



Estudio etnobotánico de la provincia de La Coruña.



Tesis Doctoral: Juan Antonio Latorre Catalá

DIRECTORES:
GERARDO STÜBING
JUAN BAUTISTA PERIS

UNIVERSITAT DE VALÈNCIA.
FACULTAD DE FARMACIA. DEPARTAMENTO DE BOTÁNICA.

Diciembre de 2008

**UNIVERSITAT DE VALÈNCIA.
FACULTAD DE FARMACIA.
DEPARTAMENTO DE BOTANICA**

**Etnobotánica de la provincia de
La Coruña**

**Memoria presentada por Juan Antonio
Latorre Catalá, para optar al grado de
Dr. en Farmacia**

**DIRECTORES:
GERARDO STÜBING
JUAN BAUTISTA PERIS**

**VALENCIA
Diciembre 2008**

A mis padres, Juan y Pilar

AGRADECIMIENTOS

Este trabajo es fruto, no solo de la colaboración de numerosas personas que han querido velar sus conocimientos para que puedan quedar recogidos en este estudio sino también de otras sin cuyo apoyo incondicional habría sido imposible la realización del mismo.

Gracias al Dr. Gerardo Stübing por su confianza y apoyo incondicional en todo momento y al Dr. Juan Bautista Peris por sus consejos y correcciones porque ellos hicieron posible este proyecto, resultado del cual, hoy sale a la luz esta Tesis.

Gracias al Dr. Iñigo Pulgar del Departamento de Botánica de la Facultad de Farmacia de Santiago de Compostela y a D. Pablo Piró Mascarell colaborador del Jardín Botánico de Valencia por su colaboración en la confirmación de la determinación de algunos especímenes.

Especial mención al constante apoyo activo de mi familia en general y en particular la de mi mujer y compañera, Eugenia, la de mis cuñados Francisco Javier García y Gans y Paco Salgueiro y la de mi hermana M^a Pilar Latorre cuya ayuda me ha hecho posible dar forma escrita a todo ese trabajo de campo desarrollado en los últimos 10 años.

Gracias también, a la colaboración importante de mis amigos Paula Sáez Crespo, Daniel Docampo Palermo, Carlos López González, Amadeo Taboada Cid, Ángeles Saavedra y Antonio Trabado sin cuya ayuda habría sido más tediosa y difícil la realización de este proyecto.

Gracias también, a Rosa Español, Pedro Penas, Toñita (Piabeli), Belén (O Fogar), Josefina Anllo y Dolores Nieto, por su interés y colaboración.

Gracias a Josefa Cociña y Francisco Salgueiro por su ayuda en el conocimiento del medio rural y costumbres tradicionales de Galicia.

A mis hijos Santiago y Juan José, gracias por la comprensión y paciencia por el tiempo que les he robado en la realización del trabajo.

Gracias a Consuelo y María José de la secretaría del Departamento de Botánica de la Facultad de Farmacia de Valencia por haberme ayudado y tratado siempre con amabilidad y simpatía.

Como son incontables las personas que de manera directa o indirecta contribuyeron con su esfuerzo al desarrollo de esta Tesis. Sirva mi agradecimiento a todo aquel que al leerlo sienta que ha sido parte del mismo.

TESIS DE ETNOBOTÁNICA DE LA PROVINCIA DE LA CORUÑA

1-GENERALIDADES.

1.1 Introducción	
1.1.1 Presentación.	8
1.1.2 Antecedentes.	9
1.1.3 Justificación.	12
1.1.4 Objetivos.	13
1.2 Generalidades del territorio a estudiar.	
1.2.1 Situación, extensión y límites	14
1.2.1.1 Comarcas.	15
1.2.2 Geología.	18
1.2.3 Edafología.	23
1.2.4 Hidrología.	26
1.2.5 Relieve y orografía.	29
1.2.6 Climatología.	33
1.2.7 Bioclimatología.	36
1.2.8 Corología.	
1.2.8.1 Sectorización.	39
1.2.8.2 Flora.	40
1.2.9 Geografía humana	
1.2.9.1 Demografía.	53
1.2.9.2 Economía.	55

2- MATERIAL Y METODOS.

2.1 Estudio bibliográfico.	60
2.2 Acercamiento a la población y recogida de datos.	60
2.3 Identificación botánica.	63
2.4 Procesado de información.	63

3- ESTUDIO ETNOFARMACOLOGICO DE LAS PLANTAS VASCULARES DE LA PROVINCIA DE LA CORUÑA.

3.1 Informantes.	66
3.1.1 Datos obtenidos de las encuestas.	66
3.1.2 Vías de adquisición de conocimiento.	69
3.1.3 Perfil profesional.	69
3.1.4 Falta de aplicación de los remedios tradicionales.	70
3.1.5 Uniformidad geográfica del conocimiento.	70
3.1.6 Listado de informantes.	71
3.1.7 Localización geográfica de los informantes.	78

3.2 Usos Etnofarmacológicos, acciones farmacológicas y formas de utilización.	
3.2.1 Formas de utilización.	79
3.2.2 Nivel de utilización de las plantas.	86
3.2.3 Dosificación de los usos.	88
3.2.4 Recogida de las plantas.	88
3.2.5 Plantas tradicionales comercializadas en el área de estudio.	88
3.2.6 Partes, tipos de uso y formas de preparación de las plantas.	89
3.2.7 Las mezclas o formulas de las plantas.	91
3.2.8 Usos mágicos.	93
3.2.9 Acciones farmacológicas.	95
3.2.9.1 Tabla aparato circulatorio.	96
3.2.9.2 Tabla aparato auditivo.	97
3.2.9.3 Tabla aparato digestivo.	97
3.2.9.4 Tabla aparato genital femenino.	100
3.2.9.5 Tabla aparato locomotor.	101
3.2.9.6 Tabla metabolismo.	103
3.2.9.7 Tabla sistema nervioso.	104
3.2.9.8 Tabla piel y mucosas.	105
3.2.9.9. Tabla sistema oftalmológico.	109
3.2.9.10 Tabla aparato respiratorio.	110
3.2.9.11 Tabla sistema urinario.	112
3.2.9.12 Tabla Cabello.	113
3.2.10 Tabla de especies en relación con los grupos patológicos.	116
3.3 Estudio monográfico.	
3.3.1 Generalidades estudio monográfico.	132
3.3.2 Monografías.	134
4-RESUMEN Y CONCLUSIONES.	664
5-BIBLIOGRAFIA E INDICES.	
5.1 Bibliografía general.	666
5.2 Índice de denominaciones científicas.	675
5.3 Índice denominaciones populares gallegas.	677
5.4 Índice denominaciones populares castellanas.	685

INTRODUCCION

1.1.1.PRESENTACION

Desde los primeros tiempos, la sociedad humana ha tenido una íntima relación con el medio ambiente en que se desenvolvía. Nuestros antepasados adoptaron patrones de vida acordes a la naturaleza que los rodeaba, utilizaron las plantas con todo tipo de fines: alimentario, textil, fabricación de enseres, usos medicinales, mágicos...

Este conocimiento se ha transmitido verbalmente de generación en generación hasta nuestros días. En la actualidad el abandono de la vida rural y las características de la vida en las ciudades, tan alejada del medio natural, pone en peligro la pervivencia de este acervo cultural.

La etnobotánica es una ciencia interdisciplinar, que se encarga del estudio de la interacción hombre-mundo vegetal. Este estudio se puede abordar desde muchas áreas: botánica, antropología, farmacología, toxicología, nutrición, etc.

En el presente trabajo, he abordado el estudio etnobotánico de la provincia de La Coruña con un enfoque farmacológico, profundizando en los principios activos de las plantas encontradas y comparando su uso tradicional con el de la bibliografía científica.

Desde el punto de vista botánico, la provincia elegida tiene una riqueza florística importante, por lo que cabría esperar encontrar un elevado número de plantas medicinales. Por otra parte, esta provincia que posee una amplia zona costera y una proyección marinera desde la antigüedad, también tiene un enorme patrimonio rural, en general bien conservado, porque la mayoría de las transformaciones producidas en el campo, han ocurrido en los últimos años. Esto debe permitir encontrar informantes que posean los conocimientos que estamos buscando.

No obstante, no tiene un comportamiento de comunidad aislada, y son numerosas las influencias externas que ha recibido, debidas entre otros factores a su vocación marinera, su abundante población emigrante desde finales del siglo XIX hasta más de la mitad del siglo XX; además en ella se encuentra el último tramo del Camino de Santiago, con lo que ha supuesto de intercambio cultural entre los pueblos. Es posible que parte de los usos encontrados no correspondan a plantas autóctonas ó no correspondan a usos tradicionales de nuestra zona.

Este trabajo pretende contribuir a preservar el saber popular sobre las plantas, no sólo para poder utilizar mejor los recursos que la naturaleza nos brinda, sino también para poder transmitirles a nuestros hijos este rico patrimonio.

1.1.2. ANTECEDENTES

Desde que en 1885, en un congreso de antropología, Harshberger propusiera el término etnobotánica hasta hoy, ha sufrido una evolución continua de matices en su definición. Actualmente una de las definiciones más aceptadas es la de González-Tejero (1985) “es la ciencia que estudia el uso dado a las plantas, silvestres o no, por parte de la cultura tradicional popular, alejada del método y academicismo científico, dentro del hecho coherente que constituyen el hombre, su hábitat, y la forma de vida condicionada por éste”

Si nos acogemos a este concepto, en Galicia, tenemos antecedentes en autores como:

- El Padre Sarmiento (siglo XVIII) referencia obligada en la etnobotánica gallega. Pese a los pocos trabajos accesibles, recopila gran cantidad de nombres vernáculos de plantas gallegas que aún siguen vigentes (sabugueiro, cálsamo, carquesa, etc...). Escribe algunos tratados monográficos, el más conocido es el de la “disertación sobre las eficaces virtudes y uso de la planta llamada carquesa”. Publicado en 1759.
- El Padre Merino, que en su “flora descriptiva e ilustrada de Galicia” expone nombres vernáculos y algunos usos (1905).
- F. Bouza Brey, con su libro. “Las enfermedades infantiles de Rosalía de Castro y los ritos de medicina mágica en Galicia”. Donde recoge algunos usos de plantas (BOUZA BREY, F. 1967)
- Francisco Bellot con algunas publicaciones interesantes como “flora supersticiosa de Galicia” (1980) y varias obras botánicas entre las que destacan “Contribución al estudio fitosociológico de los prados gallegos” (BELLOT, F & CASASECA, B.; 1956), “Primera contribución al estudio fitosociológico de los prados gallegos” (BELLOT, F & CASASECA, B.; 1959) y “La vegetación de Galicia” (BELLOT, F.; 1968).
- Carmelo Lisón Tolosana, antropólogo con varias obras publicadas como “Brujería, estructura social y simbolismo en Galicia” (1980) y “Antropología cultural de Galicia” (1971). Obras en las que se refieren usos de plantas.
- Víctor Lis Quibén “Medicina popular en Galicia” (1980). En el cual se exponen usos de plantas.

Después, existen estudios hechos sobre la flora de Galicia, la mayoría de ellos con enfoque botánico, como:

- “La vegetación y flora del término municipal de Santiago de Compostela” de CASASECA 1959
- “Vegetación de estuarios gallegos. Marisma de Carnota” (1984) y “Vegetación de estuarios gallegos. Marisma de Miño, Ría de Ares” (1985) escritos ambos por ALVAREZ, R & GONZALEZ, E.
- "Aproximación al conocimiento de la flora y comunidades vegetales de la playa y laguna de Doniños (Ferrol, La Coruña)" (1987) de GUITIAN.
- “Los medios halófilos de la ría de Ortigueira (La Coruña, España). Vegetación de dunas y marismas” (1996) escrito por Izco, J. & SÁNCHEZ, J.M.

- Catalogo de la flora gallega de Romero BUJAN, M.I. editado en el 2008.
- “Guía da flora do Parque Natural do complexo dunar de Corrubedo e lagoas de Carregal e Vixán” (2003) PULGAR, I.; VALLE, F.

Sin embargo aunque los estudios sobre etnobotánica en Europa se han desarrollado mucho menos que en otros continentes. En España, en las últimas décadas, ha habido un notable interés sobre estudios etnobotánicos a nivel nacional. Fruto de estos estudios son algunas tesis como la Etnobotánica de Castellón, de MULET (1991), las investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” de BLANCO CASTRO (1996), las investigaciones etnobotánicas en el parque natural de Cabo de Gata-Níjar (Almería)” de MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. (1997), las investigaciones etnobotánicas en la provincia de Granada de GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M^a. (1989), la etnobotánica de les Terres Gironines de PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. (2002) y la etnobotánica de Piloña (Asturias) (2004) SAN MIGUEL LOPEZ, E.

