc. En la folkmedicina valenciana se le emplea como aperitiva, detoxicante hepático o hepatoprotector.

Desde el punto de vista farmacéutico como diurético, laxante, colagogo y antirreumático. Contiene flavonoides, y vitamina C. La raíz tiene azúcares, tanino, ácidos grasos, taraxacina, taraxsterol, etc.

(Mulet, 442), (Peris et al, 250), (L'Albufera, 118)

CONVOLVULACEAE

***36**

Convolvulus arvensis L.

Nombres populares: Escorihuela

Parte empleada: Parte aérea. Raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cataplasma. Tópico. Antiinflamatoria.

Denominada también corretjola, esquerrigüela, corrihuela, etc. En el territorio valenciano se emplea como astringente, antiinflamatoria, antiséptica, anticatarral, vulneraria, hemostática, revulsiva y detoxicante.

No tiene uso farmacéutico. La raíz contiene resina, almidón y azúcares. La parte aérea, taninos, glucósidos y resina.

(Mulet, 127), (L'Albufera, 118)

***37**

Ipomoea batatas

Nombres populares: Boniato.

Parte empleada: Tubérculo

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Guisado, asado, frito. Oral. Digestivo.

Planta que procede de Latinoamérica. La carne interior del tubérculo comestible puede ser blanca o amarilla (especialmente rica en vitamina A) y contiene mucho almidón, una pequeña cantidad de proteínas y azúcar. Se suele comer asado, frito o hervido. Las hojas de la planta sirven de comida para el ganado aunque en épocas de hambre se han comido guisadas.

CRASSULACEAE

***38**

Sedum Album L.

Nombres populares: Raimet de pastor

Parte empleada: Todo

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Ulceras de estómago.

Llamado también crespinell, arroz de serp, raïm de sapo, etc. Se emplea en la medicina popular valenciana como antiinflamatoria, hemostática, antiséptica, vulneraria, aperitiva y antitusígena. Tiene un uso farmacéutico como detergente y refrescante. Contiene mucílagos, ácidos orgánicos y taninos.

Posiblemente también *Sedum sediforme* (Jacq.) Pau, con los mismos nombres y usos.

(Mulet, 418), (L'Albufera, 119)

***39**

Sempervivum tectorum L.

Nombres populares: Siempre viva, hierba puntera

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Se machacan hasta conseguir una pasta compacta. Se aplica la pasta sobre zona callosa y se coloca encima una gasa (por la noche). Para los callos.

Esta planta tiene un uso popular para los callos, hemorroides, quemaduras aplicada externamente. El jugo se emplea también para las afecciones de los ojos, en las ulceraciones y también en las erupciones. Es una planta rica en taninos, en ácido málico y en sustancias mucilaginosas.

CRUCIFERAE

***40**

Brassica oleracea L.

Nombres populares: Berza

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Picada y aplicada. Para la artrosis.

Denominada también col, berza, etc. En general se emplea para afecciones reumatológicas, pero también para los problemas de estómago. Su uso farmacéutico coincide con el popular. Se emplea para los problemas reumatológicos y en la gastritis por ser una planta con principios epitelizantes, cicatrizantes y restauradores de la mucosa. Contiene un pigmento rojo llamado rubrobrassicina.

(Mulet, 92)

***41**

Cochlearia officinalis L.

Nombres populares: Coclearia

Parte empleada: Hojas frescas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión o en zumo. Oral. Contra el escorbuto. Estimulante. Despierta el apetito.

Es una planta antiescorbútica, diurética y estomacal. Contiene un glucósido (glucococlearina), compuestos amargos, sustancias minerales, taninos y vitamina C. Desde el punto de vista farmacéutico entraba antes en la composición de aguas dentífricas.

***42**

Nasturtium officinale R. Br. in Aiton

Nombres populares: Berro

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Tuberculosis (antiguamente).

2. Crudo. En las ensaladas.

Llamada también grénxol, creixens, etc. El uso popular por nosotros recogido se asemeja al farmacéutico ya que se recomienda en la tuberculosis o bronquitis crónicas con el fin de modificar la secreción bronquial. También se usa como estomacal y en algunas afecciones de tipo dermatológico.

Desde el punto de vista farmacéutico se ha recomendado, además, como antiescorbútico (contiene vitaminas A, C, B₁, B₂, ácido nicotínico y vitamina E) y como diurético. En su composición se ha encontrado isosulfocianato de feniletilo, que por hidrólisis enzimática da lugar al glucósido gluconasturciina.

(Mulet, 295)

***43**

Raphanus sativus L.

Nombres populares: Rábano

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Jarabe (todo). Oral. Constipado.

2. Decocto. Oral. Para problemas de estómago.

4. Raíz fresca. Oral. Diurético: aumenta secreción de orina. Digestiva: Combate malas digestiones. Combate también la anemia y la tuberculosis.

También recibe el nombres de rave. Su uso popular es como antirreumático, anticatarral y expectorante. No tiene utilización farmacéutica. Las semillas contienen glucorapenina o glucorrafenina, que tiene propiedades antimicrobianas.

(Mulet, 369), (Peris et al, 428)

CUCURBITACEAE

***44**

Ecballium elaterium L.

Nombres populares: Pepino

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Crudo en rodajas. Aplicación tópica. Quemaduras, para ojos cansados y ojerosos. Para la limpieza de la cara.

En la medicina popular valenciana el pepino, cogombro, cohombro, etc., se emplea como purgante, vermífugo y hepatoprotector por vía interna, y por la externa, como antiespasmódico, como antiinflamatorio y para favorecer el destete de los niños. En farmacia se empleaba en el pasado como purgante drástico. Contiene alfa y beta-elaterina, cucurbitacina D e I, fitosterina, etc. (Mulet, 164)

CUPRESSACEAE

***45**

Cupressus sempervirens L.

Nombres populares: Ciprés

Parte empleada: Gálbulas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Llevarlos en el bolsillo. Secar hemorroides.
2. Sin especificar. Problemas menopáusicos.

En la folkmedicina valenciana se usa como astringente, antiodontálgica, antirreumática, antiflogística y anticatarral. Su uso farmacéutico es como vasoconstrictor (varices, hemorroides, disturbios menopáusicos, etc), tónico vesical, astringente intestinal, y estomacal. La esencia inhalada se utiliza para el tratamiento de la pertussis. El fruto contiene aceite esencial y tanino. (Mulet, 140), (Peris et al, 219), (L'Albufera, 120)

***46**

Juniperus communis L.

Nombres populares: Enebro

Parte empleada: Hojas frescas y gálbulas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Enjuagues. Dolor de muelas.
2. Infusión. Oral. Para la circulación.
2. Crudo. Antiséptico.
3. Decocto. Oral. Para la circulación. Para la orina. Para hacer ginebra.

OBSERVACIONES: El enebro junto con el fresno, el hinojo y el abedul; decocto 5 minutos, una taza antes de las comidas para la orina.

También llamado ginebre, inebro, enebro común, etc. En la folkmedicina valenciana se emplea como antiodontálgico y antiverrucoso. En farmacia se emplea como diurético, laxante, antiséptico, carminativo, estomacal y antirreumático. Contiene aceite esencial rico en pinenos, canfeno, juneno, cardineno y principios amargos. (Mulet, 235), (Peris et al, 259)

CYPERACEAE

***47**

Cyperus esculentus L.

Nombres populares: Chufa

Parte empleada: Raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Comida o en forma de horchata. Oral. Disminuye las molestias intestinales.

Esta es una planta que no necesita presentación para los valencianos. Los pequeños tubérculos, ricos en sustancias azucaradas y en aceites, se usan para fabricar horchata.

EQUISETACEAE

***48**

Equisetum arvense L.

Nombres populares: Cola de caballo

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Mineralizante. Digestivo. Diurético.

Nombres populares: cola de caballo, cua de cavall, rabo de cavall, piparrera, etc. Se usa popularmente como estimulante circulatorio, antiséptico, oftálmico, astringente, antiespasmódico, antilitiásico, hemostático, antiinflamatorio, antirreumaético, antiemético, digestivo, anticatarral, antihemorroidal, etc. En farmacia se emplea como planta diurética y astringente. Contiene saponina, flavonoides y sales silícicas orgánicas. (Mulet, 167), (La Ribera Alta, 209), (L'Albufera, 120)

ERICACEAE

***49**

Arbustus unedo L.

Nombres populares: Madroño

Parte empleada: Corteza. Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Oral. Disminuye colesterol.

2. Sin especificar. Dolor de muelas. Antiséptico.

Se le conoce además con los nombres de alborcer, arboç, alborzo, arborsos, etc. Desde el punto de vista popular se emplea como detoxicante, diurético, antiséptico y astringente. Desde el farmacéutico, como antiséptico de las vías urinarias. Esta acción se debe, según Mulet Pascual, a que el arbutósido, bajo la acción de las bacterias intestinales se desdobra y se libera hidroquinona. El *Arctostaphylos uva-ursi* se usa con el mismo fin pero con una actividad más acentuada. El madroño contiene glucósidos, taninos gálicos y flavonoides. También contiene un pigmento que es el responsable de la coloración roja del fruto.

(Mulet, 69)

***50**

Arctostaphylos uva-ursi (L.) Sprengel

Nombres populares: Gayuba

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Para el riñón. Para las infecciones de la vía urinaria. Disminuye el colesterol.

También recibe los nombres de bayubera, gallufa, etc. Se usa como antiséptica urinaria, diurética y astringente. Desde el punto de vista farmacéutico se utiliza como planta diurética, antiséptica, urinaria y astringente. Contiene heterósidos hidroquinónicos, flavonoides derivados del quercetol, triterpenos pentacíclicos, ácidos fenólicos, alantoína, glucósido-iridoides, etc.

(Mulet, 71), (Peris et al, 283)

EUPHORBIACEAE

***51**

Euphorbia amygdaloides L.

Nombres populares: Euforbio

Parte empleada: Tallo y frutos

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Incisión en tallo para obtener la leche. Tópico. Hace desaparecer verrugas.

2. Frutos. Oral. Purgante.

OBSERVACIONES: El fruto en grandes cantidades causa vómitos.

También llamada tártago del bosque, lechetrezna de bosque, titimalo macho, etc. Desde el punto de vista popular es una planta poco utilizada. Su hábitat son los bosques, matorrales, setos y lugares húmedos de las regiones de las hayas y robles. Los látex de las especies de *Euphorbia* tienen propiedades bioquímicas muy variables según las propiedades de sus proteínas y carbohidratos, según el tipo y cantidad de enzimas presentes y según la actividad de sus hemaglutininas.

***52**

Ricinus communis L.

Nombres populares: Ricino

Parte empleada: Semillas, de las que se obtiene el aceite

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Aceite. Oral. Emético. Purgante.

También recibe los nombres de higuera infernal, figuera borda, etc. Se usa como purgante. En farmacia se emplea como planta catártica. Las semillas contienen ricina (una sustancia hemolítica) y ricinina. El aceite se compone de ácido ricinoleico, oleico, linoleico, esteárico, dihidroesteárico, enzimas y vitamina E.

