

Inventario de las plantas medicinales de uso popular en la ciudad de Valencia

J L. Fresquet Febrer (Profesor titular de Historia de la Ciencia, Universitat de València); G. Blanquer Roselló; M. Galindo Dobón; F. Gallego Estrada; R. García de la Cuadra Arizo; J.A. López Bueno; A. Sanjosé Pí (Estudiantes de medicina de la Universitat de València)

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 antisármico. 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 tónico. 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 ginseg (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, borraratges, 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 le atribuye 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, dondese 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 bleda, 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 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.

2. 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: Braserá.

Parte empleada: Parte aérea.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Diabetes.

Planta que también recibe el nombre de braserá, pañaladro, cañaladrera, etc.

El empleo más generalizado en la medicina popular valenciana es el de hipoglucemiante; a veces como anti-hemorroidal y antirreumática.

Su uso farmacéutico es también como hipoglucemiante suave. Contiene derivados de B-sitosterol, heterósidos cianogénicos 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 cocción. Laxante.

Planta que también recibe los nombres de camarroja, fuell, xacòdina. 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.

3. 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 cinaquina, 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 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 crespín, arroz de serpiente, raím de sapo, etc. Se emplea en la medicina popular valenciana como antiinflamatoria, hemostática, antiséptica, vulneraria, aperitiva y antitúrgica. Tiene un uso farmacéutico como detensiva 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 grénjol, 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 gluconasturcina.

(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-elterina, 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.

3. Crudo. Antiséptico.

4. Decocto. Oral. Para la circulación. Para la orina. Par 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, antirreumático, 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, hipoglucemiente, 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 colagogo, 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. Hipotiroidismo

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.

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

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

4. 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 expectorante, diurética, antilitiásica y antiinflamatoria vascular. Su uso farmacéutico es como expectorante, anticatarral, astringente, vulneraria, diurética y estomacal. Contiene glicomina, 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, poliol 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. Alfàbega.

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, antipletórico, 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.

3. Infusión o decocto de las hojas. Tópica. Para el sudor excesivo.

4. 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 tuyaona.

(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, hemostática, 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, savoritja, 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 almorra. 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.

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

También llamado algarrobo, garrofer; al fruto algarroba, garròfa, y a la semilla garrofí. 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 poliosidos 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 aminos 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, proteínas, 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, proteínas, celulosa, vaginila, pectina.

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

LILIACEAE

*91

Allium cepa L.

Nombres populares: cebra, 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, hipocolestere-miante, 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, anti-dispéptico, 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 líquen tiene propiedades de tónico-amargo, antivomitivas, béquicas y aperitivas. Contiene mucílagos, líquenina e isolíquena, ácido cetrárico, ácido lique-noesterínico 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 hierva 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)

MONIMIACEAE

*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 aceite 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 proteolíticas 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: Eucalipto.

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 anti-asmática. 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, llesamí.

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 pìonia. 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, pequets del nostre senyor, mataconill, serra musterrri, 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)

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 aspidol, 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, anti-odontálgica, antidiarréica 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 anti-diarréica. 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 antipletórico.

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: Zarcas.

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, antiplétórico, 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 (cafeilquinicos 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-monilcetona, 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 vulnerario.

(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, mucílago, 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: Zarparrilla.

Parte empleada: Raíz.

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, sarsaparrilla, herba de setge, salsaparrela, etc. Se emplea como detoxicante, diurética, digestiva, antiinflamatoria, hipotensora, estimulante de la curculación, 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 rube-faciente, 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, falvonoides 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. Ligera-mente 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, dillanosídeos, 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, galactogogo, emenagogo, hormonal, diurético y eliminador de

cloruros. Es una planta rica en aceite esencial (anetol, estragol, etc.)

(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, antinefrítica, 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, mata-lauva, anisete.

Parte empleada: Semillas, fruto, flor.

Utilización popular (Preparación, administración, usos)

1. Decocto. Oral. Digestivo. Para expulsar gases, sobre todo 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.

3. 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. Contiene aceite esencial (trans-anetol, estragol, cetonaanísicos, 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 alergen 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, aldehidos (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 frio.

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 delphinidol. 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.

- Ballerster, A.; Galiana, 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, Eunsia.
- Plantas del Mediterráneo* (1989). Barcelona, Blume.
- Ferrerres, M.; Fernández, E. (1992). *Estudio de la folkmedicina del barrio del Cabanyal-Canyamelar*. Valencia, manuscrito.
- Figuerola, R.; Peris, J.B.; Stübing, T., 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.; Boddallo, 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 Históricos sobre la Ciencia.
- 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 perifería 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.