Los trabajos etnobotánicos más cercanos (geográficamente y en contenido) a la provincia de La Coruña son la tesis etnobotánica de la Sierra del Caurel (Lugo) de Blanco Castro (1996) y la más recientemente aportación de San Miguel López, Elia, con “la etnobotánica de Piloña (Asturias)” en 2004 que constituye la primera tesis de etnobotánica en Asturias.

1.1.3. JUSTIFICACION

Muchos de los medicamentos actuales tienen principios activos procedentes de plantas, además el uso de extractos vegetales para tratar patologías comunes, es cada vez más habitual.

La OMS ha promovido el estudio de las plantas como fuente de medicamentos, dentro del programa "Salud para todos en el año 2000" (Akerle, 1985). En la actualidad son numerosos los trabajos de etnobotánica realizados en todo el mundo. Con ellos se pretende descubrir especies nuevas, así como diversificar los usos de las ya existentes, tanto en el aspecto medicinal, como cosmético, en tecnología alimentaria...

En sociedades industrializadas como la nuestra, estos trabajos deben ser realizados de forma urgente porque la pérdida de conocimiento es mucho más rápida.

Hasta ahora, la cultura rural ha estado condicionada por muchos factores (económicos, religiosos, sociales, etc.), responsables en gran medida de la permanencia y evolución de este patrimonio. En los últimos tiempos el medio rural de nuestro país ha sufrido fuertes cambios tanto en el ámbito económico, social y tecnológico.

En Galicia, el despoblamiento del campo y el desarraigo generacional, es una situación relativamente reciente. Así, según datos del Instituto Galego de Estadística, con fecha del 2007, el número de lugares abandonados en la comunidad se ha incrementado un 15% en los últimos siete años. Este incremento se va acentuando cada año más.

Por otra parte, la transformación del medio natural debido a la construcción de barrios residenciales, polígonos industriales, autovías, uso de maquinaria en las tareas agrícolas, así como la concentración parcelaria ó los incendios hace que muchas especies desaparezcan en puntos concretos, con lo que también desaparece su uso en esa zona. A medida que las plantas se utilizan menos, se olvidan su preparación y dosificación, esto repercute a su vez en una menor utilización por desconocimiento.

La influencia de los medios de comunicación social es cada vez mayor y las plantas tradicionales caen en desuso y son sustituidas por otras foráneas, e homogeniza el conocimiento y perdemos legado cultural.

Sería pues interesante completar el mapa etnobotánico de España, antes de que la pérdida de conocimiento sea inevitable.

Hay que tener en cuenta que es difícil finalizar un trabajo como este, porque cuando tienes pocos informantes parece que los datos recolectados serán escasos, pero a medida que contactas con más gente el flujo de información es cada vez mayor y cuando cierras el trabajo la sigues recibiendo de manera continua.

La investigación etnobotánica será más fructífera cuanto más trabajos se realicen y consigamos dar cobertura a un mayor número de zonas estudiadas. Esto nos permitirá además plantear trabajos de etnobotánica cuantitativa, obtener un enfoque global desde aspectos diferentes: sociológico, antropológico, botánico, farmacéutico, etc. Y todo esto será posible, sólo si se realizan ahora, antes de que toda esta riqueza cultural desaparezca.

1.1.4. OBJETIVOS

-Recopilar datos etnobotánicos sobre plantas medicinales en la provincia de La Coruña:

- Nombres científicos y vulgares de las plantas utilizadas, familia a la que pertenecen.
- Descripción, distribución y ecología de estas plantas.
- Partes que se utilizan de las mismas, si se usan frescas ó secas.
- Formas de preparación y administración de los remedios utilizados.
- Principios activos que contienen.
- Estudio de los usos tradicionales, establecer la acción farmacológica y contrastarlo con los usos científicos documentados.
- Posibles efectos tóxicos y precauciones de uso.
- Comparar los resultados con los datos obtenidos en otros estudios etnobotánicos.

-Estudiar las características de los informantes: edad, sexo, profesión.

-Estudiar cuales son las plantas sobre las que existe un mayor conocimiento en la zona estudiada y cuáles son las que presentan un mayor número de usos.

-Valorar si existe el mismo grado de conocimiento de las plantas por toda la provincia ó es más alto en las comarcas de interior con mayor tradición agrícola y ganadera.

-Estudiar el nivel de uso actual de las plantas tradicionales.

-Estudiar los factores que contribuyen a la pérdida de esta utilización ancestral.

-Evaluar el grado de coincidencia entre las plantas utilizadas por la fitoterapia actual en La Coruña con las plantas usadas tradicionalmente.

-Posibles aportaciones nuevas, encontrar plantas con propiedades medicinales no probadas por la literatura científica, que puedan ser estudiadas más adelante desde aspectos fitoquímicos y farmacológicos.

1.2. GENERALIDADES DEL TERRITORIO A ESTUDIAR

1.2.1. Situación, extensión y límites.

La Coruña, provincia de España, situada en la comunidad autónoma de Galicia, en el noroeste peninsular, tiene 7950,38 km² de extensión (fuente: Instituto Geográfico Nacional), repartidos en 94 municipios y 10.318 localidades ó entidades menores de población (pueblos, aldeas, parroquias), la dispersión geográfica de la población, es una característica clara de la población gallega, a ello ha contribuido, entre otras razones, el exagerado minifundio del campo gallego.



Mapa de España en el que se destaca en rojo la Provincia de La Coruña.

Figura 2. Mapa de Galicia en el que están representadas sus cuatro provincias.

Limita al Norte con el Mar Cantábrico y el Océano Atlántico, al Oeste con el Océano Atlántico, al Este con la provincia de Lugo, y al Sur con la de Pontevedra. Es la provincia más poblada de Galicia, tiene según el INE, en el año 2007, 1.132.792 habitantes, con una densidad de población de 142,48 hab/km². En las tres ciudades más grandes (A Coruña, Santiago y Ferrol) viven 413.281 personas, el 36,4% del total de habitantes de A Coruña

Latitud norte (extremo septentrional): 43°48'

Latitud norte (extremo meridional): 42°31'

Longitud (extremo oriental): 7°40'W

Longitud (extremo occidental): 9°18'W

(Longitud referida al meridiano de Greenwich. Sistemas de referencia: Datum Europeo para Península y Baleares)

Fuente INE Anuario Estadístico de España

La Coruña es la provincia de Galicia con más kilómetros de costa, concretamente 956 Km de los 1498 Km totales de Galicia. Por esto, una parte importante de su actividad económica se concentra en torno al mar, no sólo por la industria, sino también por el turismo. Su costa se extiende desde la Punta de Estaca de Bares, a la ría de Arousa, es recortada, muy sinuosa y frecuentemente acantilada, con multitud de cabos, islotes y con formación de numerosas rías, ensenadas y puertos naturales. Este accidentado perfil contrasta con la suavidad de las tierras del interior, donde ningún pico sobrepasa los 900 m y el 98% de su territorio se encuentra por debajo de 600 m.

1.2.1.1. Comarcas.

La provincia de La Coruña comprende las siguientes Comarcas: A Barcala, A Coruña, Arzúa, Barbanza, Bergantiños, Betanzos, Eume, Ferrol, Fisterra, Muros, Noia, O Sar, Ordes, Ortegal, Santiago, Terra de Melide, Terra Soneira, Xallas.

Comarca de A Barcala: Está formada por los municipios de A Baña y Negreira. Densidad de población: 53,3 hab/km².

Comarca de A Coruña: Tiene nueve municipios: Abegondo, A Coruña, Arteixo, Bergondo, Cambre, Carral, Culleredo, Oleiros, Sada. El más densamente poblado es el ayuntamiento de A Coruña, no sólo de esta comarca sino de toda Galicia, tiene 6460,2 habitantes/km² en sus 37,83 km² de extensión: Además, la comarca de A Coruña es la segunda mas poblada de toda Galicia (por detrás de Vigo) con una densidad de población de 819 hab/km².

Comarca de Arzúa: Abarca los municipios de Arzúa, Boimorto, O Pino, Touro. Densidad de población: 37,9 hab/km².

Comarca do Barbanza: Está formada por los municipios de: Boiro, Pobra do Caramiñal, Rianxo, Ribeira. En su comarca está situado el Parque Natural de las Dunas de Corrubedo y Lagunas de Carregal y Vixán y el archipiélago de Sálvora,

que forma parte del Parque Nacional de las Islas Atlánticas, pertenece a Ribeira. Densidad de población: 286,4 hab/km².

Comarca de Bergantiños: Abarca siete municipios: Cabana de Bergantiños, Carballo, Coristanco, Laracha, Laxe, Malpica de Bergantiños, Ponteceso, Densidad de población: 95,3 hab/km².

Comarca de Betanzos: Comprende once municipios: Aranga, Betanzos, Cesuras, Coirós, Curtis, Irixoa, Miño, Oza dos Ríos, Paderne, Vilarmaior, Vilasantar. Cuenta con una superficie de 669,3 Km². Su densidad poblacional es de 58,6 hab/Km².

Comarca do Eume: Tiene cinco municipios: Cabanas, Capela, Monfero Pontedeume, Pontes de García Rodríguez. En esta comarca está situado el Parque Natural Fragas do Eume. Densidad de población: 48,2 hab/Km².

Comarca de Ferrol: Abarca once municipios: Ares, Cedeira, Fene, Ferrol, Narón, Neda, Moeche, Mugardos, San Sadurniño, Somozas, Valdoviño.

Son ayuntamientos pequeños en extensión pero tienen gran densidad de población. Densidad de población 266,8 hab/km².

Comarca de Fisterra: Comprende cinco municipios: Cee, Corcubión, Dumbría, Fisterra, Muxia. Densidad de población: 72,6 hab/km².

Comarca de Muros: Tiene sólo dos municipios: Carnota y Muros. En ella está presente la Reserva Natural do Monte Pindo. Densidad: 110,4 hab/km².

Comarca de Noia: Comprende cuatro municipios: Lousame, Noia, Outes, Porto do Son. Densidad de población: 112,4 hab/km².

Comarca do Sar: Tiene tres ayuntamientos: Dodro, Rois, Padrón. Densidad de población: 134,5 hab/km².

Comarca de Ordes: Abarca siete municipios: Cerceda, Frades, Mesía, Ordes, Oroso, Tordoia, Trazo. Densidad: 37,9 hab/km².

Comarca de Ortegaleira: Formada por cuatro municipios: Cariño, Cerdido, Mañón y Ortegaleira. Densidad: 27,2 hab/km².

El hecho de que la comarca limite, simultáneamente, con el Océano Atlántico y con el Mar Cantábrico, se debe a que tradicionalmente se ha establecido como comienzo de este último mar el cabo Estaca de Bares, el punto más septentrional de la Península Ibérica, ubicado en el municipio de Mañón. En esta comarca está presente uno de los humedales más grandes de Galicia: el de La Ría de Ortegaleira.

Comarca de Santiago: Formada por los ayuntamientos de: Ames, Brión, Boqueixon, Santiago de Compostela, Teo, Val do Dubra, Vedra. Densidad de población: 227,6 hab/km².

Comarca de Terra de Melide: Consta de cuatro municipios: Melide, Santiso, Sobrado y Toques

Melide es la capital de esta comarca. Muy vinculada al Camino de Santiago que lo atraviesa. Situada en el centro geográfico de Galicia. Las distancias a las capitales de provincia son cortas: 50 Km a Santiago, unos 45 a Lugo, 70 aproximadamente a La Coruña y unos 85 a Orense. Dista sólo 6 km de los límites con la provincia de Lugo y otros tantos a la de Pontevedra. Densidad: 37,6 hab/km².

Comarca de Terra de Soneira: Abarca los municipios de Camariñas, Vimianzo Zas. En ella está situada la Reserva Natural de la Ría de Camariñas. Densidad: 54,2 hab/km².

Comarca de Xallas: Formada por los ayuntamientos de: Mazaricos y Santa Comba. Densidad: 41,4 hab/km².

1.2.2. Geología.

Historia Geológica:

Galicia tiene geológicamente una cierta individualidad desde hace al menos 140 millones de años (cretácico en el final del mesozoico) pero no llegó a tener los límites actuales hasta finales del Terciario.