(Mulet, 373), (peris et al, 437)

FAGACEAE

***53**

Quercus rotundifolia L.

Nombres populares: Carrasca

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Acidez de estómago.

También llamada carrasquizo, carrasquer, encina, carrasquer, etc. Se usa como astringente, vulnerario, antigangrenoso, tónico cardíaco, antirreumático, antiinflamatorio, antihemorroidal, antiséptico y demulcente. Desde el punto de vista farmacéutico sólo se emplea como astringente. Contiene taninos.

(Mulet, 367)

FUCACEAE

***54**

Fucus vesiculosus L.

Nombres populares: Ficus, fucus

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. En forma de concentrado (producto a la venta). Oral. Estimulante de las funciones intestinales.

Esta planta, que entra en la composición de diversas mezclas que están a la venta, contiene yodo, sales minerales y oligoelementos, polialcoholes, ficocoloides, ácido acrílico, carotenoides, lípidos, fenoles, etc. Se emplea como laxante mecánico y emulsionante, estimulante tiroideo y antilipemiente.

(Peris et al, 277), (La Ribera, 210)

GENTIANACEAE

***55**

Centarium linariifolium (Lam.) G. Beck

Nombres populares: Centaura

Parte empleada: Todo.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Abre apetito. Diabetes.

2. Infusión. Media hora después de las comidas, activa la secreción gástrica. Diabetes.

También denominado pericó, herba del Pilar, santaula, herba felera, clavells de pastor, saura, etc. Tiene muchos usos populares en la Comunidad Valenciana; como digestiva, hepatoprotectora, antiséptica, vulneraria, astringente, hipoglucemiante, estimulante del apetito, anticatarral, febrífuga e hipotensora.

En farmacia se emplea como amargo de acción eupéptica debido a un mecanismo de acción refleja, según Mulet Pascual. También se utiliza como planta depurativa, en dispepsias por atonía gastrointestinal, en estados anémicos y convalecientes y en la anorexia. Contiene principios amargos.

(Mulet, 106), (La Ribera Alta, 210)

***56**

Gentiana lutea L.

Nombres populares: Genciana

Parte empleada: Raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Diabetes. Tónico cardíaco. Molestias gástricas. Tonificante: falta de apetito, combatir anemia.

La genciana es una planta que contiene varios principios activos, especialmente en la raíz. Entre estos pueden destacarse los glucósidos amargos como la genciopirina, genciamarina y amarogenciana. Como todos los amargos posee propiedades tónicas sobre el aparato digestivo. Es colerético y colágeno, y un estomacal para casos de anorexia y dispepsia. (Peris et al, 285)

GLOBULARIACEAE

***57**

Globularia alypum L.

Nombres populares: Coronilla de fraile.

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Previene la litiasis biliar.

Se la conoce también con los nombres de foixarda, cebollà, cebullà, puxarda, coronilla de rey, cardenilla, etc. Es empleada como purgante, detoxicante, laxante, hipotensora, antiinflamatorio oftálmico, antiedematosa, etc. En farmacia se emplea como laxante a dosis bajas y está contraindicada en insuficiencias cardíacas y renales. Es antiedematosa porque contiene globularina. Su extracto acuoso se considera como antitumoral y cicatrizante. Contiene una resina, la globularetina, que es un purgante drástico. Además, flavonoides, mucílago y ácido cinnammico. (Mulet, 200), (La Ribera Alta, 210), (L'Albufera, 121)

GRAMINEAE

***58**

Arundo donax L.

Nombres populares: Caña, canya

Parte empleada: Nido (parte de dentro de la caña)

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Tópica. Cubrir heridas.

Es una planta que en la medicina popular valenciana se emplea como antinefrítica, diurética, detoxicante, hemostática, antinefrítica y contra la pertussis. No tiene uso farmacéutico. Contiene aceite esencial y sacarosa. (Mulet, 79), (La Ribera Alta, 211), (L'Albufera, 121)

***59**

Avena sativa L.

Nombres populares: Avena

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Hipotiroideo

El uso popular de esta planta en la Comunidad valenciana es como emoliente. El empleo farmacéutico es como antidepresiva, timoléptica y como tónico cardíaco. Contiene lípidos, tocoferol, almidón, saponinas y esteroides.

(Mulet, 84), (Peris et al, 162)

*60

Cynodon dactylon (L).Pers.

Nombres populares: Grama, gram

Parte empleada: Toda, especialmente la raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1 Infusión. Oral (una cucharada en el postre). Depurativa. Diuresis. Afecciones urinarias.

2. Decocto (raíz) . Via oral. En ayunas de 15 a 20 días, tres veces al día. Infección urinaria.

3. Decocto. Oral. Cansancio (Beber este agua en lugar del agua normal). Elimina las toxinas nocivas para el organismo.

En la folkmedicina valenciana se utiliza como hipotensora, diurética, antiespasmódica, detoxicante, pectoral, antialérgica, hepatoprotectora, antilitiásica, galactífuga, antiinflamatoria, antirreumática, etc.

En farmacia se emplea como diurética con acción hipotensora, y también como antiinflamatoria. El rizoma contiene fructosana -triticina-, frutósido e inositol, ácido málico, etc.

(Mulet, 145), (Peris et al, 299), (La Ribera Alta, 211), (L'Albufera, 121)

*61

Hordeum vulgare L.

Nombres populares: Cebada. Malta

Parte empleada: Toda

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. "Agua de cebada". Cuando se tiene fiebre. Cuando no se puede orinar. Colitis. En la convalecencia. Cuando se tiene angustia.

3. Cataplasma. Tópica. Dolor de cabeza fuerte en fiebres altas.

4. Granos de cebada tostada. Infusión. Via oral. Sustituto del café.

5. Sin especificar. Problemas sanguíneos (regenera la sangre).

OBSERVACIONES: Tisana de los cuatro granos: cebada, maíz, trigo y avena.

Cataplasma: mezcla de harina de cebada con vinagre.

Se llama también ordi, civà, etc. Popularmente se emplea como diurética y detoxicante. En farmacia como demulcente, diurética y como sucedáneo del café. Contiene hordenina (alcaloide que se emplea como antidiarreico con propiedades simpaticomiméticas, hipertensoras y tónicas ligeras.

(Mulet, 216), (La Ribera alta, 212), (L'Albufera, 122)

*62

Oryza sativa L.

Nombres populares: arroz, arroç

Parte empleada: semilla o grano

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cocido y aplicado en forma de cataplasma o emplasto. Para el dolor, sobre todo en el pecho
2. Decocto. Oral (agua de arroz). Para los constipados. Para las diarreas. Como alimento.

Producto muy apreciado en la Comunidad Valenciana, sobre todo en la capital. Se usa como demulcente, sudorífico, astringente, resolutivo y antiinflamatorio. En farmacia el polvo de arroz se usa como demulcente y en dietética como antidiarreico. Contiene almidón, albuminoides, azúcar, celulosa y sustancias proteicas.

(Mulet, 313), (La Ribera Alta, 212), (L'Albufera, 122)

***63**

Secale cereale L.

Nombres populares: Centeno

Parte empleada: Grano y cáscara

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Estreñimiento. Por su contenido en calcio evita fracturas óseas y aumenta la contracción muscular.
2. Cataplasma tópica. Contusiones.
3. Cornezuelo del centeno (cuernecillos negruzcos de un olor especial). Son tóxicos. Trastornos circulatorios.

***64**

Triticum aestivum L.

Nombres populares: Salvado de trigo

Parte empleada: Germen, semillas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Tópico. Descamación de la piel (se hierva el salvado y se aplica sobre la piel en paños empapados para problemas de descamación de la piel)
2. Mezclado con la leche en el desayuno. Oral. Vitamínico. "Mantiene joven". Estreñimiento.
3. "Perlas de aceite de germen de trigo", que ya se venden así. Vitaminas para la mujer. Regula las menstruaciones.

Denominado también blat, trigo, segó (salvado de trigo), harina (harina de trigo). En la folkmedicina valenciana se usa como antiflogístico, anticatarral, demulcente, vulnerario, antiséptico, antitumoral, estimulante de la circulación, antirreumático, como contraveneno, etc. En farmacia se emplea como aglutinante para preparar píldoras y tabletas. El aceite de germen de trigo se usa en trastornos cardíacos y circulatorios, en situaciones de debilidad y agotamiento. Contiene fibra vegetal, gluten, celulosa y almidón.
(Mulet, 459), (La Ribera alta, 213)

GROSSULARIACEAE

***65**

Ribes uva-crispa L.

Nombres populares: Groseuero

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Para la circulación.

Llamado también groseuero, grosellero silvestre. Apenas tenemos noticia de los usos medicinales de esta planta.

GUTTIFERAE

***66**

Hypericum ericoides L.

Nombres populares: Pinillo de oro

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Previene la litiasis renal y vesicular.

Llamado también pinillo de oro, corazón de peña, corazón de piedra, etc. Se usa fundamentalmente como planta antilitiásica biliar, como vulneraria, antiséptica, detoxicante y antianoréxica. No tiene uso farmacéutico. Contiene, entre otras sustancias, hipericina y flavonoides. (Mulet, 223), (L'Albufera, 123)

***67**

Hypericum perforatum L.

Nombres populares: Hipericón. Caja del diablo. Pericó el roig

Parte empleada: Flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Tópica sobre heridas. Heridas infectadas. Cicatrizante de heridas y llagas. Golpes.

2. Infusión. Oral. Destruye lombrices intestinales.

Denominado también herba de Sant Joan, pericó, pericó groc, te borde, hierba de la sangre, etc En la folkmedicina valenciana se emplea como antiinflamatorio, antiséptico, antiespasmódico, vulnerario, detoxicante, antihemorroidal, hipotensor, ansiolítico, etc. En farmacia se utiliza como hipotensor y diurético por vía interna y como vulnerario y antiinfeccioso por la externa. Tiene acción vitamínica P. Contiene aceite esencial (terpenos y sesquiterpenos), tanino, flavonoides, derivados antraquinónicos y antranólicos así como hiperacina.

(Mulet, 224), (Peris et al, 325), (La Ribera Alta, 214), (L'Albufera, 123)

HIPPOCASTANACEAE

***68**

Aesculus hippocastanum L.

Nombres populares: Aescina(producto envasado), castanyer bord

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Trituradas. Oral. Antiedematoso.

Esta planta se usa en la Comunidad Valenciana como antihemorroidal y antirreumática. En farmacia se emplea en uso externo como vasotónico. Contiene catequina, flavonoides y saponinas triterpénicas. La corteza contiene heterósidos cumarínicos y taninos.
(Mulet, 46)

LABIATAE

***69**

Glechoma hederaceae L.

Nombres populares: Hiedra terrestre, hiedra de San Juan

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Antigripal y anticatarral.