Hace aproximadamente 650 millones de años en el precámbrico las masas continentales estaban separadas unas de otras por un océano. Desde el precámbrico hasta finales del paleozoico Galicia sería una zona de sedimentación marina. Aproximadamente en el tránsito del Precámbrico hacia el Ordovícico hay una zona en la que se acumulan materiales detríticos y volcánicos que serán los que darán lugar posteriormente al gneis "ollo de sapo". También desde el Precámbrico hasta antes de la orogenia herciniana (producida en el Devónico y Carbonífero) hubo ascenso de materiales magmáticos que serán después afectados por la Orogenia Hercínica transformándose en ortogneis (hoy asociados con la unidad Malpica-Tui) (4)

La era Paleozoica se inicia con la dispersión de un supercontinente (Pangea I), todos los continentes unidos en uno, que se van a separar para unirse de nuevo en un supercontinente (Pangea II) al fin de esta era. Las colisiones que concluyen esta reunificación constituyen lo que se conoce con el nombre de Orogenia Hercínica. (Rocas de Galicia)

La colisión herciniana de las placas euroasiática y americana originó, por una parte el cierre del océano medio europeo y por otra parte la unión de la Galicia Oriental (al este de la Unidad Olla de Sapo, provincia de Lugo fundamentalmente) con la Galicia Occidental. La colisión continental produce la superposición del terreno alóctono de los complejos neísicos asociados a las rocas máficas de Galicia sobre la margen de Gondwana (representada por los sedimentos paleozoicos y precámbricos de las zonas Centroibérica, Astur Occidental-Leones y Cantábrica)

Testigos de este área oceánica se encuentran en las rocas con carácter ofiolítico, (restos de litosferas oceánicas, Hess 1964) (5) de los Complejos de Rocas Máficas y Asociadas de la región de Cabo Ortegal, (Vegas y Cordoba, 1988, Pérez Estaún et al, 1991) (12) (9)

Galicia se encuentra en pleno macizo hespérico surgido con el movimiento orogénico herciniano. Geológicamente el Macizo Hespérico representa el afloramiento más extenso de rocas Paleozoicas (prepérmicas) de toda la Península Ibérica. En el Mapa tectónico de la Península (Julivert et al, 1972-1974) (6) queda dividida en: zona Cantábrica, Asturoccidental-Leonesa, Centroibérica, Ossa Morena y Supraportuguesa. Revisado posteriormente por Farias et al (1987) (4) y Arenas et al (1988) (1), la zona centroibérica da lugar a la subzona de Galicia Tras Os Montes.

En La Coruña encontramos una pequeña franja perteneciente a la zona centroibérica (en el límite con la provincia de Lugo). Son series sedimentarias del precámbrico que por la orogenia hercínica se transformaron en pizarras, esquistos, cuarcitas, anfibolita y gneis (gneises porfiroides Ollo de Sapo).

Dentro de la zona de Galicia-Tras-os Montes, en La Coruña se encuentran los complejos alóctonos ultramáficos de Ordenes y Cabo Ortegal, (2) muy interesantes porque su estudio aporta datos tales como la edad de formación y cierre de los océanos que ocupaban posiciones intermedias entre las placas continentales colisionantes Marcos, A y Farias, P (1997) (7) y Díaz García, F (1988) (3). Constan de series de esquistos, pizarras, gneises y de rocas básicas y ultrabásicas como gabros, serpentinas, anfibolitas y granulitas. Según el profesor Parga Pondal, la provincia de La Coruña se diferencia de las demás provincias gallegas por la gran extensión que en ella alcanzan las rocas básicas y ultrabásicas metamorizadas ó no (las citadas gabros, anfibolitas, serpentinas) Parga Pondal, I.(1966). (8)

En este mismo dominio de rocas máficas y relacionadas se encuentra también una parte de la Unidad de Malpica-Tui.

En La Coruña también se localiza una porción del dominio esquistoso de Galicia-Tras-os Montes. Consta de una sucesión de pizarras, esquistos, cuarcitas, mármoles, anfibolitas.

En las diferentes etapas de la orogenia hercínica se produjeron rocas plutónicas en profundidad, que más tarde aflorarían a la superficie a causa de la erosión. Entre éstas destacan:

Granitos alcalinos de 2 micas, asociados a zonas de metamorfismo regional y los procesos de anatexia (Pérez Alberti, 1984 (Galicia eterna)). (10)

Granodioritas precoces, que sólo tienen biotita. Se presentan en macizos alargados de contornos regulares: presentan granos medios, pudiendo alcanzar, los megacristales, hasta 10cm. de longitud.

Granodioritas tardías, similares a las anteriores pero de edad más reciente ya que aparecen al final de la orogenia, se presentan en macizos circunscritos.

La corteza hercínica se ha comportado de manera pasiva desde su estructuración hasta el presente. Esto significa que no ha sufrido ninguna reorganización en cuanto a su composición o disposición de las diferentes unidades tectónicas, únicamente ha sido afectada por procesos de fracturación, formación de relieves y sedimentación superficial. Vegas, R. (1992). (13)

En esta etapa posthercínica los montes hercínicos son erosionados hasta formar penillanuras.

La expansión del Atlántico provoca el choque de África con Europa, a medida que se separa de Sudamérica

La compresión generalizada que se desarrolla en la Península Ibérica causa la reactivación de las fracturas debido a la subducción producida en el borde cantábrico. Además, los materiales hercínicos preexistentes tuvieron un comportamiento rígido, de tal modo que se formaron una serie de fallas, sobre estas líneas de fracturas se forman alguna de las cuencas terciarias p.ej. Pedroso-As Pontes descritas por Santanach & al (1988). (11)

En la era terciaria llega la reactivación alpina que en La Coruña ha influido en la formación de las rías y la formación de cuencas terciarias, donde vamos a encontrar lignitos, especialmente en las cuencas de As Pontes y Meirama.

Durante el Cuaternario se suceden las glaciaciones que se alternan con períodos más cálidos. Predomina la erosión que ayudará a modelar las rías al producirse el encajamiento de los cauces de los ríos.

BIBLIOGRAFÍA:

- 1 ARENAS R, FARIAS P, GALLESTEGUIS G et al (1988) Características geológicas y significado de los dominios que componen la zona de Galicia-Tras –Os-Montes, simposio sobre cinturones orogénicos 11. Cong. Geol Esp, Granada, pp 75-84.
- 2 DIAZ GARCIA, F (1988) La evolución metamórfica de las rocas máficas y ultramáficas del sector occidental del Complejo de Ordenes NW de España. Cuad. Lab. Xeol. Laxe, 2:141-149.
- 3 DIAZ GARCIA, F (1990) La geología del sector Occidental del Complejo de Ordenes Cordillera Hercínica, NW de España: Nova Terra 3, Ed O Castro 230p.
- 4 FARIAS P, GALLESTEGUI G, GONZALEZ LODEIRO F ET AL (1987). Aportaciones al conocimiento de la litoestratigrafía y estructura de Galicia Central, Anais da Facultade de Ciencias. Universidade de Porto, Memorias 1: 411-431.
- 5 HESS, H. H (1964) The oceanic crust, the upper mantle and the Magaguez serpentized peridotite. En: A study of serpentized (C. A Burke Ed). 1188p, 169-175. National Academy of Sciencies Washintong DC.
- 6 JULIVERT, M, FONTBOTE J.M., RIBEIRO A, NABAIS CONDE LE. (1972) –mapa tectónico de la Península Ibérica y Baleares E 1:1000.000 Memoria (1974)113pp Inst Geol. Min Esp.
- 7 MARCOS, A y FARIAS, P (1997): La estructura de la sutura varisca en la transversal de Cabo Ortegal (NW de España): XIV Reuniao de Geología do Oeste Penínsular. Abstracts 109-114.
- 8 PARGA PONDAL, I. (1966).- Datos geológicos y petrográficos de la provincia de La Coruña. Excma. Dip. Provincial. La Coruña.
- 9 PEREZ-ESTAUN, A., MARTINEZ-CATALAN, J.R. y BASTIDA, F. (1991), Crustal thickening and deformation sequence in the footwall to the suture of the Hercynian belt of northwest Spain: Tétorrophysics, 191: 243-253.
- 10 PEREZ ALBERTI, A. 1984. El relieve en Galicia Eterna Volumen III. Ed Nauta.

- 11 SANTANACH, P, BALTUILLE, J.M., CABRERA, L., MONGE, C., SAEZ, A y VIDAL-ROMANI, J.R. (1988). Cuencas terciarias gallegas relacionadas con corredores de fallas direccionales. 11 Congr. Geol. de España, Granada. Simposios. 123-133.
- 12 VEGAS, R, y CORDOBA, D. (1988). Sobre la existencia de dos cuñas de corteza en Galicia Oriental según resultados de sismica profunda. Implicaciones geodinámicas. Geogaceta, 5:16-19.).
- 13 VEGAS, R (1992) La síntesis de la geología de Galicia en el marco de dinámica global, VII Simposio sobre la enseñanza de la Geología. Santiago de Compostela.

1.2.3. Edafología.

Respecto a los aspectos edáficos, existen diferencias notables entre los materiales de partida de los suelos de los dos sectores corológicos, que tenemos en la provincia. Así, en el galaico-asturiano predominan los materiales metamórficos silíceos entre los que se intercalan algunos plutónicos ígneos y un extenso afloramiento de rocas básicas y ultrabásicas (6) (complejo de cabo Ortegal). Existen sedimentos terciarios y cuaternarios, depósitos de materiales no consolidados (arenas, margas, arcillas y gravas), se localizan fundamentalmente, en las cuencas sedimentarias de As Pontes y Meirama

En el sector galaico-portugués dominan los materiales graníticos (son los predominantes) y las rocas gnéicas ácidas, seguidas de esquistos. Los esquistos engloban extensas zonas de las comarcas de Ordenes, Arzua y Santiago. Podemos encontrar esquistos negros (alrededores de Valdoviño), cerca de Ferrol ó esquistos gnéicos de biotita de grano fino y color gris claro como sucede en Cabañas (norte de Pontedeume). En toda la comarca de As Mariñas por Sada y Betanzos, afloran rocas compactas esquistosas de grano fino y colores oscuros, que se hallan atravesadas con bastante frecuencia, por intrusiones básicas, como garbos ó anfolitos. En el sector sur de la comarca de Ordenes se desarrollan ampliamente esquistos micáceos granatíferos de gran interés petrográfico.

La acción combinada de las elevadas precipitaciones, una topografía accidentada y abundante vegetación de tipo caducifolio, han constituido en general suelos ricos en materia orgánica, muy lavados, ácidos y con poco desarrollo en su perfil. (1) A pesar de la importancia de las precipitaciones, intervienen en la disolución y alteración del suelo, el factor más importante viene dado por el drenaje. La red hidrográfica abundante y la topografía accidentada permiten una rápida eliminación de las aguas y sus productos disueltos por lo que son sistemas de alteración fuertemente substractivos.

Según la clasificación de la FAO-UNESCO, en La Coruña (2) podemos encontrar los siguientes tipos de suelos dependiendo del sustrato sobre el que se forman (3):

Suelos sobre granitos

Con abundantes afloramientos rocosos, se erosionan con facilidad, tienen elevada pedregosidad y escasa profundidad, por lo que su utilización es escasa. Aparecen leptosoles, regosoles y cambisoles húmicos.

Suelos sobre esquistos

Predominan los suelos poco profundos (leptosoles, regosoles y cambisoles húmicos). Tienen menor pedregosidad que los anteriores y presentan una gran capacidad de erosión.

Suelos sobre rocas básicas:

Son suelos con alta capacidad de fijación de los fosfatos y cambio muy variable de pH. Pueden ser Leptosoles, regosoles ó cambisoles.

Suelos sobre materiales sedimentarios

En los depósitos más antiguos (As Pontes, Meirama) hay materiales de textura fina ricos en arcillas caoliníticas, entre las que pueden intercalarse capas de lignitos. Si son impermeables y no dejan penetrar el agua son gleysoles. Si presentan un mejor drenaje, aparecen acrisoles ó alisoles. (4)

En los sedimentos fluviales los suelos son más fértiles (fluvisoles). En depósitos de pendiente hay regosoles y cambisol húmico. Cuando se acumulan restos orgánicos en un medio pobre en oxígeno se originan turberas (histosoles)

Leptosoles: Son suelos con espesor inferior a 30 cm, limitados en profundidad por roca dura continua o por capas cementadas. Son pedregosos y están asociados a períodos de erosión reciente. Las actuaciones antrópicas (como incendios, talas y pastoreo excesivo) y las condiciones climáticas que limitan el desarrollo de la vegetación, como el frío o la aridez, son otros factores que facilitan y aceleran los procesos de erosión y rejuvenecimiento de suelos, aumentando la extensión de las superficies ocupadas por leptosoles (Macías y Calvo de Anta, 2001). (4)

Regosoles: Algunos tipos de Regosol aparecen en los paisajes asociados a Leptosoles. Los procesos de erosión que han sufrido muchas zonas de montaña de Galicia, principalmente en los periodos más fríos correspondientes al último episodio glacial Cuaternario y a la intensa deforestación causada por la utilización del fuego desde la revolución Neolítica hasta nuestros días, originan acumulaciones de materiales edáficos a lo largo de las laderas, y sobre todo, en las posiciones de cambio de pendiente. (5)

Cambisoles: Este término alude a los cambios de color, estructura y/o consistencia producidos al avanzar la edafogénesis de los horizontes C por procesos que modifican su composición y/o su organización. Los cambisoles son los suelos más extendidos en la provincia.

Fluvisoles: Son suelos derivados de materiales aluviales reciente que apenas han sufrido procesos de evolución, de manera que la estructura y propiedades de las capas sedimentarias se mantiene casi intacta hasta la superficie

Histosoles: Presentan abundancia de materia orgánica y contienen gran cantidad de agua

BIBLIOGRAFÍA:

- 1 CALVO DE ANTA R., MACIAS F., RIVEIRO A., 1992. Aptitud agronómica de los suelos de la provincia de La Coruña (Cultivos, Pinos, Robles, Eucaliptos y Castaños). Diputación de La Coruña, La Coruña.
- 2 FAO-UNESCO. Soil Map of The World - Revised Legend. Soils Bull. 60. FAO, Roma. 1988. (Versión en Español de la SECS. FAO, Roma, 1990).
- 3 GUITIAN RIVERA, L. 1984. Los suelos en Galicia Eterna Volumen III. Ed Nauta.
- 4 MACÍAS, F. Y CALVO DE ANTA, R., 1992: Suelos de la provincia de La Coruña. Diputación Provincial de La Coruña.
- 5 MACIAS, F., CALVO DE ANTA, R. 2001. Los Suelos de Galicia. En: Atlas de Galicia. Vol. I. Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia. Consellería de Presidencia. Xunta de Galicia, 174-217.
- 6 PARGA PONDAL, I. 1966-Datos geológicos y petrográficos de la provincia de La Coruña. Diputación de La Coruña. La Coruña.

1.2.4. Hidrografía.

Los ríos de la Coruña son en general, cortos, caudalosos, de régimen regular y encajados en las rocas de las penillanuras. Nacen en relieves de baja altura, cercanos a la costa en un clima oceánico muy lluvioso. Tienen curso constante y evaporación poco acentuada. Los que desembocan en la vertiente cantábrica (el Sor, Baleo y el Mera) son más cortos y torrenciales. (2),(3)

La existencia de una red de fracturas originadas durante la orogenia hercínica, ha propiciado el camino a seguir por los ríos gallegos, así los cursos de agua ofrecen en sus recorridos frecuentes cambios de dirección. Los perfiles longitudinales, de los principales ríos, presentan generalmente fuertes pendientes, incluso en el tramo bajo. Algunos perfiles son cóncavos (Anllóns), otros cóncavo-convexos (Tambre, Eume, Xallas). (1), (2), (3)

Es de todas las provincias gallegas la única que se encuentra fuera de la cuenca del Miño

- El río **Sor** define la línea divisoria entre las provincias de A Coruña y Lugo. Drena la ladera occidental de A Gañidoira. Nace de la confluencia de varios arroyos el Xantas, que viene del Montouto a 620 m de altura y el Tras da Serra, que desciende del Alto de San Xoán en Ambosares. Discurre sinuoso y encajonado por su valle durante 49 km. (3,4,5)
-
- El río **Mera** nace entre las sierras de A Faladoira y A Capelada, tiene un caudal fuerte y recorre 29 km. Conserva en buen estado sus bosques de ribera. Desemboca en la ría de Ortigueira. (4,5)
-
- El río **Baleo**, nace en la Sierra de Faladoira a 340 m de altitud, desemboca en la Ría de Ladrado. (4,5)
-
- El **Xuvia** nace en el municipio de Somozas, a 460 metros de altitud, desemboca en Xuvia, en el fondo de la Ría de Ferrol. Trazado intermedio entre sinuoso y meandrizante. Recorre 31 Km. Es la primera cuenca que vierte sus aguas al Atlántico. (4,5)

- El río **Eume** tiene sus fuentes en O Xistral a 880 m de altura. Tiene un recorrido de 77Km. Circula despacio hasta la depresión de As Pontes, aquí circula sin encajarse. Al salir de As Pontes se encaja hasta su desembocadura en la ría de Ares y Pontedeume. En sus últimos 20 km forma un profundo cañón, donde se encuentra la masa arbórea más extensa de la provincia de La Coruña. Esta zona, junto con el embalse y las zonas periféricas forman el Parque Natural Fragas do Eume. (3,4,5)
- El río **Mandeo** nace en la fuente Mandeo a 700 metros de altitud, en la sierra da Cova da Serpe. Forma con el Mendo un sistema con una cuenca de una superficie total de 456 km². Los valles por los que discurre el río también alternan su fisonomía, que va desde las casi llanuras de sus primeros kilómetros, hasta los encajamientos y abruptos desniveles entre barrancos, en varias partes de su recorrido. Desemboca en Betanzos formando un estuario conocido como As Mariñas de Betanzos.(3,4,5)
- **Mero**. Nace en los Montes de A Tieira. Tiene una longitud de 46 km y una cuenca de 346 km². Recoge las aguas de los Montes de Montemaioir. En él se ha construido el embalse de Cecebre que abastece de agua potable a la ciudad de Coruña. (5)
- El río **Anllóns** nace en los montes de Xalo, a 400m de altitud, tiene un recorrido de 54 km. El perfil del Anllóns tiene un inicio de una fuerte pendiente, sobre todo en los siete primeros kilómetros, para deslizarse a continuación por suaves inclinaciones hasta su desembocadura. Con una salvedad, en el municipio de Coristanco, en el tramo de Verdes, donde recibe el Vao, el Anllóns desciende por una sucesión de rápidos. Desemboca en la ría de Corme y Laxe formando un amplio estuario. (2,4,5)
- El río **Grande** (ó río Porto) desemboca en la ría de Camariñas. Nace en la ladera del monte de Meda, a 566 metros de altitud y recorre un total de 22 kilómetros. Discurre por una orografía suave con grandes lomas aplanadas y valles amplios. (1,5)
- El río **Xallas**, nace a unos 400 metros de altitud, en el monte Castelo, en los límites de Coristanco y Tordoia. A lo largo de la mayor parte de su curso, el Xallas se desliza por una superficie aplanada, forma grandes

meandros y se divide en varios brazos, que delimitan pequeñas islas, como la de Ribadesa y la de Fóra. La desembocadura de este río cae sobre el mar, formando la cascada de Ézaro, pero sólo se puede observar cuando se abren las compuertas de la presa hidráulica construida en el cauce del río. (4,5)

- El río **Tambre**, nace a unos setecientos metros, en la sierra de Bocelo cuenta con un trazado de 139 kilómetros y 1770 km² de cuenca, siendo una de las mas grandes de Galicia. (4,5)
- El nacimiento del **Ulla** está situado a 640 metros de altitud, en Ansar (Monterroso). Tiene un caudal de 79 metros cúbicos y desemboca en la ría de Arousa. Recorre 132 Km. La cuenca del Ulla con 2764 km² es la segunda más grande de Galicia después de la del Miño. (4,5)

BIBLIOGRAFIA:

- 1 GALICIA ETERNA (Volumen III). Ediciones Nauta, S A, 1984, pag524.
- 2 OTERO PEDRAYO, 1977, Os ríos galegos. Ediciones Castrelos. Vigo.
- 3 SANTOS LEDO M. J y PEREZ LOPEZ B. P. 2007, Por los ríos de Galicia, Ediciones Trea.
- 4 www.xunta.es (Consellería de Medio Ambiente e desenvolvemento sostible).
- 5 www.edu/aytolacoruna.es (Ríos de Galicia).

1.2.5. Relieve y orografía.

Desde el punto de vista **morfológico** podemos distinguir en La Coruña una serie de unidades perfectamente diferenciadas: las sierras, las superficies erosivas, las depresiones interiores, los valles fluviales y la costa, con sus rías. (4)

Las **costas** gallegas según NONN, H. (1969), no tienen el aspecto de una costa de submersión, con una juventud importante. (3) Por razones litológicas, tectónicas ó por ambas, la costa gallega se presenta variada y múltiple con tramos costeros de gran rudeza (p.ej. a Costa da Morte) en medio de las cuales, se abre una pequeña ensenada que cobija alguna playa ó aparecen las rías. La Coruña extiende sus costas desde la Estaca de Bares, a la ría de Arosa.

Son costas recortadas, muy sinuosas y con frecuentes acantilados, con multitud de cabos, islotes y con formación de numerosas rías, ensenadas y puertos naturales. En el sector septentrional se forman las rías do Barqueiro, Ortigueira y Cedeira y los cabos de Estaca de Bares, Ortegá, Prior y Prioriño: El sector central se extiende hasta el Cabo San Adrián y comprende la cuádruple ría de La Coruña, Ferrol, formada por el Jubia, la de Ares ó Puentedeume, por el Eume, la de Betanzos, por el Mandeo, y la de La Coruña por el Mero: El cabo San Adrián y las islas Sisargas terminan este segundo sector donde la costa cambia de dirección y va hasta la ría de Arousa. En este último tramo se adelantan en el mar los cabos de San Adrián, Punta do Rancudo, Vilano, Touriñán, Fisterra y Corrubedo. Por el contrario las aguas oceánicas penetran hacia el interior en las rías bajas Corme y Lage, Camariñas, Corcubión, Muros ó Noya y Arosa separadas las dos últimas por la península de Barbanza y defendidas todas por cordones de islas e islotes. Las rías son lo más característico de la costa, son antiguos valles fluviales invadidos por el mar, que a veces penetra hasta 30 Km en el interior (4)

El origen de las **sierras** de la provincia es diverso. La tectónica concretamente la tectónica Neogena, ha tenido un papel fundamental en su desarrollo. Otras veces, ha sido la degradación de antiguas superficies erosivas, por acción de la red fluvial Según BIROT, P. et SOLE, SABARIS, L. (1953). Estos relieves testigos de una topografía antigua, serían elementos avanzados de la dorsal gallega. (1) No es, una provincia, muy montañosa pues las principales cordilleras se sitúan en el límite con la de Lugo, son de N a S: Faladoira, Sierra da Loba, Cordal de Montouto, Sierra da cova da Serpe los Montes do Bocelo, Sierra do Careón. Aparte, hay varias sierras paralelas a la costa, o encima de la costa como a sierra da Capelada, con alturas inferiores a las anteriores: sierra de Forgoselo, sierra de Montemaioir, sierra de Soneira, sierra de Outes, sierra de Barbanza.

Son relieves graníticos, donde las sierras alternan con depresiones y valles. En general las alturas son pequeñas, siendo la mayor el Pilar 803 en los Montes do Bocelo MARTINEZ HERNÁNDEZ. J (2001). (2)

Superficies de erosión

Para NONN, H. (1969), el desarrollo que adquirieron las superficies de erosión gallegas se debió especialmente a la profunda alteración del zócalo durante los momentos tropicales del Secundario y por la debilidad de los volúmenes a reducir salvo excepciones. Las superficies de erosión fundamentales de Galicia debieron elaborarse en un margen de tiempo que va desde la fase orogénica responsable del volumen de las sierras (bien la fase sálica, bien la pirenaica) hasta finales del Oligoceno. NONN, H. (1969), ha denominado al nivel superior como superficie eógena y al inferior auitaniense ó fini-oligocena. (3)

Las planicies ó “chairas” no se hallan sólo en la parte interior sino también en el litoral: comarcas de Bergantiños, Xallas, la península de Barbanza, A Capelada.