OBSERVACIONES: Se recoge en Abril y se seca a la sombra.

Se la conoce también con el nombre de heura. La folkmedicina valenciana la emplea como expectotrante, diurética, antilitiásica y antiinflamatoria vascular. Su uso farmacéutico es como expectorante, anticatarral, astringente, vulneraria, diurética y estomacal. Contiene glechomina, colina, taninos y aceite esencial.

(Mulet, 200)

***70**

Lavandula stoechas L.

Nombres populares: Cantueso

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Para la circulación de la sangre.

También llamada lavanda romana, cantihueso, té de moro, tomanís, bofarull, campdasa, etc. Se usa como antirreumática, detoxicante, antihemorroidal, digestiva, antiespasmódica, estimulante de la circulación periférica, etc. En farmacia se usó en otros tiempos como hemostática, vulneraria y antiséptica. Contiene aceite esencial, cetonas, mirtenol, eucaliptol, borneol, terpinol, acetato de piriocaril, tanino y resina.

(Mulet, 251), (La Ribera Alta, 216)

***71**

Marrubium vulgare L.

Nombres populares: Manrubio

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión o cocción. Oral. Para la tos. Para limpiar la sangre. Para la circulación.

Se la conoce también como manrubio blanc, manrubio infernal, marubio, etc. En la folkmedicina valenciana se emplea como planta febrífuga y antiespasmódica, hepatoprotectora, tónica, colerética, antiflogística,

expectorante, como contraveneno, detoxicante, hipoglucemiante, diurética, etc.

En farmacia se emplea como colagoga, hepatoprotectora, cardio-reguladora, amargo-tónica y eupéptica. Según Mulet contiene marrubina, que es un principio amargo lactónico. Tiene además taninos, pectinas, aceite esencial, resinas y ácido ursólico.

(Mulet, 275), (Peris et al, 364), (La Ribera alta, 216), (L'Albufera, 124)

***72**

Mentha x piperita L. y especies afines.

Nombres populares: Menta

Parte empleada: Parte aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Digestivo. Contra los vómitos. Flatos. Relajante. Refrescante. Depurativa. Dolores de cabeza.

En enjuagues para aliviar molestias de boca, la garganta.

2. Batida con aceite de oliva (a partes iguales). Tópico. Para las quemaduras.

3. Decocto. Vahos. Para los resfriados, descongestionante.

4. Fumada. Descongestionante de vías respiratorias. Ligeramente estimulante.

Llamada también menta, hierbabuena, herba sana, terongina, etc. Sus usos populares son: antiinflamatoria, digestiva, vermífuga y afrodisíaca.

En farmacia se emplea como carminativa, espasmolítica, diaforética, antiséptica y antipruriginosa. Contiene aceite esencial (mentol libre, limoneno, mentofurano, cineol, piperitona, cariofileno, bisaboleno, isomentona, isomentol, alfa y beta-pineno), flavonoides, betaína, carotenoides, colina, ácido rosmarínico y tanino.

(Mulet, 284), (Peris et al, 370), (La Ribera Alta, 217), (L'Albufera, 125)

***73**

Mentha pulegium L.

Nombres populares: Menta poleo

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión o decocto. Buena para la piel.

Conocida también como herba de menta, menta legítima, broseta de riu, polioli menta, etc. Los usos populares de esta planta en la Comunidad Valenciana son: estomacal, carminativa, refrescante, digestiva, antiespasmódica y emenagoga.

En farmacia se usa como carminativa, espasmolítica, diaforética, emenagoga, refrigerante y antiséptica. Contiene aceite esencial con monoterpenos, alcoholes terpénicos y no terpénicos, monoterpenonas, así como flavonoides, tanino, resina, etc.

(Mulet, 285), (Peris et al, 422), (La Ribera Alta, 217)

***74**

Ocimum basilicum L.

Nombres populares: Albahaca. Alfábega

Parte empleada: Ramas y hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Calmante, tranquilizante y antiálgico renal. Balsámico.
2. Condimento para el guiso de caracoles.
3. Decocto. Tranquilizante. Acidez de estómago.

Se le llama también a esta planta albahaca, hierba señora, etc. Se emplea como digestiva, sedante nerviosa, hipotensora, carminativa y estimulante de la memoria.

En farmacia se usa como vulneraria, antiespasmódica y estomacal. Contiene aceite esencial (linalol, acetato de linalilo, estragol, eugenol, cineol, borneol, geraniol, terpineol, alcánfor, etc.).

(Mulet, 299), (L'Albufera, 126)

***75**

Origanum majorana L.

Nombres populares: Mejorana

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto (10-15 minutos). Bebida. Para dolores del cuerpo y sobre todo del apéndice.

Sus usos populares son: digestiva, detoxicante y anticatarral. En farmacia se emplea como antiespasmódica, diaforética, diurética y carminativa. Contiene aceite esencial con terpineno, 4-terpineol, linalol, carvacrol, acetato de linalilo, etc. Además, flavonoides, taninos, esteroides, hidroquinona, ácido rosmarínico, etc.

(La Ribera Alta, 219)

***76**

Origanum virens Hoffmanns & Link.

Nombres populares: Orégano

Parte empleada: Hojas. Toda

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Crudo. Condimentar y guisar. Disminuye la frigidez.
2. Frito. Comido. Aromático. Para la afonía.
3. Infusión. Oral. Problemas respiratorios.
4. Quemado. Aromático.
5. Decocto. Oral. Afonía.

OBSERVACIONES: Decocto (junto con azúcar quemado se prepara un jarabe contra la afonía).

Planta conocida también con los nombres de herba botifarrera, te roig, fainós, etc. Popularmente se emplea como antiespasmódica, digestiva, detoxicante, antiinflamatoria, antiespasmódica y antirreumática.

No se usa en farmacia. Contiene aceite esencial.

(Mulet, 310), (Peris et al, 395), (La Ribera alta, 219), (L'Albufera, 126)

***77**

Rosmarinus officinalis L.

Nombres populares: Romero.

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Crudo. Aromático. Condimento. Para conseguir amor verdadero.
2. Infusión. Oral. Hipotensor. Estimula la circulación. Relajante. Tónico (agotamiento). Dolor de cabeza. Laxante. Calambres. Bronquitis. Analgésico. Gripe (1 ó 2 tazas por la mañana).
3. Decocto. Oral. Laxante. Digestivo. Pesadez de estómago (una taza después de comer). Con miel, para el catarro.
4. Decocto. Aplicación tópica. Elimina la caspa.
5. Maceración. Loción capilar (previene la caída del cabello y quita la grasa). Maceración en alcohol (3/4 de litro de alcohol de 96 grados, 24 horas en maceración). Para friegas. Contra la rigidez de cuello. En la gota. Para el reuma. Macerado en aceite para hacer cataplasmas contra el dolor de huesos, dolores musculares y golpes.
7. Quemado. Como ambientador. También es bueno para los problemas respiratorios. La ceniza es buena para la higiene bucal.
8. Molido. Se hacen baños de romero que son buenos para la circulación y también para adelgazar.
9. Esencia de romero. Tópico (fricciones sobre el cuero cabelludo). Previene la caída del cabello.
10. Cataplasma (se mezcla romero con ceniza caliente de madera de roble y aceite de oliva durante 21 días)

También conocida en la Comunidad Valenciana como romer, romaní, etc. Tiene muchos usos populares: estimulante circulatorio, antirreumático, antiflogístico, antiséptico, expectorante, anticatarral, estimulante, detoxicante, contra la alopecia, digestivo, analgésico, demulcente, antiplétórico, emoliente, etc.

En farmacia se utiliza en afecciones hepáticas y biliares, en la amenorrea, en las dispepsias por atonía gastrointestinal, contra la gota y contra el reumatismo. Asimismo se emplea como hipocolesteremiante y contra la astenia. Contiene un aceite esencial rico en borneol, acetato de bornilo, canfeno, pineno y alcanfor; ácido rosmarínico, un principio amargo, cineol, careno y terpinol.

(Mulet, 379), (Peris et al, 440), (La Ribera Alta, 220), (L'Albufera, 126)

***78**

Salvia lavandulifolia Vahl, *Salvia officinalis* L. y otras salvias autóctonas

Nombres populares: Salvia

Parte empleada: Hojas y flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Contra la bronquitis y constipados. Antiespasmódica. Contra el dolor menstrual. Para regular el azúcar de la sangre. Para los nervios. Para la resaca. Mejora la circulación. Vasodilatadora.
2. Flores en infusión. Oral. Sedante. Digestiva. Para ataques reumáticos. Antigripal. Febrífuga.

3. Infusión de flores en vino. Tópico. Para inflamaciones.
4. Infusión o decocto de las hojas. Tópica. Para el sudor excesivo.
5. Cruda. Mascada. Para limpiar los dientes. Desinfectante para dientes y encías.

También llamada sàvia, sèrvia, sèlvia, sàlvia d'Aragó, sàlvia de Sant Joan de Penyagolosa, herba sàvia, etc. En la folkmedicina valenciana se emplean como estimulante circulatorio, antiinflamatoria, hipotensora, sedante, laxante suave, antirreumática, antiséptica, anticatarral, digestiva, etc.

En farmacia se usa como laxante suave y amargo-aromática. Contiene aceite esencial con cineol, alcanfor, borneol, ácido rosmarínico, picrosalvina y acetilcolina. La especie *officinalis* contiene tuyona.

(Mulet, 399), (Peris et al, 454), (La Ribera alta, 220), (L'Albufera, 127)

***79**

Salvia verbenaca L.

Nombres populares: Balsamina

Parte empleada:

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cataplasma. Tópica. Antiinflamatoria (golpes).

Conocida además con los nombres de tàrrec, herba de Santa Lucía, tàrrego, boletes de terrec, etc. Popularmente se usa como vulneraria, antiséptica, antiflogística, hemostásica, antihemorroidal, hipocolesteremiante. No se conoce su empleo farmacéutico. La planta contiene pineno, cariofileno, eucaliptol, alcanfor, borneol, terpinol, tuyona, compuestos flavónicos, , compuestos terpénicos, fitosteroles, fenantraquinonas, etc.

(Mulet, 404), (La Ribera Alta, 221), (L'Albufera, 127)

***80**

Satureja montana L.

Nombres populares: Sarcholida, sarjorida, sarjolida, morquera.

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda. Condimentación (para poner en las olivas).
2. Infusión. Oral. Malestar.

También llamada saburitja, saboritja, herba de les olives, ajedrea, etc. Esta planta se usa en la Comunidad Valenciana como aperitiva y tónica, como afrodisíaca y detoxicante. En farmacia se emplea como espasmolítica y antiséptica.

(La Ribera Alta, 221)

***81**

Sideristis angustifolia Lag.

Nombres populares: Rabo de gato, rabet de gat

Parte empleada: Sumidad aérea y florida

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Limpieza digestiva. Dolor abdominal. Inflamación urinaria. Para las infecciones.
2. Decocto. Aplicación externa. Antiinflamatorio. Para curar heridas. Como desinfectante de heridas.