Depresiones interiores

Según BIROT, P. et SOLE, SABARIS, L. (1953) las depresiones como As Pontes y Meirama tienen en común la escasa importancia de las fallas marginales frente a la mayor de las flexiones. (1)

En el cuaternario se desarrollarían una serie de glaciares escalonados, RAYNAL, R et NONN, H. (1968) (5)

La depresión de As Pontes está constituida por pizarras y areniscas. Se encuentra englobada dentro de las superficies de erosión eógenas, tiene una altura cercana a los 350m

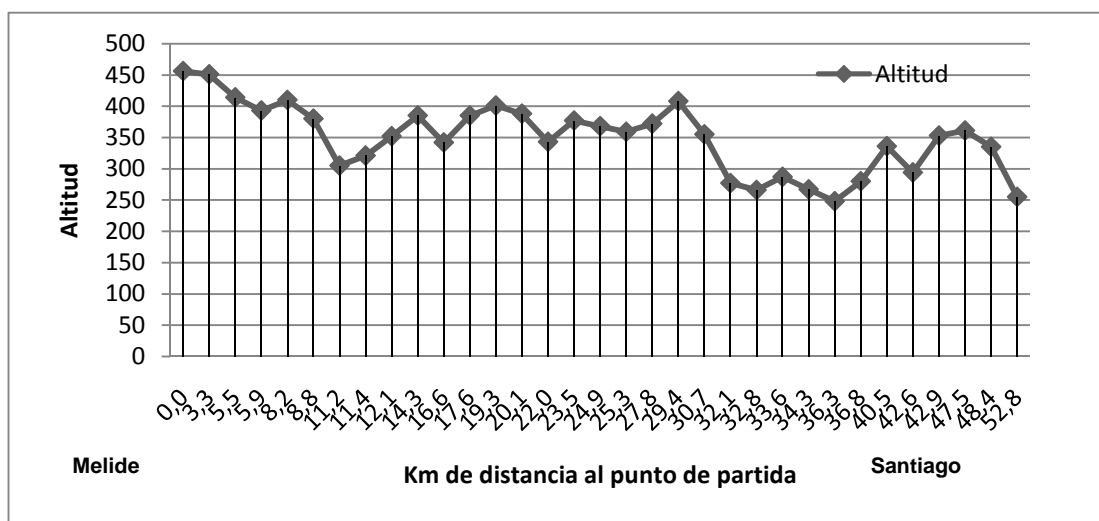
Los valles fluviales

Son numerosos porque dispone de una amplia red hidrográfica. Son característicos porque en su trazado han influido las fracturas engendradas por la tectónica, primero la Hercínica después la Alpina. Los valles fluviales aparecen

encajados entre superficies de erosión ó por los relieves de las sierras y presentan recorridos marcados por los cambios de dirección.

Sus valles principales son los de Ortigueira, de frondosos arboledos, abundantes pastos, el de As Xubias con variedad agrícola; las Mariñas en los valles del Eume y Mandeo, bien cultivados, con huertos, praderas, restos de viñedos y el del Ulla frente a Pontevedra. PEREZ ALBERTI (1984) (4)

La altura media de la provincia son 384m, he elegido para representar un perfil topográfico, el del trayecto desde Melide a Santiago, último tramo del Camino de Santiago, por la importancia económica y cultural que tiene para la provincia. Además representa bien el perfil de la provincia: suaves oscilaciones y escasez de grandes alturas.



Perfil topográfico de Melide a Santiago. Distancia 52,8 Km, altitud máxima 456 m.s.n.m. y mínima 248 m.s.n.m. Fuente: elaboración propia, a partir de datos de www.godesalco.com.

BIBLIOGRAFIA

- 1 BIROT, P. et SOLE, SABARIS, L. (1953). Recherches morphologique sur NO de la Peninsule Iberique. C.D. E. CNRS. Tom.IV, Paris.
- 2 MARTINEZ HERNÁNDEZ. J.(2001). Los techos de España (Ediciones desnivel).

- 3 NONN, H. (1969) Evolution Géomorphologique et types de reliev en Galice occidentale et septentrionale. Rev. de Géographie Physique et de Geologie Dynamique. Vol.XI, fasc.1, Paris.
- 4 PEREZ ALBERTI (1984) El Relieve, Galicia eterna, Vol III Ediciones Nauta.
- 5 RAYNAL, R et NONN, H. (1968) Glacis etages et formations quaternaires de Galice orientale et de Leon; quelques observations et donnes nouvelles. Rev. de Geom.. Dynam, n°3.

1.2.6. Climatología.

La Coruña tiene un clima oceánico con pocos contrastes y escasas oscilaciones de temperatura, está aumentada a medida que se desciende en latitud. La pluviosidad es abundante y se distribuye de un modo uniforme durante todo el año, aunque existe un máximo invernal y descenso en julio y agosto. Los días de nieve son escasos. Todo esto influirá en la vegetación natural que es muy abundante, así como en los cultivos

La zona costera del norte (Desde la Estaca de Bares hasta la desembocadura del río Eume) se diferencia de la zona atlántica por la mayor presencia de nieblas y lloviznas en la estación estival, por causa de los vientos del norte que envía el anticiclón atlántico. Estos vientos llegan con suficiente humedad para originar dichas nieblas, al ascender por valles y laderas atenuando la sequía del verano. En esta zona las temperaturas medias anuales están comprendidas entre 9°C y 14° C. (4)

Las mayores heladas registradas corresponden a la estación de As Pontes, con -10° C. No es un enclave muy elevado (369 m), pero su emplazamiento en cubeta cerrada intensifica la helada de radiación.

La zona litoral, desde la desembocadura del Eume hasta la ría de Arosa y central sin incluir la parte de las sierras limítrofes con la provincia de Lugo, está atravesada por numerosos ríos que facilitan la penetración en invierno de los vientos marinos templados. Es una zona con mayor contenido de precipitaciones, excepto en verano.

Si exceptuamos una estrecha franja a lo largo de la costa en que no llega a 1.500 mm, en el resto es superior a esta cifra, superando los 2.000 mm al elevarse las cotas. Las temperaturas medias anuales oscilan entre los 12° C de las partes altas y los 14°C de la costa. El carácter lluvioso, unido al régimen suave de temperaturas, da lugar a un crecimiento continuo durante todo o casi todo el año de una vegetación rastrera exuberante. (4)

Balance hídrico (sin la intervención del hombre) = Ganancias de agua menos las pérdidas de agua ocurridas en un intervalo temporal. Las ganancias de agua vienen dadas por la oferta pluviométrica (precipitaciones en un período considerado) y las pérdidas por la evotranspiración (transpiración y evaporación desde el suelo y las superficies libres de agua). (3)

Evapotranspiración potencial (ETP): Es la máxima evapotranspiración posible, estando el suelo abundantemente provisto de agua y con una cubierta vegetal completa (3)

Información climatológica del año 2006 por estaciones meteorológicas												
	Temp media (°C)	Temp máx media (°C)	Temp mín media (°C)	Temp máx absoluta (°C)	Temp mín absoluta (°C)	Humedad estándar	Precipit. total (mm)	Horas de sol (horas / mes)	Insolación (%)	Viento (m/s)	Días de lluvia	Días de helada
A Coruña												
A Curota (Poboado Caramiñal)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
CIS Ferrol - A (Ferrol)	15,1	19,5	11,7	38,5	-0,4	80	1768	2163	48	3,1	141	1
Corrubedo - A (Ribeira)	15,7	19,2	12,7	35,3	2,4	77	1292	2481	55	4,3	135	0
Fontecada - A (Santa Comba)	12,6	17,3	8,8	37,5	-3,1	92	2726	1975	44	3,5	160	11
Mabegondo - A (Abegondo)	13,9	19,4	8,9	39	-3,8	89	1330	1.508 +	52*	1,9	143	36
Marco da Curra - A (Monfero)	11,3	15,4	8,2	34,6	-3,9	86	1769	1952	43	5,3	159	11
Melide - A (Melide)	12,7	18,1	8,1	37,2	-3,5	78	1259	2,4	128	20
Monte Xalo - A (Culleredo)	11,9	16	8,9	35,9	-3,1	88	1339	4,9	145	5
Muíños (Zas)	14,8*	19,6*	10,1*	39,8*	-3,6*	83 *	10+
Muralla - A (Lousame)	10,3*	14,1*	7,3*	35,8*	-4,0*	87 *	7,0*	91+	10+
Punta Candeeira - A (Cedeira)	13,8	16,4	11,6	33,7	1,3	81	727	7,8	138	0
Río do Sol (Coristanco)	13,2	17,9	8,6	38,5	-3,1	57	2280	1,2	..	9
Santiago (Observatorio Astronómico) - A (Santiago de Compostela)	13,9	19,1	10	39,6	-3,2	80	1.710 +	2134	48	3,5	142+	14
Sergude (Boqueixón)	14,1	19,6	8,6	39,5	-3	..	2079	1882	42	1	147	24
I.G.E. - Instituto Galego de Estatística. Consellería de Medio Ambiente de Desenvolvemento Sostenible. Anuario Climatolóxico de Galicia.												
* Meses disponibles entre un 60% e un 80%. + Año no completo pero en el que los meses disponibles superan el 60%. "- A" indica una estación climatológica automática, (..) Dato no disponible. (-) No procede.												

La Coruña es la provincia de Galicia con mayor ETP anual seguida de Pontevedra. Las dos provincias oceánicas tienen valores semejantes de ETP en las distintas estaciones del año, son más altas en La Coruña porque tiene menos áreas elevadas por encima de los 800m. (3)

Valores medios ponderados de ETP anual y estacional (mm) para La Coruña: Anual 752, Invierno 92, Primavera 292, Verano 302, Otoño 74 (MARTINEZ CORTIZAS, A., CASTILLO RODRÍGUEZ, F., BLANCO CHAO, R., 1999, Atlas Climático de Galicia). (3)

Si el balance hídrico es positivo hay un exceso de agua frente al consumo, pero cuando es negativo, las plantas pueden verse afectadas gravemente reduciendo el consumo de agua, la tasa de transpiración y su productividad, pudiendo llegar a marchitarse (dependiendo de la intensidad del déficit). El balance hídrico ponderado indica un exceso de agua anual de 591 mm en La Coruña, de los cuales 399 mm ocurren en otoño y 299 en invierno, la primavera

está bastante equilibrada sólo presenta un exceso de 17 mm y el verano muestra un déficit de 124 mm. (MARTINEZ CORTIZAS, A., CASTILLO RODRÍGUEZ, F., PEREZ ALBERTI, A. Y FERNÁNDEZ DE ANA MAGAN, F. 1999, Atlas climático de Galicia). (3)

Para soportar este déficit hídrico es importante que el suelo retenga agua y que permita su extracción por parte de las plantas (la mayor parte del agua consumida por la vegetación es extraída del suelo por las raíces).

BIBLIOGRAFÍA

- 1 CARBALLEIRA, A., DEVESA, C., RETUERTO. R., SANTILLAN, E. Y UCIEDA, F. (1981). Climatología Básica de Galicia. Avances sobre la Investigación en Bioclimatología. Vol.7.
- 2 CARBALLEIRA, A., DEVESA, C., RETUERTO. R., SANTILLAN, E. Y UCIEDA, F. (1983). Bioclimatología de Galicia. Ed. Fundación P. Barrié de la Maza . Conde de FENOSA. A Coruña.
- 3 MARTINEZ CORTIZAS, A., PEREZ ALBERTI, A. (1999) Atlas climático de Galicia. Xunta de Galicia.
- 4 ROLDAN FERNÁNDEZ, A.(1985). Notas para una climatología de La Coruña. Instituto Nacional de Meteorología Ministerio de Transportes, Turismo y Comunicación.

1.2.7. Bioclimatología.

Por su situación latitudinal la provincia de La Coruña pertenece al macrobioclima templado caracterizado por abundantes precipitaciones, más escasas en verano, pero sin que esto impida el crecimiento de las especies mesófilas planocaducifolias, por esto se interpreta que el macroclima dominante es templado. Dentro de cada macroclima es posible establecer una serie de termotipos, también, denominados pisos bioclimáticos, que se definen como intervalos termométricos y se corresponden con la distribución natural de ciertas comunidades vegetales. (1) (2)

Los termotipos presentes en La Coruña, según la clasificación de Rivas-Martínez et al (2007) son: **termotemplado** en la zona costera de la provincia, **mesotemplado** en la zona central e interior y **supratemplado** en una pequeña porción de territorio en el límite montañoso con la provincia de Lugo. (7)

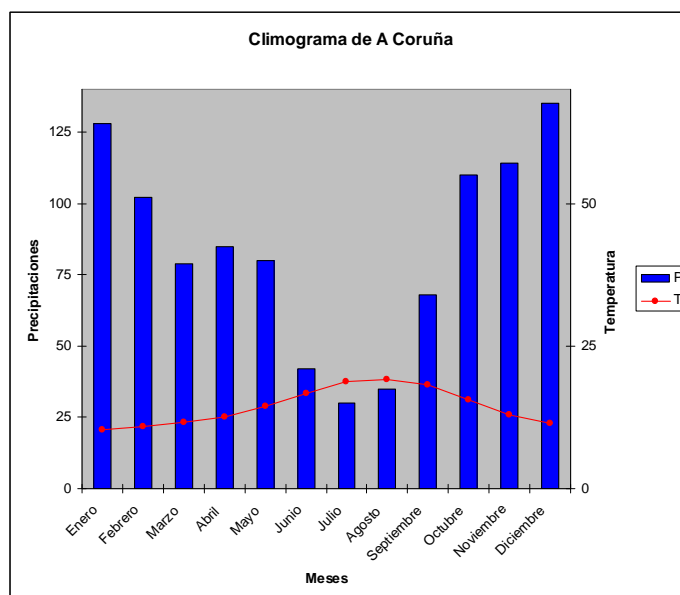
Los macrobioclimas y bioclimas presentes en La Coruña según RIVAS-MARTINEZ et al (2007) son: **Templado hiperoceánico submediterráneo** toda la franja de la costa y su zona de influencia, **templado oceánico** en la parte más interior de la provincia y **templado submediterráneo** en la parte central (7)

Los Pisos bioclimáticos según: ORTIZ& RODRÍGUEZ –OUBIÑA(1993): Termocolino ocuparía la zona costera del Golfo Artabro y la franja costera que se extiende desde el cabo Touriñán hasta la ría de Arosa, penetrando por las cuencas fluviales del Tambre y el Ulla. Eucolino: la parte del resto de costa, y la zona interior de la provincia excepto la zona limítrofe con la provincia de Lugo que correspondería al colino superior. (5) El primero en introducir el concepto termocolino fue IZCO en 1987: “Piso cálido eurosiberiano que se extiende en zonas bajas cercanas al mar sin heladas y con inviernos templados suavizados por las brumas marinas”. (3)

Los ombroclimas según MARTINEZ CORTIZAS, A., PEREZ ALBERTI, A. (1999): Dominio húmedo-cálido de la fachada atlántica desde Malpica hasta la Ría de Arosa, se extiende por los sectores altitudinales medios y bajos penetrando cara al interior por los valles del Tambre y Ulla. Por encima de los 400-500m de altitud, tanto en los sectores litorales como en el interior de la provincias de La Coruña se pasa a dominios húmedos ó hiperhúmedos templados ó cálidos en llanuras interiores: Mazaricos, Sta Comba, Tordoia, Boimorto (zona central de la provincia), y en las estribaciones de los Montes do Bocelo, Sierra do Careón, Cordal de Montouto y Sierra da Loba, lindando con la provincia de Lugo. (4)

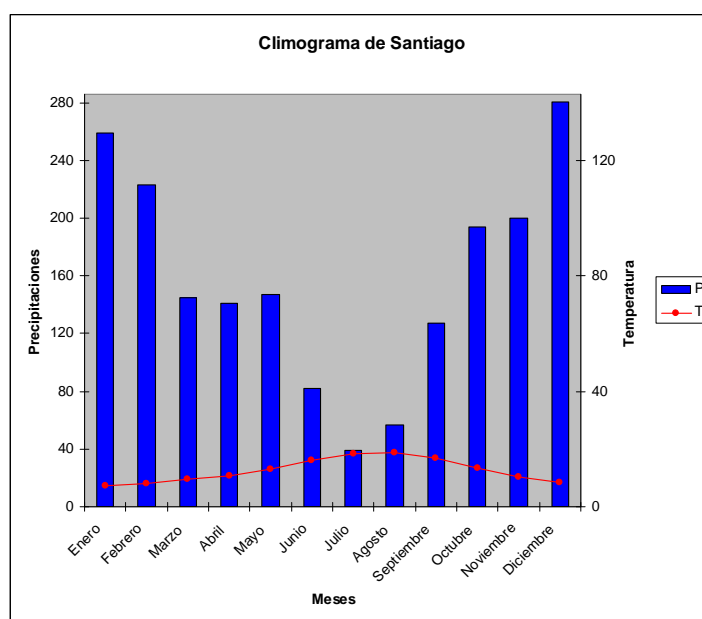
Dominio hiperhúmedo templado en las sierras litorales do Barbanza por encima de 500-600m de altitud. Las costas al norte de Malpica el golfo Artabro, Rías Altas son de dominios subhúmedo-cálidos. (8)

Diagrama ombrotérmico. Un estudio gráfico del análisis termométrico y pluviométrico de una región se puede realizar por el Diagrama de Gausson, considera como mes seco aquél en que las precipitaciones tengan un valor menor que el doble de la temperatura media mensual ($P < 2t$).



Período 1971-2000 - Altitud: 58 - Latitud 43° 22'02" N – Longitud: 08°25'10" O
 Fuente: elaboración propia con datos del AEMET (valores climatológicos normales)

Índice de Gauss de La Coruña, hay dos meses con moderada aridez, que se compensa en el resto del año. Corresponde a un Macrobioclima templado: No existen ó se compensan dos ó más meses consecutivos con aridez durante el verano ($P_{s2} = 2T_{s2}$)



Período 1971-2000 Altitud: 364 – Latitud 42° 53' 58" N – Longitud: 08° 25' 37" O

Fuente: elaboración propia con datos del AEMET (valores climatológicos normales)

Índice de Gauss para Santiago: la línea de las temperaturas no supera a las precipitaciones en ningún mes, no siendo por lo tanto el doble de la temperatura mayor ó igual que las precipitaciones)

BIBLIOGRAFIA

- 1 CARBALLEIRA, A., DEVESA, C., RETUERTO. R., SANTILLAN, E. Y UCIEDA, F. (1981). Climatología Básica de Galicia. Avances sobre la Investigación en Bioclimatología. Vol. 7.
- 2 CARBALLEIRA, A., DEVESA, C., RETUERTO. R., SANTILLAN, E. Y UCIEDA, F. (1983). Bioclimatología de Galicia. Ed. Fundación P. Barrié de la Maza. Conde de FENOSA. A Coruña
- 3 IZCO, J. (1987): Galicia. En: M. Peinado Lorca & S. Rivas-Martínez (Eds.): La Vegetación de España. Col. Aula Abierta nº 3. Servicio de Publicaciones. Universidad de Alcalá de Henares.
- 4 MARTINEZ CORTIZAS, A., PEREZ ALBERTI, A. (1999) Atlas climático de Galicia. Xunta de Galicia.
- 5 ORTIZ & RODRÍGUEZ –OUBIÑA (1993): Synopsis of the Rupicolous Vegetation of Galicia (North-western Iberian Peninsula). *Folia Geob. Phytotax.*, 28: 15-49.
- 6 RIVAS-MARTINEZ, S. (1983): Pisos bioclimáticos de España. *Lazaroa* 5: 33-43.
- 7 RIVAS-MARTINEZ, S. (2007): Mapa de series, geoserias y geopermaseries de vegetación de España (Memoria del Mapa de Vegetación Potencial de España. Parte 1). *Itinera Geobot.* (Nueva Serie) 17. 436 pp.
- 8 ROLDAN FERNÁNDEZ, A.(1985). Notas para una climatología de La Coruña. Instituto Nacional de Meteorología Ministerio de Transportes, Turismo y Comunicación.

1.2.8. Corología.

1.2.8.1. SECTORIZACION

En términos biogeográficos, La Coruña pertenece a:

Reino Holártico

Región Eurosiberiana

Provincia Atlántico Europea

Subprovincia Cantabro Atlántica

-Sector Galaico Asturiano (I en el mapa))

Subsector Galaico Septentrional

-Sector Galaico Portugués (II en el mapa)

Subsector compostelano

La zona norte de la provincia desde la estaca de Bares, hasta la cuenca fluvial del Eume pertenece al sector Galaico Asturiano, el resto de la provincia pertenece al sector Galaico Portugués, dentro del subsector compostelano (IZCO, 1987; RIVAS MARTINEZ, 1987). (1) (5)

1.2.8.2. FLORA

La flora de la provincia tiene carácter oceánico. Constituye la flora básica del piso colino y montano inferior de la Galicia eurosiberiana. (5) El carballo (*Quercus robur*) es el árbol clímax de nuestra provincia, es también un árbol con un amplio contenido etnográfico, bajo la sombra de los carballos se han realizado ferias y fiestas patronales. A pesar de ser el árbol "nacional" ha sufrido una enorme regresión, porque fue sustituida por especies más rentables a corto plazo (*Pinus pinaster*, *Pinus radiata* y *Eucalyptus globulus*)

BOSQUES

PISOS COLINO Y MONTANO:

Carballares (carballeiras) de *Quercus robur* galaico-asturianos acidófilos:

-Blechno spicanti-Querceto roboris S.

PISO COLINO

-Carballares de *Quercus robur* galaico-portugueses acidófilos:

-Rusco aculeati-Querceto roboris S.

PISO MONTANO:

-Carballares de *Quercus robur* galaico-portugueses acidófilos con *Vaccinium myrtillus*:

-Vaccinio myrtilli-Querceto roboris S.

Nuestra zona de estudio abarca una parte comprendida en la zona 8a de los Carballares de *Quercus robur* galaico-asturianos acidófilos (comarcas de Eume, Ferrol y Ortegá, pertenecientes al sector Galaico-Asturiano). El resto de las comarcas pertenecen a la zona 8c de los Carballares de *Quercus robur* galaico-portugueses acidófilos, con la excepción de pequeñas áreas montañosas incluidas, por una parte, en la Dorsal Gallega, que marca la línea divisoria con la provincia de Lugo, (Serra da Cova da Serpe, Montes do Bocelo) y por otra, en un grupo de Sierras paralelas a la costa (Serra de Montemaior, Monte do Castelo, Serra de Sonería) que pertenecen a la zona 8d, de los carballares de *Quercus robur* galaico-portugueses acidófilos con *Vaccinium myrtillus*.

-Carballares (carballeiras) de *Quercus robur* galaico asturianos acidófilos

-Blechno spicanti-Querceto roboris S.

Se caracteriza por la presencia de la serie sucesional galaico-asturiana acidófila del carballo pedunculado con laurel por debajo de 400 m y *Blechnum spicant* subsp. *spicant* en la montaña por encima de esta altura.

Uno de los bosques autóctonos mejor conservados se encuentra en el **Parque Natural de las Fragas do Eume**, con una superficie de 9125 Ha., de las cuales 2300 Ha. son bosques donde se encuentra la mayor diversidad botánica, el resto son repoblaciones forestales y matorrales.

El árbol dominante de las Fragas (fragas es como se denominan en gallego los bosques) do Eume es el *Quercus robur* que convive con *Betula celtiberica*, *Alnus glutinosa*, *Fraxinus excelsior*, *Arbutus unedo* y *Salix atrocinerea*. En la parte baja del bosque se encuentran *Laurus nobilis*, *Ilex aquifolium* y *Corylus avellana*. Se pueden encontrar además: *Crataegus monogyna*, *Acer pseudoplatanus*, *Frangula alnus*, *Malus sylvestris*, *Pyrus cordata* y *Prunus avium*. En el Eume se produce el tránsito entre el dominio de las ripisilvas galaico-portuguesas (asociación *Senecio bayonensis-Alnetum glutinosae* y las galaico-asturianas septentrionales (asociación *Valeriano pyrenaicae-Alnetum glutinosae*), caracterizadas por la abundancia de alisos (*Alnus glutinosa*), con los que se entremezclan sauces (*Salix atrocinerea*), fresnos (*Fraxinus excelsior* y *Fraxinus angustifolia*) y arraclanes (*Frangula alnus*), entre otras especies arbóreas.

También, hay una amplia representación de los matorrales de la zona, en la parte más alta del parque. Pero destaca sin duda la enorme riqueza en helechos, hasta 28 especies diferentes según QUINTANILLA y AMIGO, 1999, (4) algunos relictos del Terciario como *Woodwardia radicans*, *Culcita macrocarpa*, *Hymenophyllum tunbrigense*.

En el resto de la zona quedan pocos bosques autóctonos y están formados por *Quercus robur* y, también, por *Betula celtiberica* subsp. *celtiberica*

al que su abundante y fácil regeneración a distancia y su carácter pionero le permite apoderarse inmediatamente después de los incendios de los montes de maleza que no sean demasiado soleados, o de las tierras frescas de cultivo abandonadas

Los montes rasos se caracterizan por la gran extensión que ocupan, en terrenos degradados por antiguas deforestaciones, los brezales de *Erica mackaiana* y *Ulex gallii* (*Uliceto-Ericetum mackaianae*).