También se conoce con los nombres de cua de gat, y herba de la almorrana. Es una planta muy utilizada en la folkmedicina valenciana como antiséptica, antiinflamatoria, astringente, antiespasmódica, digestiva, vulneraria, hemostática, hipotensora, antihemorroidal, antisárnica, antirreumática, hipocolesteremiante, etc. En farmacia se emplea como vulneraria y antiséptica en uso externo, y como antiinflamatoria y estomáquica en uso interno. Contiene aceite esencial y heterósidos flavónicos.

(Mulet, 422), (La Ribera Alta, 221), (L'Albufera, 127)

***82**

Thymus vulgaris L.

Nombres populares: Tomillo, timó, timonet

Parte empleada: Parte aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda. Para condimentar.
2. Decocto. Oral. Digestivo. Laxante. Enfermedades del hígado. Antirreumático. Diurético.

Esta planta se utiliza en la folkmedicina valenciana como antiséptica, digestiva, hepatoprotectora, antiinflamatoria, vulneraria, antidontálgica, astringente, sedante nerviosa, anticatarral, vermífuga, analgésica, etc.

En farmacia se ha empleado mucho aprovechando la acción secreolítica del carvacrol y timol. El aceite esencial posee una acción bactericida y bacteriostática así como antihelmíntica.

(Mulet, 448), (Peris et al, 479), (L'Albufera, 128)

LAURACEAE

***83**

Laurus nobilis L.

Nombres populares: Laurel, llorer

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Para limpiar el intestino.

Esta planta se usa popularmente como digestiva, antihemorroidal y antirreumática. En farmacia se emplea como parasiticida y como antirreumática en forma de alcoholatos y pomadas. El aceite esencial se utiliza en cosmética, perfumería, etc.

(Mulet, 243), (L'Albufera, 129)

LEGUMINOSEAE

***84**

Anthyllis cytisoides L.

Nombres populares: Bojeta blanca

Parte empleada: Sin especificar.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Llevarla encima, cura las almorranas.

No tenemos noticias sobre el uso popular y farmacéutico de esta planta. Como se observa, el empleo que nos han referido tiene una base mágica.

***85**

Cassia angustifolia Vahl y especies afines

Nombres populares: Sen

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Estreñimiento.

2. Decocto. Oral. Estreñimiento.

3. Maceración. Oral. Laxante.

Es una planta cuyo uso fundamental es como laxante. Forma parte de muchas mezclas que se venden de herboristerías con efectos purgantes, laxantes, adelgazantes, etc. Contiene antracénosidos, flavonoides y algunos polisacáridos. Los indicios de diantrón en las hojas pueden llegar a causar dolores de estómago. Para el caso de estreñimientos graves se usan las hojas y para los casos de estreñimientos suaves o en los niños se emplean los frutos.

(Peris et al, 467), (La Ribera Alta, 224)

***86**

Ceratonia siliqua L.

Nombres populares: Algarroba verde, garrofi

Parte empleada: Fruto, semillas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Algarroba verde. Sin especificar. Corta la sangre de las heridas.

1. Las semillas y las algarrobas comidas. Contra la diarrea.

También llamado algarrobo, garrofer; al fruto algarroba, garròfa, y a la semilla garrofi. Es una planta típicamente mediterránea. El uso que nosotros hemos recogido difiere bastante del que se le da en otras partes de la Comunidad Valenciana. Tal como explica Mulet Pascual, la algarroba debe sus propiedades terapéuticas a tres mecanismos de acción: físico, químico y fisicoquímico. Se emplea generalmente como astringente. En muchas partes también se utiliza aplicando el fruto sobre las verrugas.

La pulpa del fruto contiene glúcidos, especialmente la glucosa y la sacarosa, así como tanino, pectina, ácidos (butírico, benzoico, etc.) y goma. En la semilla se encuentran poliósidos derivados del manano y galactano, enzimas grasas, sustancias nitrogenadas y celulosa.

(Mulet, 108), (Peris et al, 132), (La Ribera alta, 224), (L'Albufera, 129)

***87**

Cicer arietinum L.

Nombres populares: Garbanzo

Parte empleada: Fruto.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Se macera durante 24 horas en agua. Se bebe el líquido. Para las blenorragias.

También llamada cigrons. Es raro que esta planta aparezca en los manuales de plantas medicinales. Igual que otras semillas de leguminosas, los garbanzos son ricos en almidón.

(La Ribera Alta, 225)

***88**

Cytisus scoparius (L.) Link

Nombres populares: Retama

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Digestivo.

Conocida también como escoba, retama de escoba, retama negra, etc. Esta planta tiene propiedades cardiotónicas, hipertensoras, vasoconstrictoras y diuréticas. Las semillas contienen algunos alcaloides, como la esparteína, flavonoides y amins aromáticas.

***89**

Glycine soja Sieb. y Zucc.

Nombres populares: Soja

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Semillas cocidas y tallo crudo. Oral. Aporte proteínico.

2. En forma de lecitina que ya se vende en los comercios. Para disminuir los niveles de colesterol.

Se trata de una planta que es un alimento completo. Las semillas contienen materia grasa, prótidos, lecitina y saponinas esteroideas, así como vitaminas B, E, provitamina A, glucósidos flavónicos, ácidos aminados, etc. Se usa como complemento alimenticio y para los diabéticos.

***90**

Lupinus angustifolius L.

Nombres populares: Altramuces

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Se ponen los altramuces veinticuatro horas en remojo y se bebe el líquido. Para bajar la tensión.

Llamado también tramussos, tramuces, etc. Se usa como antiflogístico, revulsivo, hipoglucemiante, atipalúdico, y antiparasitario. Su uso farmacéutico es como hipoglucemiante. Contiene lupanina, angustifolina, multiflorina, metilalbina, lípidos, prótidos, celulosa, vaginila, pectina.

(Mulet, 264), (La Ribera Alta, 226), (L'Albufera, 130)

LILIACEAE

*91

Allium cepa L.

Nombres populares: ceba, cebolla

Parte empleada: bulbo

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda. Oral. Para la circulación. Antiinflamatoria.
2. Decocto. Oral. Para constipados. Antiinflamatoria.

En la medicina popular valenciana se utiliza como cordial, diurética, demulcente, hipoglucemiante, hipocolesteremiante, demulcente, pectoral, emoliente, hepatoprotectora, antirreumática, estimulante de la circulación, antirreumática, febrífuga, antiinflamatoria, etc.

En farmacia se aprovechan sus propiedades hipoglucemiantes suaves. Como señala Mulet Pascual, la acción hipoglucémica es más lenta que la de la insulina, pero más duradera. Es útil para los edemas (en los casos de retención de líquidos y en las oligurias preferentemente). Contiene un aceite esencial, flavonoides, sales minerales, enzimas (diastasas y oxidasas) y glucoquinina.

(Mulet, 50), (Peris et al, 209), (La Ribera Alta, 226), (L'Albufera, 130)

*92

Allium sativum L.

Nombres populares: ajo, all

Parte empleada: bulbo

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Crudo o guisado. Oral. Elimina las toxinas y depura el cuerpo. Favorece la digestión. Bueno para la circulación.
2. Decocto. Oral. Para eliminar las lombrices. Para la hipertensión.
3. Macerado. Oral. Hipolipemiante. Antiinflamatorio.

Esta planta se usa en la Comunidad Valenciana como sudorífico, antiponzoñoso, broncodilatador, antiséptico, pirético, pectoral, antidontálgico, demulcente, antipruriginoso, antirreumático, estimulante de la circulación, analgésico, antiponzoñoso, etc.

En farmacia se aprovechan sus propiedades hipotensoras y cardiovasculares. Su aceite esencial contiene allicina, que posee acción antibiótica contra muchas bacterias gram + y gram -, además de eliminarse por vía pulmonar, lo que lo hace útil en afecciones respiratorias. También posee acción hipoglucemiante suave. Sobre el aparato digestivo tiene un efecto calmante y antidiarréico, antispasmodico, colagogo y antihelmíntico. También posee acción antiséptica sobre la flora patógena del tubo digestivo.

(Mulet, 55), (Peris et al, 123), (La Ribera Alta, 227)

*93

Colchicum autumnale L.

Nombres populares: Colchico.

Parte empleada: Flores, bulbo, semillas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Disolver de dos a cinco gramos de bulbo en vino blanco. Oral. Purgante. Diurético. Contra la gota y el reumatismo.

Esta planta contiene conquicina, sustancia que puede bloquear la división celular y, por tanto, se la considera como tóxico celular. Como su acción es parecida al arsénico se la llama también "arsénico vegetal". Es además un específico clásico contra la artritis aguda. Popularmente se le emplea para las afecciones renales, el asma y la hidropesía.

(Peris et al, 225)

***94**

Urginea maritima (L.) Baker

Nombres populares: Escila de mar

Parte empleada: Bulbo

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Se prepara un vino. Diurético. Excitante. Expectorante.
2. Sin especificar. Útil en hidropesía, pleuresía, edema, hinchazón de miembros.

Se la conoce también con los nombres de ceba porrina, ceba marítima, etc. Se usa como antiexantemática —con un fondo mágico—, como matarratas, etc. Desde el punto de vista farmacéutico se ha utilizado como expectorante, catártica, emética, cardioactiva y diurética. Contiene scilarina A y B, mucílago, sinistrina, oxalato cálcico, etc.

(Mulet, 466)

***LIQUENES** (No es una familia botánica)

***95**

Cetraria islandica (L.) Achar

Nombres populares: Líquen

Parte empleada: el talo

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Se vende la planta ya preparada. Decocto. Oral. Antitusígeno.

Este liquen tiene propiedades de tónico-amargo, antivomitivas, béquicas y aperitivas. Contiene mucílagos, liquenina e isoliquenina, ácido cetrárico, ácido liquenoesterínico y ácido úsnico, de efecto antibiótico.

(Peris et al, 349)

LOBELIACEAE

***96**

Lobelia inflata L.

Nombres populares: Lobelia

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Tintura. Antiasmático. Combate el enfisema pulmonar.

Planta muy utilizada por la medicina popular norteamericana donde se la conoce con el nombre de "Tabaco indio", ya que estos la fumaban. Muy

utilizada por Samuel Thomson que la consideró como una especie de panacea. Contiene alcaloides, con lobelina, lobelidina, isolobelanina; ácido lobélico, resina, grasa, aceite fijo, etc. Se ha empleado como expectorante y antiasmática a dosis bajas (Se la recomienda para las bronquitis crónicas con disnea y en el asma bronquial), como emética y diaforética. Por vía exterior se emplea para aliviar el dolor y la irritación provocados por esguinces, picaduras y reuma.
(Peris et al, 350)

MALVACEAE

***97**

Althaea officinalis L.

Nombres populares: Malvavisco

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Infecciones de garganta y ojos. Mucolítico. Para el estreñimiento. Para las almorranas.
2. Infusión en enema. Irritaciones intestinales.
3. Ungüento. Tópica. Sabañones.
4. Cataplasma. Dolores. Inflamaciones.

Conocida también como malví, malvín (raíz), etc. Su uso popular es como laxante ligero, demulcente, analgésica y resolutive.

En farmacia se emplea para los catarros tanto respiratorios como digestivos. Es también un laxante suave. Contiene mucílagos, pectina, almidón y asparagina.

Se le emplea en la fabricación de golosinas.

(Mulet, 58), (Peris et al, 359)

***98**

Malva sylvestris L.

Nombres populares: Malva

Parte empleada: Sumidad aérea y flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Costipados y para los bronquios. Pectoral. Resfriados intestinales. Laxante. Para dolores reumáticos. Diurético. Antiinflamatorio. Para los nervios.
2. Decocto de hojas que se envuelven en una gasa impregnada en el líquido. Vía tópica. Quemaduras.
3. Decocto. Tópica en forma de baños. Para la inflamación.
4. Agua fresca de un arroyo con aceite de oliva, manteca y un puñado de flores de malva. Se hierve y se filtra. Para lavar heridas. Para las mordeduras de los perros.
Agua de arroyo cogida durante la noche. Se hierven flores de malva recién cortadas y unas gotas de limón. Se filtra. Para curar los ojos.
5. Cataplasma. Antiinflamatoria.
6. Raíces cocidas. Enjuagues para las encías irritadas.

Planta muy conocida y apreciada. En la Comunidad Valenciana se emplea como antirreumática, demulcente, anticatarral, digestiva, antihemorroidal, hemostásica, hipotensora, febrífuga, antidontálgica y digestiva.

En farmacia se emplea como demulcente, en pertussis y en las bronquitis. Por vía externa para los procesos inflamatorios de la piel y mucosas. Contiene mucílagos. En la flor se encuentra la malvina, glucósido de la malvidina. En las hojas se halla vitamina A, B y C, ácido p-cumárico, clorogénico y caféico.

(Mulet, 271), (Peris et al, 358), (La Ribera alta, 229), (L'Albufera, 131)

MONIMIACAE

***99**

Peumus boldus Mol.

Nombres populares: Boldo

Parte empleada: Hoja

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Para la hepatitis. Hígado inflamado. Para la vesícula (para regular la bilis). Digestiva. Depurativa. Contra el estreñimiento. Inflamaciones de estómago.

Oral en ayunas y tras ingerirlo, acostarse sobre el lado derecho, para eliminar la bilis.

2. Decocto. Oral. Evacuación de cálculos biliares.

Planta originaria de los Andes chilenos que se ha utilizado siempre en procesos hepáticos. En Europa fue estudiada en la segunda mitad del siglo XIX. Contiene acéite esencial con monoterpenos, alcoholes monoterpénicos (linalol), fenoles metil-éteres (eugenol), óxidos (1,8-cineol, ascaridol), cetonas, aldehído cumínico, y cumarina. Además se encuentran flavonoides y alcaloides isoquinoleínicos aporfínicos, entre los que destaca la boldina. Tiene efectos colagogos debido a la boldina y efectos antihelmínticos debido a la helmintina.

(Peris et al, 176), (La Ribera alta, 229)

MORACEAE

***100**

Ficus carica L.

Nombres populares: Higuera, figuera

Parte empleada: Savia

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Leche que desprende la rama cuando se corta. Tópica. Verrugas.

2. Decocto de hojas de higuera con hojas de hierbabuena y raíz de escapo. Se filtra y se toman nueve sorbos para que desaparezca en enseguida el dolor de cabeza.

La higuera o figuera se emplea como antiverrucosa, antiséptica, pectoral, contraveneno, vesicante, demulcente, anticatarral, sudorífica, antiséptica, analgésica, antirreumática, etc. Se usan los higos, los brotes frescos de la planta, los siconos y el látex que aparece que sale del peciolo al cortar el fruto.

En farmacia se emplea como laxante, demulcente y pectoral. Contiene glúcidos en abundancia. En el látex se hallan enzimas proteolíticos y furocumarinas. Las hojas pueden provocar dermatosis ya que contienen bergapteno psoraleno.

(Mulet, 182), (La Ribera Alta, 230), (L'Albufera, 133)

MYRTACEAE

***101**

Eucalyptus globulus Labill.

Nombres populares: Eucaliptus.

Parte empleada: Hojas y cápsulas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Vahos. Para costipados. Falso crup. Suavizar la garganta y despejar la nariz. Para la tos. Para la afonía. Para la bronquitis. Para la sinusitis. Contra el asma. Secar los granitos. Contra la fatiga.

Para "renovar el ambiente".

2. Jarabe hecho con hojas de eucalipto, azúcar quemado, agua y medio limón. Para la tos.

Planta que procede de Oceanía y que se introdujo en España a mediados del siglo XIX. Popularmente se emplea como anticatarral, expectorante, demulcente, antiséptica, astringente febrífuga, antitusígena y antiasmática. La forma de administración habitual son los vahos.

Contiene tanino, lo que le confiere propiedades tónicas y astringentes; aceite esencial, con acción bacteriostática y antiparasitaria. Los filocladios poseen una acción hipoglucemiante ligera.

(Mulet, 176), (Peris et al, 272), (La Ribera alta, 230), (L'Albufera, 132)

OLEACEAE

***102**

Jasminum officinale L.

Nombres populares: Jazmín, llessamí

Partes empleadas: Flores y hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Estomacal. Aromatizante.

El jazmín se emplea muy poco en la medicina popular. Sí se utiliza como aromatizante y sus aceites se emplean para baños relajantes. Tampoco se usa en farmacia con fines terapéuticos.

PAEONIACEAE

***103**

Paeonia officinalis L.

Nombres populares: Peonia.

Parte empleada: Flor.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Antiasmática.

Llamada también piònia. Se usa mayoritariamente como laxante. No tiene uso farmacéutico. Contiene fécula, glucosa, sacarosa y ácido metaranbínico. (Mulet, 314)

PAPAVERACEAE

***104**

Fumaria officinalis L.

Nombres populares: Fumaria

Parte empleada: Toda

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Para la vesícula.
2. Gotas. Estómago (lo limpia), adelgazante.

Recibe también los nombres de palomilla, sangre de Cristo, peuets del nostre senyor, mataconill, serri musterri, jolivert bord, etc. Se emplea como hepatoprotectora, detoxicante, hipotensora y carminativa. En farmacia se utiliza como antiplétórico o hipoviscosizante sanguíneo y como descongestionante hepático. Contiene alcaloides amargos como coridamina, bulgaramina, dihidrofumarilina, etc., tanino, sales de potasio y flavonoides. (Mulet, 193), (Peris et al, 279)

PASSIFLORACEAE

***105**

Passiflora incarnata L.

Nombres populares: Pasiflora, pasionaria.

Parte empleada: Hojas y flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Tranquilizante. Contra el insomnio.

Conocida también como flor de pasión. Se usa generalmente como sedante nervioso para casos de insomnio.

En farmacia también se usa como sedante, hipnótica y antiespasmódica. Contiene alcaloides indólicos (harmol, harmalina, harmina), flavonoides, azúcares, esteroides y cumarinas.

(Mulet, 322), (Peris et al, 406)

El uso popular de esta planta en la Comunidad valenciana es como emoliente. En farmacia se usa como antidepresiva, timoléptica y como tónico cardíaco. Contiene lípidos, tocoferol, almidón, saponinas y esteroides. (Mulet, 84)

PINACEAE

***106**

Pinus sylvestris L.

Nombres populares: Pino.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto de las yemas. Oral. Catarros.
2. Piñones. Oral. Laxante.

Conocido también con los nombres de pi roig, pi albar, pino albar, etc. Se usa como antiséptico, vulnerario y pectoral. En farmacia se utiliza como antiflogístico y antiséptico en las afecciones catarrales de las vías respiratorias, como diurético y antiséptico de las vías urinarias. La esencia contiene alfa y beta-pineno, d-limoneno, terpineno, cis-beta-ocimeno, mirceno, sabineno, terpinoleno, etc.

(Mulet, 336), (Peris et al, 416), (La Ribera Alta, 233), (L'Albufera, 134)

POLYPODIACEAE

***107**

Adiantum capillus-veneris L.

Nombres populares: Falzia

Parte empleada: hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocción (una tacita al día para que baje la regla. Asociada, o no, a Artemisa).

Se la conoce también con los nombres de culantrillo de pozo, falcija, falzia de pou, helecho de pou, falguerola, capilera, etc. Curiosamente sólo se nos habla de su poder emenagogo cuando su uso popular va más encaminado a problemas de tipo respiratorio.

Su utilización farmacéutica es como béquico y expectorante; demulcente; emenagoga; y como corrector organoléptico. Contiene tanino, sustancias mucilaginosas, ácido gálico, algunos flavonoides y terpenoides.

(Mulet, 45), (Peris et al, 246)

***108**

Dryopteris filix-mas Schott

Nombres populares: Helecho

Parte empleada: Rizoma y hojas.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Tisana. Oral. Contra las lombrices intestinales.

2. Infusión. Oral. Laxante (purgante infantil endulzado con miel o azúcar). Anticatarral.

También llamado falguera mascle. Contiene aspidinol, albaspidina, floraspina y ácido filicínico. Es vermífugo y se emplea contra diversas tenias a las que paraliza sin matarlas.

(Peris et al, 314), (L'Albufera, 136)

PUNICACEAE

***109**

Punica granatum L.

Nombres populares: Granada

Parte empleada: Raíces y corteza

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Contra las lombrices.

2. Poner las raíces en remojo y cuando estén blandas, machacarlas con almendras y azúcar moreno. Comer la pasta. Contra las lombrices del intestino.

También conocida con los nombres de mangraner, mangraner agre o mangraner bord. Generalmente se emplea como vermífugo, antiinflamatorio, detoxicante, antiodontálgica, antidispéptica y detoxicante. En farmacia se emplea como vermífuga. Contiene L-pelletierina, pseudo-pelletierina, isopelletierina, metilispelletierina, resina y tanino. (Mulet, 261), (L'Albufera, 136)

RHAMNACEAE

***110**

Frangula alnus Miller.

Nombres populares: Frángula

Parte empleada: Corteza

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Laxante. Depurativa. Diurética. Para el estreñimiento. Para la obesidad.

Generalmente en la medicina popular valenciana se usa como hipoglucemiante. En farmacia, como laxante. Contiene glucósidos antraquinónicos, armepavina, taninos y flavonoides. (Mulet, 190), (Peris et al, 160)

***111**

Rhamnus alaternus L.

Nombres populares: Palomisto, palomesto y mesto

Parte empleada: Flor, tallo y hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Para la hipertensión.

Se le llama también corronyera, aladern, palo santo, palomesto. Se usa generalmente como planta hipotensora, antilitiásica, anticatarral y estimulante de la circulación.

No se conoce su uso farmacéutico.