Otro brezal típico, pero no exclusivo de la comarca, es el formado por la *E. arborea* en laderas frías, menos degradadas por ser de deforestación más reciente. Entre los piornales es exclusivo de la zona, el formado por el *Cytisus ingramii* (puxeda), pequeña mata invasora poco apreciada en la zona porque no servía para leña, el *C. striatus*, utilizado con ese fin, y el más espontáneo y extendido *C. scoparius*.

-Carballares de *Quercus robur* galaico portugueses acidófilos (robleales termo-mesotemplados y alisedas galaico-portugueses)

-Rusco aculeati-Querceto roboris S.

Rusco aculeati-Quercetum roboris, formada por bosques caducifolios de *Quercus robur*; en el estrato arbustivo es frecuente la aparición de *Ilex aquifolium*, *Frangula alnus*, *Pyrus communis*, *Laurus nobilis* y *Crataegus monogyna*.

El laurel es prácticamente constante y una buena diferencial frente a los carballares montanos. Escasa presencia del abedul, que se refugia en sitios húmedos del interior, y la aparición del *Q. subfructicosa*, roble rastrero del sudoeste de la Península Ibérica y del norte de Marruecos, presente en la zona de Carnota, especialmente afectada por los vientos foehn del nordeste. En el ámbito termocolino, marcado por temperaturas medias más altas y precipitaciones más escasas, se incorporan plantas termófilas mediterráneas (*Rubia peregrina* L., *Ruscus aculeatus*, *Arbutus unedo* L.) que utilizaron la vía migratoria costera con altitudes inferiores a 250 m. Como etapas de sustitución más frecuentes destacan los piornales con tojo (*Ulici europaei-Cytisetum striati*) y brezales-tojales de la asociación *Ulici europaei-Ericetum cinereae*, este matorral se enriquece en altitudes bajas con elementos mediterráneos como *Genista triacanthos* y *Cistus psilosepalus* (IZCO,1987) (1)

La intensa actividad humana ha provocado que los bosques autóctonos hayan quedado relegados a tierras marginales y terrenos de pendiente no aprovechables para el cultivo, ya que gran parte del territorio está dedicado a la explotación forestal, destacando *Pinus pinaster* y *Eucalyptus globulus*, como las especies más utilizadas para este fin.

-Carballares de *Quercus robur* galaico portugueses acidófilos (robleales supratemplados y alisedas galaico-portugueses).

-Vaccinio myrtilli-Querceto roboris S.

Presentes en todos los subsectores del sector Galaico-Portugués, excepto en el subsector Miñense, por falta de altitudes apropiadas.

En estos carballares es frecuente la aparición de *Betula pubescens subsp. celtiberica*, como respuesta a las mayores precipitaciones del piso montano y a una menor evotranspiración. *Castanea sativa* también es más frecuente que en los carballares colinos. En los estratos inferiores están presentes *Vaccinium myrtillus*, *Saxifraga spathularis* y *Melampyrum pratense*. En estos terrenos no son habituales los cultivos ni la repoblación forestal, pero sí han sido muy castigados por el fuego. Se degradan y aparecen abedulares seriales montanos (*Holco mollis-Betuletum celtibericae*). En estados más avanzados aparecen formaciones de *Cytisetum scopario-striati* (IZCO,1987). (1)

BOSQUES RIPARIOS:

Son bosques de galería, de bordes de río, propios de fondos de valle, de suelos profundos determinados por el nivel freático.

En el piso colino encontramos: *Alnus glutinosa*, *Betula pubescens subsp. celtiberica*, *Salix atrocinerea*, *Frangula alnus*, en el estrato arbóreo, *Senecio memorensis subsp bayonensis*, *Osmunda regalis* y *Carex broteriana* en el herbáceo.

En el sector galaico-portugués el bosque ribereño correspondiente climático al *Rusco aculeati* es el *Senecio bayonensis-Alnetum glutinosae*.

En el subsector Galaico septentrional se encuentran *Fraxinus excelsior*, *Ulmus glabra* y en el sotobosque *Carex remota*, *Festuca gigantea* y *Valeriana pyrenaica*. Las ripisilvas galaico septentrionales pertenecen a la asociación *Valeriano pyrenaicae- Alnetum glutinosae*

Son bosques muy transformados debido a la acción antropozoógena (los prados o ciertos cultivos han limitado estos bosques a líneas a lo largo de los cauces), la ausencia de humedad ambiental la suplen con la humedad edáfica. (JATO RODRÍGUEZ V. y RODRÍGUEZ GARCIA V. 1986). (3)

SOUTOS DE CASTAÑOS

Las poblaciones de castaños son casi siempre antropógenas, y sustituían comunidades de *Quercus robur*, por lo que poseían también especies típicas de los carballares. En La Coruña, actualmente, tienen una presencia escasa, pero su importancia histórica es enorme porque desde la llegada de los romanos hasta el descubrimiento de América fue uno de los alimentos básicos, después fue en parte sustituido por el maíz y la patata. Sigue siendo todavía un árbol emblemático en Galicia y cada otoño vuelve a celebrarse los magostos (meriendas al aire libre con castañas y vino).

MATORRALES

TOJAL-BREZALES

Ulici europaei-Ericetum cinereae

En toda la provincia es la asociación que compone prácticamente el matorral de todo el territorio entre el nivel del mar y los 700-750m como etapa de sustitución de los carballares: *Rusco-Querceto roboris*, *Blechno-Querceto roboris* y *Vaccinio Querceto roboris* (IZCO, 1987) (1). Contienen *Ulex europaeus*, *Ulex gallii*, *Ulex minor*, *Daboecia cantabrica*, *Erica cinerea*, *Calluna vulgaris*, *Agrostis curtisii*, etc. Presenta una gran variabilidad interna, con una decena de subasociaciones subordinadas por razones edáficas ó climáticas. *Ulex europaeus* es la planta dominante de esta asociación.

Cirsio filipenduli-Ericetum ciliaris

Ocupa los suelos poco inclinados, bien desarrollados y profundos, con una cierta humedad a lo largo del año. Estas condiciones permiten el crecimiento de especies un poco mas exigentes como *Cirsium filipendulum* y *Erica ciliaris*, y algunas especies de prado: *Molinia coerulea*, *Sieglingia decumbens*, etc. Estos son mucho más productivos para transformarlos en prados que los procedentes de *Ulici europaei-Ericetum cinereae*.

Ulici gallii-Ericetum mackaniane

Se asienta en el sector Galaico-Asturiano donde en ombroclimas húmedos ó hiperhúmedos, se desarrollan comunidades de la asociación *Ulici gallii- Ericetum mackaniana*, muy parecida a la anterior pero con el endemismo *Erica mackaniana*.

PIORNALES Y ESCOBONALES

Suelen ser formaciones cerradas con predominio de diversos *Cytisus* y *Genista*.

- *Cytisus striatus* es del piso colino galaico-portugués, con condiciones oceánicas, se encuentra en el litoral.
- *Cytisus ingramii* se encuentra en las mismas condiciones pero en el sector galaico-asturiano
- *Cytisus scoparius* es muy abundante y junto con la *Genista florida*, son más resistentes y aceptan climas contrastados con precipitaciones subhúmedas a hiperhúmedas.
-

Entre los piornales, los colinos del sector galaico-portugués pertenecen a la asociación *Ulici europaei- Cytisetum striati* y sustituyen a bosques de la *Rusco-Quercetum roboris*. Los del subsector galaico septentrional (*Ulici europaei- Cytisetum ingramii*) llevan en cabeza al endémico *Cytisus ingramii* y sustituyen a carballares de *Blechno-Querceto roboris* (IZCO, 1987) (1). Una tercera asociación *Cytisetum scopario-striati* recoge piornales diversos, situados en zonas más altas con *Genista florida*, sustituyen a *Vaccinio- Quercetum roboris* (IZCO,1987) (1)

SEBES VIVAS

Son barreras que se utilizan para separar las fincas, de origen humano y están constituidas por formaciones arbustivas entrelazadas, con variedad de especies: *Rubus sp* (silvas), *Rosa sp.*, *Crataegus monogyna*, *Sambucus nigra*, *Salix sp*, *Prunus spinosa*, etc. (JATO RODRÍGUEZ V. y RODRÍGUEZ GARCIA V. 1986). (3)

Juegan un papel ecológico de primer orden en la protección de cultivos, refugio de fauna, control de plagas, etc. pero, en la actualidad, tiene menor presencia debido entre otros factores a los incendios, mecanización de las tareas agrícolas y la concentración parcelaria.

VEGETACION HERBACEA (según IZCO, J., AMIGO, J. & GARCIA-SAN LEON, D, 2001) (2)

AMMOPHILETEA.

Presencia: Abundante en numerosos arenales costeros.

Especies representativas: *Aetheorhiza bulbosa*, *Ammophila arenaria* subsp. *australis*, *Armeria pungens*, *Artemisia crithmifolia*, *Calystegia soldanella*, *Carex arenaria*, *Crucianella maritima*, *Cyperus capitatus*, *Elymus farctus* subsp. *boreali-atlanticus*, *Eryngium maritimum*, *Euphorbia paralias*, *Euphorbia portlandica*, *Euphorbia terracina*, *Helichrysum picardi*, *Honckenya peploides*, *Iberis procumbens*, *Lobularia maritima*, *Medicago marina*, *Otanthus maritimus*, *Pancratium maritimum*, *Scrophularia frutescens*, *Seseli tortuosum*.

ANOMODONTO-POLYPODIETEA.

Presencia: Dispersa en zonas no montañosas.

Especies representativas: *Anogramma leptophylla*, *Asplenium adiantum-nigrum*, *Davallia canariensis*, *Polypodium cambricum*, *Polypodium interjectum*, *Polypodium vulgare*, *Silene acutifolia*, *Umbilicus rupestris*.

ARTEMISIETEA VULGARIS.

Presencia: Dispersa porque engloba comunidades propias de la parte costera termófila como otras de la parte montana interior.

Especies representativas: *Arctium minus*, *Artemisia absinthium*, *Artemisia vulgaris*, *Ballota nigra* subsp. *foetida*, *Carduus carpetanus*, *Carthamus lanatus*, *Centaurea calcitrapa*, *Chenopodium bonus-henricus*, *Chondrilla juncea*, *Cirsium eriophorum*, *Cirsium vulgare*, *Dipsacus fullonum*, *Foeniculum vulgare*, *Helminthia echioides*, *Malva sylvestris*, *Melilotus albus*, *Melilotus indicus*, *Melilotus officinalis*, *Onopordon acanthium*, *Phytolacca americana*, *Reseda luteola*, *Rumex conglomeratus*, *Rumex pulcher*, *Sambucus ebulus*, *Silybum marianum*, *Verbascum thapsus*, *Verbascum virgatum*, *Verbena officinalis*.

BIDENTETEA TRIPARTITA.

Presencia: Dispersa en valles de ríos con fuerte antropización.

Especies representativas: *Alopecurus aequalis*, *Bidens tripartita*, *Polygonum hydropiper*, *Polygonum lapathifolium*, *Pulicaria vulgaris*, *Rorippa palustris*, *Sisymbrella aspera*, *Xanthium* spp.

CAKILETEA MARITIMAE.

Presencia: Frecuente en numerosas playas aunque generalmente en formaciones poco extensas y dispersas.

Especies representativas: *Atriplex prostrata*, *Beta vulgaris* subsp. *maritima*, *Cakile maritima* subsp. *integrifolia*, *Euphorbia peplis*, *Glaucium flavum*, *Honckenya peploides*, *Matricaria maritima*, *Polygonum maritimum*, *Salsola kali*, *Tetragonia tetragonioides*.

EPILOBIETEA ANGUSTIFOLIAE.

Presencia: Extendida por zonas bajas y media.

Especies representativas: *Asphodelus lusitanicus*, *Asphodelus macrocarpus*, *Coicya cheiranthos*, *Digitalis purpurea*, *Epilobium angustifolium*, *Eryngium duriaei*, *Omalotheca sylvatica*, *Peucedanum gallicum*, *Senecio sylvaticus*.

GALIO-URTICETEA.

Presencia: Abundante.