(Mulet, 370), (La Ribera Alta, 236)

ROSACEAE

***112**

Agrimonia eupatoria L.

Nombres populares: Agrimonio

Parte empleada: Hojas y sumidad florida

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto ("Un par de puñados, se deja hervir"). Gargarismos 3-5 veces al día. Faringitis.

También conocida como cerverola, herba de la ramona y agrimonia. Su uso popular en la Comunidad Valenciana es como digestiva, hipotensora, hemostática y antiasmática.

En farmacia se emplea como colagoga, colerética, astringente, antiinflamatoria en procesos circulatorios y reumáticos. En forma de pomada se emplea en dermatitis pruriginosas.

(Peris et al, 116)

***113**

Eriobotrya japonica (Thunb.) Lindley

Nombres populares: Níspero

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Para la diarrea.

A esta planta también se le llama nyspero, ñisprero, nyesploner, etc. Se usa por lo general como diurética y anticatarral.

En farmacia se emplea como antidiarréica. Contiene taninos. En el fruto se halla mucílago, azúcar invertido, ácido málico, cítrico, tartárico, y celulosa.

(Mulet, 170)

***114**

Fragaria vesca L.

Nombres populares: Fresa

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda y partida. Tópica. Curación de granos infectados.

También se denomina maduixer y maduixa al fruto. En medicina popular se utiliza como antigotosa y astringente intestinal. En farmacia se ha empleado como antidiarréica. Contiene taninos y alcohol triterpénico.

***115**

Malus domestica Borkn.

Nombres populares: Manzano, pomer

Parte empleada: Flor

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Caminar sobre las flores entre el rocío de la mañana. Anticatarral.

2. Jarabe de manzana. Indigestiones. Estreñimiento de los niños.

En la medicina popular valenciana se emplea como detoxicante, anticatarral, astringente, antirreumática, laxante y digestiva. Contiene azúcar, ácidos orgánicos, pectina, tanino, vitaminas A, B, PP, C y E.

(Mulet, 267)

***116**

Potentilla erecta (L.) Raüschel

Nombres populares: Potentila, tormentila, consuelda roja, tormentilla.

Parte empleada: Raíces.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Astringente (cólicos intestinales).
2. Decocto. Tópica. Sabañones y afecciones de la piel.

Conocida también como set-en-rama y siete en rama. Su uso popular es como astringente, estimulante de la circulación, hipotensor y antiplétórico. En farmacia se emplea como astringente y vulneraria. Contiene tanino. (Mulet, 350)

***117**

Prunus domestica L. subsp. *domestica*

Nombres populares: Ciruela (fruto)

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda, en ayunas. Laxante.

También llamada ciruelo, ciruelero, prunero, pruñonero; a la fruta, pruna, claudia, etc. Su uso popular es como anticatarral.

En farmacia se usa como regulador de la circulación intestinal y del apetito. También como descongestivo hepático. Contiene amigdalina, azúcares, D-sorbitol, ácidos málico, cítrico, p-cumárico, cafeico, clorogénico, cianhídrico, D-glucorónico, aminobutírico, polifenoles, vitaminas A, C y P, etc.

(Mulet, 352), (Peris et al, 139)

***118**

Prunus dulcis (Miller) D.A. Webb var. *dulcis*

Nombres populares: Almendro y almendra (fruto)

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda o frita. Diarreas.

Se le conoce también como ametller, armeler, almendro; al fruto como armella, armela, etc. Su uso popular es como anticatarral, antitusígeno, demulcente, pectoral, revulsivo, hipotensor, hepatoprotector, antiflogístico y sudorífico.

En farmacia se emplea la almendra como dietética. El aceite de almendras es muy apreciado para dermatosis, quemaduras y para un uso cosmético. Las almendras dulces contienen aceite, proteínas, glúcidos, vitaminas A, B y sustancias minerales.

(Mulet, 355), (La Ribera alta, 237)

***119**

Rubus ulmifolius Schott

Nombres populares: Zarzas

Parte empleada: Brotes tiernos

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Anginas y aftas bucales.

Se le llama también albarçer, mora, zarzal, etc. Se usa como antiinflamatoria, astringente, antiséptico, demulcente, antiácido, detoxicante, diurético, antitusígeno, antipletórico, refrescante, hipotensor, antitusígeno.

En farmacia las hojas se emplean como astringentes. Contiene taninos.
(Mulet, 387)

RUBIACEAE

***120**

Coffea arabica L.

Nombres populares: Café

Partes empleadas: Semillas asadas y molidas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. En infusión. Oral. Como estimulante y diurético.

La planta del café es originaria del Africa tropical. Se introdujo en Arabia y en otros países tropicales. Más tarde, después del Descubrimiento de América, se extendió abundantemente por aquel continente. Su interés económico es extraordinario. Su consumo también lo es. El grano verde contiene glúcidos (más del 50%), lípidos, proteínas y ácidos orgánicos (cafeilquínicos o clorogénicos); cafeína (entre el 0,6-1,8%) —estimulante del sistema nervioso central—, tanino, aceites volátiles, pequeñas cantidades de teofilina y teobromina, etc. La torrefacción ocasiona cambios en lo que atañe a los glúcidos y aminoácidos, pero no afecta prácticamente a la concentración de cafeína.

La cafeína se usa mucho en farmacia y también en la fabricación de refrescos y bebidas. Esta procede de la elaboración de los llamados cafés descafeinados —que también se consumen mucho—, y que proceden del café al que por extracción, con la ayuda de un disolvente orgánico clorado, o con agua caliente, se le separa la cafeína.

***121**

Galium verum L.

Nombres populares: Cuajaleche

Parte empleada: Flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cataplasma elaborada con las flores machacadas. Calma la inflamación. Corta la hemorragia nasal.
2. Para baños de pies. Calma el dolor de pies.

Esta planta recibe el nombre de cuajaleches porque una decocción concentrada cuaja la leche y puede ser utilizada para la elaboración de queso. Es una planta diurética y estíptica. Por vía externa se emplea en las heridas y en erupciones. Contiene ácido salicílico, saponina y una enzima (renina).

RUTACEAE

***122**

Citrus aurantium L.

Nombres populares: Taronger, naranjo, naranja (fruto)

Parte empleada: fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Zumo. Oral. Resfriado y dolor de garganta.

Planta muy utilizada en la Comunidad Valenciana como anticatarral, carminativa, antiespasmódica, antiinflamatoria, detoxicante, hipotensora febrífuga y demulcente. Por lo general se usan las flores (flores de azahar).

En farmacia se obtiene la esencia de azahar y también el agua de azahar; ésta última es antiespasmódica y correctora organoléptica. También se usa el fruto, rico en vitamina C.

Las flores contienen esencia de Neroli (limoneno, linalol, nerol) y sus ésteres. La corteza del fruto contiene materias minerales, pectinas, ácido cítrico y ácido málico.

(Mulet, 121), (Peris et al, 384), (La Ribera alta, 239), (L'Albufera, 138)

***123**

Ruta angustifolia Pers y *Ruta graveolens* L.

Nombres populares: Ruda

Parte empleada: Toda la planta, especialmente la sumidad florida

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Frita. Tópica (con el aceite), mediante friegas. Dolor de vientre y de regla. Instilado en el oído para el dolor.

2. Cataplasma. Tópica. Dolor de vientre y menstrual.

3. Decocto. Oral. Dolor de vientre. Abortiva (una fórmula: 50 grs de ruda, más 50 grs de milenrama, más tres hojas de simiente de perejil. Se toman tres tazas al día en ayunas durante el primer mes.

4. Decocto. Tópica. Se empapan algodones y se dan friegas en el cuero cabelludo. Caída del cabello.

5. Infusión de la flor. Tópica. Para los ojos.

6. Vahos. Dolor de oído.

7. Infusión de hojas secas. Oral. Dolor de estómago y de vientre.

8. Infusión. Tópica. Para taponar heridas. Detener hemorragias.

9. Contra el mal de ojo.

En la medicina popular valenciana se emplean como antiinflamatoria, resolutive, revulsiva, antirreumática, antidontálgica, vulneraria, detoxicante, antiséptica, abortiva, etc.

En farmacia se usa como planta emenagoga basal, El aceite esencial provoca hiperemia en los órganos abdominales y en el útero. Este aceite contiene metil-n-monil-cetona, rutina así como una flurocumarina.

(Mulet, 393-396), (Peris et al, 444), (La Ribera Alta, 240), (L'Albufera, 139)

SALICACEAE

***124**

Populus nigra L.

Nombres populares : Chopo

Parte empleada: Corteza

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Enjuagues. Dolor de muelas.

También llamado álamo negro, chopo, pòpul, etc. Habitualmente se emplean los botones florales, que contienen un glucósido y derivados flavónicos. Se usa como diurético, diaforético, balsámico y expectorante. Se elabora un unguento vuylnorario.

(Peris et al, 126)

SAPINDACEAE

***125**

Paullinia cupana H.B.K. (Mart.) var. *sorbilis* (Mart.)

Nombres populares: guaraná

Parte empleada: Pasta de las semillas en productos ya elaborados y envasados

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Consumo de productos elaborados que la contienen (cápsulas, bebidas, etc.). Para estimular. Tónico. Para adelgazar.

Se trata de una planta cuyo uso se ha introducido recientemente en nuestra Comunidad. Se vende ya preparada en farmacias, supermercados, tiendas de dietética, herboristerías, etc. Es una planta originaria del Amazonia y se cultiva en el Brasil. Se utilizan sus semillas a las que se les quita el tegumento, se las somete a torrefacción y a molienda con el fin de obtener una pasta. Contiene colina, mucilago, algo de aceite esencial, saponidos, flavonoides, taninos, bases xánticas (cafeína, teofilina y teobromina). Se usa por sus propiedades tónico-estimulantes del sistema nervioso central, como astringente y antiagregante plaquetario. Su uso prolongado conlleva serias contraindicaciones.

(Peris et al, 304)

SCROPHULARIACEAE

***126**

Digitalis purpurea L.

Nombres populares: Digital

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Hojas trituradas (las del segundo año), en polvo, se ponen en maceración. Oral. Facilitan el funcionamiento del corazón. Diurética. Para la hidropesía.

También se le llama didalera. Su historia es muy conocida y es raro que se emplee en la medicina popular valenciana en la actualidad. Como es sabido, las hojas contienen los glucósidos digitalina, digitoxina y gitoxina; su concentración depende de muchos factores. Tiene propiedades cardiotónicas.

(Peris et al, 251)

SMILACACEAE

***127**

Smilax aspera L.

Nombres populares: Zarzaparrilla

Parte empleada: Raiz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Depurativa. Sudorífera (debe beberse muy caliente). Estomacal.
2. Infusión. Oral. Limpiar la sangre para los granos y el acné.

También conocida con los nombres de aritjol, sarsaparilla, herba de setge, salsaparrela, etc. Se emplea como detoxicante, diurética, digestiva, antiinflamatoria, hipotensora, estimulante de la circulación, analgésica, antirreumática, astringente, anticatarral, antiespasmódica y antilitiásica.

En farmacia se ha usado como diurética y sudorífica, contra la gota y en las nefritis. Contiene saponinas esteroides, colina, glúcidos, taninos, sales minerales (calcio y potasio).

(Mulet, 430)

SOLANACEAE

***128**

Capsicum annuum L.

Nombres populares: Pimentón

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cocido, asado o frito. Da sabor a las comidas y es estimulante.

En la medicina popular valenciana se usa como rubefaciente, vesicante, revulsivo y antiodontálgico. En farmacia se emplea como vesicante y rubefaciente en la artritis, lumbago, neuralgia. Contiene capsicina, vitaminas A y C, aceite esencial, entre otras sustancias.

(Mulet, 100), (Peris et al, 205), (L'Albufera, 140)

***129**

Datura stramonium L.

Nombres populares: Estramonio

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Fumado en cigarrillos. Antiasmático, narcótico y calmante.
2. Infusiones. Oral Para el asma.

Llamada también hedionda, berenjena del diablo, etc. Planta muy tóxica ya que contiene alcaloides como la hiosciamina, atropina, escopolamina. Su uso popular es raro. A veces se hacen cigarrillos contra el asma. Desde el punto de vista farmacéutico ya casi no se emplea.

(Peris et al, 270)

***130**

Lycopersicon esculentum Miller

Nombres populares: Tomate

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Fruto. Tópico. Picadura de abejas.

2. Fruto asado. Tópico. Sobre los granos infectados.
3. Fruto crudo, en ensalada o en guisos. Para la vista.

Su uso popular es como antiséptica, vulneraria, demulcente, resolutive y antirreumática. En farmacia se emplea como demulcente y es utilizada para el reumatismo febril. Contiene vitaminas A, B y C, carotenoides, flavonoides y ácidos orgánicos. En tallos, frutos y hojas se encuentra también solanina.

(Mulet, 266)

***131**

Nicotiana tabacum L.

Nombres populares: Tabaco

Parte empleada: Hojas

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Masticar. Dolor de muelas.

Planta poco utilizada en medicina popular. En la Comunidad a veces se emplean las hojas en tisanas de uso externo para eliminar piojos del cabello de los niños. No se usa en farmacia. Contiene nicotina, nornicotina, anabasina, nicotelina, nicotirina, miosmina, etc.

(Mulet, 198), (La Ribera alta, 241)

STERCULIACEAE

***132**

Theobroma cacao L.

Nombres populares: Cacao

Parte empleada: Semillas. Productos ya elaborados

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Se mezcla el cacao con leche hirviendo para hacer el chocolate. Oral. Estimulante. Proporciona calorías.

Planta que tiene su origen en el continente americano, sobre todo de la parte meridional y central. Tiene un interés económico extraordinario y en la actualidad su cultivo se produce en muchos países tropicales. Las semillas contienen una grasa que se la conoce con el nombre de manteca de cacao o aceite de teobroma, teobromina, glucosa, cafeína, mucílago, etc. La manteca de cacao tiene muchas aplicaciones en farmacia en la fabricación de supositorios, ungüentos, etc. El chocolate tiene un efecto estimulante sobre el sistema nervioso central y también diurético suave, que se debe a la teobromina y a la cafeína. En muchas zonas de Castilla, cuando los partos tenían lugar en las casas, se daba chocolate caliente tanto a la partera como a la mujer.

THEACEAE

***133**

Camellia sinensis (L.) Kuntze

Nombres populares: Té

Parte empleada: Hoja, flor, tallo, toda

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral (en ayunas y después de comer). Tranquilizante. Digestivo. Antiálgico estomacal. Excitante. Revitalizante. Refrescante. Tonificante. Ligeramente laxante. Estimulante. Astringente. Depurativo. Decolorante. Hipertensivo. Sedante. Aperitivo. Contra la "frigidez". Para los nervios. Adelgazante. Constipados. Descomposición. Olfativa y problemas respiratorios.

2. Decocto. Oral. Para problemas digestivos.

El té es un árbol pequeño asiático-indonesio muy ramificado con flores blancas y hojas persistentes. Los principales productores son la India, China, Sri Lanka, antiguo territorio de la Unión Soviética, Japón, Kenia e Indonesia. Comercialmente se distingue el té verde estabilizado por vapor de agua y torrefacción, y el té negro marchito, luego enrollado, fermentado y desecado.

Es rico en polifenoles. El contenido en xantinas varía según las variedades entre un 2 y un 4% siendo la cafeína el componente mayoritario.

TILIACEAE

***134**

Tilia platyphyllos Scop.

Nombres populares: Tila

Parte empleada: Hojas y flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto o infusión. Oral. Relajante. Tranquilizante. Sedante. Problemas digestivos.

La medicina popular valenciana la utiliza como sedante nerviosa, anticatarral y antigripal, digestiva, hipotensora, y detoxicante. En farmacia se usa como sedante, antiespasmódica, diurética y colerética. La inflorescencia contiene flavonoides, mucílago, saponinas, aceite esencial, fitosterol, alcohol cerílico, vitaminas C y B así como glúcidos. La corteza contiene polifenoles, ácidos (cumárico, gálico, clorogénico y clorocatéquico).

(Mulet, 456), (Peris et al, 477), (La Ribera Alta, 242), (L'Albufera, 141)

TROPAEOLACEAE

***135**

Tropaeolum majus L.

Nombres populares: Capuchina, caputxina, marañuela, pelón

Parte empleada: Toda la planta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Un puñado se machaca en un mortero hasta conseguir una pasta suave. Tópica sobre el cabello (15-30 minutos) . Para caída del cabello.

Es una planta que se cultiva en casi todos los sitios como ornamental. Popularmente se empleaba como estimulante en afecciones escrofulosas. Contiene un glucósido (glucotropeolina) que al hidrolizarse da lugar a derivados sulfurados de acción antibiótica.

(Peris et al, 195)

UMBELLIFERAE

***136**

Anethum graveolens L.

Nombres populares: Eneldo

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Hervir. Oral. Para abrir el apetito.

También llamado anet. La medicina popular valenciana lo emplea como carminativa y estomacal. Desde el punto de vista farmacéutico se utiliza como diurético y carminativo. El aceite esencial se emplea en cosmética y perfumería. La planta contiene, además de este aceite (escopoletina, esculetina, bergapteno, umbelliferona, umbelliprenina), cumarinas, dillanósidos, kaemferol, flavonoides, y ácidos fenólicos.

(Mulet, 62)

***137**

Coriandrum sativum L.

Nombres populares: Coriandro

Parte empleada: no consta

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Para los gases.

También denominada como culantro o cilantro. Parece que procede de los países del Mediterráneo oriental y del Oriente Medio. Se usa como condimento y en infusiones para estimular la digestión.

Su uso farmacéutico es como estomacal, antiespasmódico y carminativo.

(Peris et al, 237)

***138**

Daucus carota L.

Nombres populares: Zanahoria, carlota, pastenaga, safanòria

Parte empleada: Raíz

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Cruda, Oral. Buena para la vista.

La zanahoria se usa en la medicina popular valenciana como antidiarréica, para mejorar la vista. La simiente se emplea como abortiva. En farmacia se utiliza como carminativa, antiasmática y antilitiásica. El aceite de la raíz se usa por su riqueza en B-caroteno y vitamina A.

(Mulet, 153)

***139**

Foeniculum vulgare Miller.

Nombres populares: Hinojo, Anís

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral, tras las comidas. Digestiva (digestiones pesadas). Para los pulmones. Antiinflamatoria. Carminativa.
2. Crudo. Oral. Para dolor de tripa.
3. Decocto (unos cinco minutos). Oral. Para el riñón. Disminuye la tensión. Analgésico. Para los gases. Digestivo. Diurético.

Denominado también fonoll, follol, ponollera, llavorettes, etc. Su uso popular en el territorio valenciano es como diurético, antiespasmódico, hipocolesteremiante, expectorante, antiséptico, galactogogo, vermífugo, carminativo, digestivo, adelgazante, antirreumático, etc.

En farmacia se utiliza como carminativo, antiséptico intestinal, antiespasmódico gástrico e intestinal, galactagogo, emenagogo, hormonal, diurético y eliminador de cloruros. Es una planta rica en aceite esencial (anetol, estragol, ani

(Mulet, 187), (Peris et al, 323), (La Ribera Alta, 243), (L'Albufera, 141)

***140**

Petroselinum crispum (Miller) A.W. Hill

Nombres populares: Perejil, julivert

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Vasoconstrictor. Diurética.

Esta planta se usa en la folkmedicina valenciana como diurética, antinefritica, antiflogística, detoxicante, analgésica, vitamínica y abortiva. En farmacia se emplea como diurética y antiuricémica. A altas dosis provoca hematuria, nefritis, hiperglucemia y parálisis muscular. Está también contraindicada en el embarazo. Su acción abortiva parece que se debe al apiol.

(Mulet, 323), (Peris et al, 410), (La Ribera Alta, 244), (L'Albufera, 142)

***141**

Pimpinella anisum L.

Nombres populares: Anís, llavorettes, anís verde, matalauva, anisete.

Parte empleada: Semillas, fruto, flor

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Digestivo. Para expulsar gases, sobretodo en niños pequeños.
2. Infusión. Oral. Dolor de tripa. Estreñimiento. Para expulsar aires. Carminativo (media cucharadita por taza; de dos a cuatro tazas al día). Vómitos de los niños. Constipados. Inflamación de estómago.
7. Se pone en el biberón. Sedante infantil (hace dormir a los niños).

En el territorio valenciano se le emplea como planta digestiva, antiespasmódica, refrescante, hipocolesteremiante, diurética y digestiva. En farmacia también tiene muchos usos como carminativa, estimulante, expectorante, parasiticida y espasmolítica. Se emplea también como aromatizante. Contieneaceite esencial (trans-anetol, estragol, cetona

anísicos, anisaldehído, etc.), cumarinas, lípidos, flavonoides, miristicina, proteínas y carbohidratos.

(Mulet, 328), (Peris et al, 149), (L'Albufera, 142)

URTICACEAE

***142**

Parietaria diffusa Mert. & Koch in Röhling

Nombres populares: Parietaria. Morella roquera

Parte empleada: Brotes que se dejan secar al sol.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Combatir los trastornos del riñón, sobre todo en los casos en los que el enfermo orina con dificultad. Diurético. Para la inflamación.
2. Decocto. Oral. Para la inflamación.

También llamada herba roquera, roquera, herba de paret y pegalosa. En medicina popular se usa como antiflogística, detoxicante, demulcente, resolutive, analgésica, astringente, alergizante, etc. En farmacia se emplea como astringente tópico y diurética. Hay que tener en cuenta que el polen de esta planta es un importante alérgeno en nuestra Comunidad. Contiene taninos, sales de potasio, glucósido falvónico, ácido glicólico y glicérico así como una sustancia amarga no identificada.

(Mulet, 319), (La Ribera alta, 244), (L'Albufera, 143)

VERBENACEAE

***143**

Lippia triphylla Kuntze.

Nombres populares: María Luisa, hierba Luisa.

Parte empleada: Hojas y sumidad florida

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Digestivo. Dolor de vientre. Dolor menstrual.
2. Infusión. Oral. Dolor de regla. Dolor de vientre. Nervios. Cualquier tipo de fiebre. Diurético. Analgésico. Relajante. Sedante (se puede mezclar con flores de azahar). Para mareos.
3. Infusión en la que se añade leche. Oral. Dolor menstrual. Dolor de barriga.
4. Fresca. Se aplican directamente las hojas sobre las encías. Para los dolores de muelas.

Esta planta en la medicina popular valenciana se emplea como antiespasmódica, antigotosa, hipuricemiente, antiinflamatoria, detoxicante, digestiva, sedante, antiséptica y afrodisíaca.

En farmacia se usa como carminativa, como tónica estomacal y antiespasmódica, como antihistamínica, antiséptica y sedante ligero. También es apreciada en perfumería y para corregir sabores de otras drogas. Contiene aceite esencial rico en mono y sesquiterpenos, alcoholes alifáticos, mono y sesquiterpenoles, ésteres terpénicos, óxidos terpénicos, aldehídos (sobre todo citral) y fumocumarinas. La planta contiene también flavonoides.

(Mulet, 260), (Peris et al, 321), (La Ribera alta, 245), (L'Albufera, 144)

VIOLACEAE

***144**

Viola odorata L.

Nombres populares: Violetas

Parte empleada: Flores

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Infusión. Oral. Curar las bronquitis. Calma la tos.
2. Maceración. Oral. Curar las bronquitis. Calma la tos.

En la medicina popular valenciana se usa como sudorífica y antiflogística. En farmacia como expectorante y antineoplásica. Contiene violarutina, saponinas y salicilato de metilo entre otros.

(Mulet, 475), (La Ribera alta, 246), (L'Albufera, 144)

***145**

Viola tricolor L.

Nombres populares: Pensamiento

Parte empleada: Sumidad aérea

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Cardiovascular. Estomacal.

No es una planta muy utilizada en la Comunidad Valenciana. Contiene algunas trazas de derivados salicílicos, antocianósidos, ácidos fenólicos, mucílagos, flavonoides, etc. Se usa en farmacia como diurética, expectorante, depurativa, laxante suave y demulcente.

(Peris et al, 409)

VITACEAE

***146**

Vitis vinifera L.

Nombres populares: Vid, uva (fruto)

Parte empleada: Fruto

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Fermentación. Para hacer vino. Quita el frío.

También llamada parres, parra, cep, vinya, serment vert (tallo), raïm (fruto), pasa y pansa (fruto seco). En medicina popular se emplea como hipotensor, vulneraria, antiséptica, antirreumática, hemostásica, astringente, febrífuga, etc.

En farmacia se utiliza el aceite de granillo de uva en hiperlipidemias; las hojas en preparaciones tónico venosas, etc. Las hojas de la variedad roja contienen derivados polifenólicos. También contiene glucósidos como ciamidol, paeonidol, malvidol, petumidol y delfinidol. El zumo de uva es muy nutritivo ya que contiene glúcidos. El vino es rico en taninos y ácidos orgánicos.

(Mulet, 476), (Peris et al, 495), (La Ribera Alta, 246), (L'Albufera, 144)

ZYGOPHYLLACEAE

***147**

Tribulus terrestris L.

Nombres populares: Espigón de romanza

Parte empleada: Sin especificar

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Sin especificar. Contra la diarrea.

Se la conoce con numerosos nombres: obreüll, pedra de rinyó, puxarabiosa, queixals de vella, herba de l'orina, herba de gatets, claus de gos, etc. En la folkmedicina valenciana se emplea como antilitiásica, antiespasmódica, hipotensora y diurética. No se usa en farmacia. No se conoce su composición.

(Mulet, 457)

Bibliografía

ALAMAR, J. (1993). *Plantas medicinales (Barrio de Mestalla, Valencia)*. Valencia, manuscrito.

ALCOVER, I.; FERNÁNDEZ, M.V. (1993). *Estudio comparativo de la folkmedicina Requena-Valencia*. Valencia, manuscrito.

ASENSI, J.; TIRADO, C. (1990). *La vegetació al nostre medi*. València, Papers bàsics-Tres y Cuatre.

BALLESTER, A.; GALIANO, R. (1993). *Análisis comparativo de la folkmedicina en Zaidía y el Perellonet*. Valencia, manuscrito.

BALLESTER, E. (s.a.). *Folkmedicina en Valencia*. Valencia, manuscrito.

BONNIER, G. (1990). *Plantas medicinales, plantas melíferas, plantas útiles y perjudiciales*. Barcelona, Omega.

BRUNETON, J. (1991). *Elementos de Fitoquímica y de farmacognosia*. Zaragoza, Editorial Acribia.

CAÑADA, M.J. (s.a.). *Plantas medicinales en la folkmedicina valenciana*. Valencia, manuscrito.

CONCA FERRÚS, A. (1996). *Plantes Medicinals de la Vall d'Albaida*. Poble Llarga, Caixa d'Estalvis d'Ontinyent.

CRESPO, J. (1989). *Las plantas medicinales en la folkmedicina valenciana*. Valencia, manuscrito.

Enciclopedia Universal Ilustrada Europe-americana, (1905-1933), 100 vols., Barcelona, Espasa.

EVANS, W.C. (Trease-Evans) (1991). *Farmacognosia*. 13ª ed., México, Interamericana-McGraw-Hill.

FERNÁNDEZ, M.; NIETO, A. (1982). *Plantas medicinales*, Pamplona, Eunsa.
Plantas del Mediterráneo (1989). Barcelona, Blume.

FERRERES, M.; FERNÁNDEZ, E. (1992). *Estudio de la folkmedicina del barrio del Cabanyal-Canyamelar*. Valencia, manuscrito.

- FIGUEROLA, R.; PERIS, J.B.; STÜBING, G. (1988). *Guía de las flores silvestres de la Comunidad Valenciana*. Valencia, Consorci d'Editors Valencians (Mestral libros).
- FRESQUET FEBRER, J.L.; TRONCHONI, J.A.; FERRER, F.; BORDALLO, A. (1994). *Salut, malaltia i terapèutica popular als pobles riberencs de l'Albufera*. Sueca, Ajuntament de Catarroja.
- FRESQUET FEBRER, J.L. (Ed.) (1995), *Salud, enfermedad y terapèutica popular en la Ribera Alta*. Valencia, Instituto de Estudios Documentales e Històrics sobre la Ciència.
- GARCÍA, A.; MIRAVET, A. (1989). *Plantas curativas utilizadas en la folkmedicina valenciana*. Valencia, manuscrito.
- GOST, A.; LLOBET, P. (1986). *Herbolarios en Valencia*. Valencia, manuscrito.
- GRESA, S. (1986). *Plantas curativas utilizadas en la folkmedicina valenciana*. Valencia, manuscrito.
- HERNÁNDEZ, B.J. (1987). *Las plantas curativas utilizadas en la folkmedicina valenciana: barrio del Botánico*. Valencia, manuscrito.
- HERNÁNDEZ, M. (s.a.). *La medicina popular en el barrio de la Trinitat*. Valencia, manuscrito.
- IÑIGUEZ, A. (1993). *Uso y conocimiento de las plantas medicinales en Valencia*. Valencia, manuscrito.
- JORDÁN, M.G.; LATORRE, M.C. (s.a.) *Las plantas en la medicina popular de la ciudad de Valencia*. Valencia, manuscrito.
- LITTER, M. (1975). *Compendio de farmacología*. 5ª reimpr., Buenos Aires, el Ateneo.
- MARTÍN, M.A. (1990). *Plantas medicinales en el barrio de la Malvarrosa*. Valencia, manuscrito.
- MATEO SANZ, G.; CRESPO VILLALBA, M.B. (1990). *Claves para la Flora Valenciana*. Valencia, Del Cenia al Segura.
- MASEFIELD, G.B. ET AL (1980). *Guía de las plantas comestibles*. Barcelona Ediciones Omega.
- MÉRAT, F.V.; DE LENS, A.J. (1829-1847). *Dictionnaire universel de matière médicale*. 7 vols., Paris, Baillière.
- MIRABET, M.D. (1987). *Plantas medicinales en el Grao de Valencia*. Valencia, manuscrito.
- MULET PASCUAL, L (1991). *Estudio etnobotánico de la provincia de Castellón*. Castellón, Diputación de Castellón.
- NAVARRO, L.A. (s.a.). *El uso de plantas medicinales en un área de la ciudad de Valencia*. Valencia, manuscrito.
- NAVARRO, R. (s.a.). *Plantas medicinales...Estudio en la periferia de la ciudad de Valencia*. Valencia, manuscrito.
- PALAO, J.E. (1988). *Breve estudio de las plantas tranquilizantes de la medicina popular valenciana*. Valencia, manuscrito.

- PELLICER, J. (1988). *Herbes medicinals al País Valencià*. Canelobre, 11, 67-80.
- PELT, J.M. (1994). *Des fruits*. Paris, Fayard.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B. (1995). *Fitoterapia aplicada*. Valencia, Colegio de Farmacéuticos.
- PODLECH, D. (s.a.). *Plantas medicinales*. Barcelona, Círculo de Lectores.
- PONCE, N. (s.a.). *Uso de plantas medicinales en Valencia*. Valencia, manuscrito.
- PLANELLS, M. (s.a.). *Plantas curativas utilizadas en la folkmedicina valenciana*. Valencia, manuscrito.
- RIVERA NÚÑEZ, D.; OBÓN DE CASTRO, C. (1991). *La guía Incafo de las plantas útiles y venenosas de la Península Ibérica y Baleares*. Madrid, Incafo.
- SÁIZ, V.G. (1992). *Uso popular de plantas medicinales en l'Olivereta*. Valencia, manuscrito.
- SCHAUENBERG, P.; PARIS, F. (1980). *Guía de las plantas medicinales*. 4ª ed., Barcelona, Ediciones Omega.
- SCHMIDT, E. (1911). *Tratado de química farmacéutica*. 3 vols., Barcelona, Hijos de J. Espasa.
- STUART, M. (1981). *Enciclopedia de hierbas y herboristería*. Barcelona, Omega.
- TORKELSON, A.R. (1996). *The Cross Name Index to Medicinal Plants*. 3 vols., Boca Raton, Florida, CRC Press.
- VILLANUEVA, V.L. (1992). *Uso popular de plantas medicinales en el barrio de la Trinitat de Valencia*. Valencia, manuscrito.
- VILLAVICENCIO, D. (1992). *Plantas utilizadas en el barrio de Mestalla de Valencia*. Valencia, manuscrito.