Especies representativas: *Alliaria petiolata*, *Allium triquetrum*, *Angelica major*, *Anthriscus sylvestris*, *Calystegia sepium*, *Chelidonium majus*, *Conium maculatum*, *Cruciata laevipes*, *Geranium pyrenaicum*, *Geranium robertianum*, *Epilobium hirsutum*, *Epilobium parviflorum*, *Eupatorium cannabinum*, *Filipendula ulmaria*, *Galium aparine*, *Geum urbanum*, *Glechoma hederacea*, *Humulus lupulus*, *Lamium maculatum*, *Pentaglottis sempervirens*, *Pulicaria dysenterica*, *Sambucus ebulus*, *Senecio doria* subsp. *legionensis*, *Silene dioica*, *Silene latifolia*, *Smyrniolum olusatrum*, *Stachys sylvatica*, *Tradescantia fluminensis*, *Urtica dioica*.

HELIANTHEMETEA GUTTATI.

Presencia Dispersa por todo el territorio desde las playas hasta las áreas de montaña;

Especies representativas: *Aira caryophylla*, *Aira praecox*, *Aira cupaniana*, *Alyssum alyssoides*, *Arabis auriculata*, *Arenaria leptoclados*, *Arenaria serpyllifolia*, *Asterolinon linum-stellatum*, *Bombycilaena erecta*, *Brachypodium distachyon*, *Bupleurum baldense*, *Campanula erinus*, *Cerastium brachypetalum*, *Cerastium pumilum*, *Chaenorhinum rubrifolium*, *Crassula tillaea*, *Crucianella angustifolia*, *Erophila verna*, *Eryngium tenue*, *Euphorbia exigua*, *Evax pygmaea* subsp. *ramosissima*, *Galium murale*, *Galium parisiense*, *Hedypnois cretica*, *Helianthemum ledifolium*, *Helianthemum salicifolium*, *Hornungia petraea*, *Hypochoeris glabra*, *Lens nigricans*, *Linaria arenaria*, *Linum strictum*, *Linum trigynum*, *Logfia gallica*, *Logfia minima*, *Malcolmia ramosissima*, *Medicago minima*, *Minuartia hybrida*, *Moenchia erecta*, *Mycropyrum tenellum*, *Myosotis discolor*, *Omphalodes gallaecica*, *Ononis reclinata*, *Ornithopus compressus*, *Ornithopus perpusillus*, *Ornithopus pinnatus*, *Periballia involucreta*, *Petrorhagia nanteuillii*, *Pseudorlaya pumila*, *Psilurus incurvus*, *Rumex bucephalophorus* s.l., *Saxifraga tridactylites*, *Scandix australis*, *Scandix pecten-veneris*, *Silene scabriflora*, *Silene littorea*, *Spergula morisoni*, *Teesdalia nudicaulis*, *Trifolium scabrum*, *Trigonella monspeliaca*, *Tuberaria guttata*, *Valerianella coronata*, *Valerianella pumila*, *Velezia rigida*, *Viola kitaibeliana* subsp. *henriquesi*.

JUNCETEA MARITIMI.

Presencia: Muy abundante en todo el litoral.

Especies representativas: *Angelica pachycarpa*, *Anthyllis vulneraria*, *Apium graveolens*, *Armeria maritima*, *Armeria pubigera*, *Asplenium marinum*, *Aster tripolium*, *Bacopa monieri*, *Carex extensa*, *Carex punctata*, *Cochlearia aestuaria*, *Crepis novoana*, *Crithmum maritimum*, *Daucus carota* subsp. *gummifer*, *Elymus pycnanthus*, *Festuca rubra* subsp. *pruinosa*, *Glaux maritima*, *Inula crithmoides*, *Juncus acutus*, *Juncus gerardi*, *Juncus maritimus*, *Leucanthemum gallaecicum*, *Leucanthemum pluriflorum*, *Limonium binervosum*, *Limonium vulgare*, *Linaria polygalifolia* subsp. *aguillonensis*, *Matthiola incana*, *Oenanthe lachenali*, *Plantago maritima*, *Rumex acetosa* subsp. *biformis*, *Rumex rupestris*, *Silene uniflora*, *Spergularia rupicola*, *Trifolium occidentale*, *Triglochin bulbosa* subsp. *barrelieri*, *Triglochin maritima*, *Triglochin striata*.

KOELERIO-CORYNEPHORETEA.

Presencia: Esporádicamente en arenales costeros.

Especies representativas: *Corynephorus canescens*, *Koeleria albescens*, *Linaria polygalifolia*, *Sedum acre*.

LEMNETEA.

Presencia: normalmente formando manchas de muy poca extensión.

Especies representativas: *Azolla filiculoides*, *Lemna gibba*, *Lemna minor*.

MOLINIO-ARRHENATHERETEA.

Extraordinariamente abundante

Especies representativas: *Achillea millefolium*, *Agrostis capillaris*, *Agrostis castellana*, *Agrostis x fouilladei*, *Agrostis stolonifera*, *Ajuga reptans*, *Alopecurus pratensis*, *Angelica major*, *Anthoxanthum amarum*, *Anthoxanthum odoratum*, *Arrhenatherum elatius*, *Bellis perennis*, *Briza media*, *Bromus communtatus*, *Caltha palustris*, *Cardamine pratensis*, *Carex ovalis*, *Carum verticillatum*, *Centaurea nigra*, *Chaerophyllum hirsutum*, *Cirsium palustre*, *Crepis capillaris*, *Dactylorhiza incarnata*, *Cynosurus cristatus*, *Dactylis glomerata*, *Deschampsia hispanica*, *Elymus repens*, *Festuca pratensis*, *Filipendula ulmaria*, *Gaudinia fragilis*, *Holcus lanatus*, *Hypericum tetrapterum*, *Hypochoeris radicata*, *Juncus acutiflorus*, *Juncus conglomeratus*, *Juncus effusus*, *Linum bienne*, *Lolium multiflorum*, *Lolium perenne*, *Lotus corniculatus*, *Lotus pedunculatus*, *Lychnis flos-cuculi*, *Malva moschata*, *Malva tournefortiana*, *Mentha longifolia*, *Mentha suaveolens*, *Molinia coerulea*, *Paspalum dilatatum*, *Paspalum distichum*, *Paspalum vaginatum*, *Peucedanum lancifolium*, *Phleum pratense*, *Plantago lanceolata*, *Plantago major*, *Poa pratensis*, *Poa supina*, *Poa trivialis*, *Polygonum bistorta*, *Potentilla reptans*, *Prunella vulgaris*, *Ranunculus acer* subsp. *despectus*, *Ranunculus repens*, *Rhinanthus minor*, *Rumex acetosa*, *Rumex crispus*, *Rumex obtusifolius*, *Scirpus holoschoenus*, *Senecio aquaticus* subsp. *barbareifolius*, *Stellaria graminea*, *Tragopogon pratensis*, *Trifolium dubium*, *Trifolium pratense*, *Trifolium repens*, *Trisetum flavescens*, *Valeriana dioica*, *Veronica chamaedrys*, *Veronica serpyllifolia*.

OXYCOCCO-SPHAGNETEA.

Presencia: Bastante común

Especies representativas: *Carex durieui*, *Drosera rotundifolia*, *Erica tetralix*, *Lycopodiella inundata*, *Narthecium ossifragum*, *Odontoschisma sphagni*, *Scirpus caespitosus* subsp. *germanicus*, *Sphagnum capillifolium*, *Sphagnum cuspidatum*, *Sphagnum papillosum*, *Sphagnum recurvum*, *Sphagnum russowii*, *Sphagnum subnitens*.

PARIETARIETEA.

Presencia: Frecuente en las partes históricas y monumentales de todas las ciudades de Galicia

Especies representativas: *Centranthus ruber*, *Cheiranthus cheiri*, *Cymbalaria muralis*, *Erigeron karvinskianus*, *Parietaria judaica*, *Polygonum capitatum*, *Trachelium caeruleum*, *Umbilicus rupestris*.

PHRAGMITO-MAGNOCARICETEA.

Presencia: Muy abundante a lo largo de toda la red fluvial y en la mayoría de humedales.

Especies representativas: *Alisma plantago-aquatica*, *Antinoria agrostidea*, *Apium nodiflorum*, *Carex acuta* subsp. *reuteriana*, *Carex cuprina*, *Carex otrubae*, *Carex paniculata* subsp. *Iusitanica*, *Carex riparia*, *Cladium mariscus*, *Eleocharis palustris*, *Galium broterianum*, *Galium palustre*, *Glyceria declinata*, *Glyceria fluitans*, *Gratiola officinalis*, *Iris pseudacorus*, *Leersia oryzoides*, *Lycopus europaeus*, *Lysimachia vulgaris*, *Lythrum salicaria*, *Oenanthe crocata*, *Phalaris arundinacea*, *Phragmites australis*, *Rorippa nasturtium-aquaticum*, *Scirpus lacustris* subsp. *lacustris*, *Scirpus lacustris* subsp. *tabernaemontani*, *Scirpus maritimus*, *Sparganium erectum*, *Typha domingensis*, *Typha latifolia*, *Verónica anagallis-aquatica*, *Veronica beccabunga*.

POLYGONO-POETEA ANNUAE.

Presencia: Común, pero, más frecuente en las áreas bajas y urbanas.

Especies representativas: *Amaranthus deflexus*, *Chamomilla suaveolens*, *Coronopus didymus*, *Coronopus squamatus*, *Crassula tillaea*, *Euphorbia chamaesyce*, *Euphorbia prostrata*, *Gnaphalium luteo-album*, *Gymnostyles stolonifera*, *Herniaria glabra*, *Plantago coronopus*, *Poa annua*, *Polycarpon tetraphyllum*, *Polygonum arenastrum*, *Sagina apetala*, *Soliva pterosperma*, *Spergularia rubra*, *Spergularia marina*.

POTAMETEA.

Presencia: Relativamente frecuente en la mayoría de ríos y en muchas charcas por toda Galicia.

Especies representativas: *Callitriche hamulata*, *Callitriche stagnalis*, *Ceratophyllum demersum*, *Myriophyllum alterniflorum*, *Nymphaea alba*, *Nymphoides peltata*, *Polygonum amphibium*, *Potamogeton crispus*, *Potamogeton gramineus*, *Potamogeton natans*, *Potamogeton pectinatus*, *Potamogeton perfoliatus*, *Potamogeton polygonifolius*, *Potamogeton trichoides*, *Ranunculus omiophyllus*, *Ranunculus peltatus*, *Ranunculus penicillatus*, *Utricularia australis*, *Utricularia minor*, *Utricularia vulgaris*.

SAGINETEA MARITIMAE.

Presencia: Poco abundante pero dispersa por zonas del litoral.

Especies representativas: *Cochlearia danica*, *Desmazeria marina*, *Parapholis incurva*, *Parapholis strigosa*, *Sagina maritima*.

SALICORNIETEA FRUTICOSAE.

Presencia: Está presente prácticamente en todas las Rías gallegas. Aunque con manifestaciones de muy desigual tamaño,

Especies representativas: *Armeria maritima*, *Cistanche phelypaea*, *Frankenia laevis*, *Halimione portulacoides*, *Limonium binervosum*, *Limonium vulgare*, *Puccinellia maritima*, *Sarcocornia fruticosa*, *Sarcocornia perennis*, *Spergularia salina*, *Suaeda vera*.

SCHEUCHZERIO-CARICETEA FUSCAE.

Presencia: Abundante en las provincias atlánticas, en los sistemas montañosos del norte gallego y en los montes de la Dorsal; llega también a las altas montañas orientales.

Especies representativas: *Agrostis hesperica*, *Anagallis tenella*, *Arnica montana* subsp. *atlantica*, *Carex davalliana*, *Carex echinata*, *Carex nigra*, *Carex pulicaris*, *Carex viridula*, *Linkagrostis juresi*, *Menyanthes trifoliata*, *Narthecium ossifragum*, *Parnassia palustris*, *Pinguicula grandiflora*, *Pinguicula lusitanica*, *Rhynchospora alba*, *Rhynchospora modesto-lucennoi*, *Scirpus caespitosus* subsp. *germanicus*, *Scutellaria minor*, *Viola palustris*.

SEDO-SCLERANTHETEA.

Presencia: Amplia distribución.

Especies representativas: *Agrostis durieui*, *Dianthus laricifolius* subsp. *cespitosifolius*, *Dianthus langeanus*, *Sedum album* subsp. *micranthum*, *Sedum anglicum* subsp. *pyrenaicum*, *Sedum brevifolium*, *Sedum forsteranum*, *Sedum pruinaum*, *Thymus caespititius*.

STELLARIETEA MEDIAE.

Presencia: Muy frecuente.

Especies representativas: *Agrostemma githago*, *Amaranthus retroflexus*, *Anacyclus clavatus*, *Anagallis arvensis*, *Anchusa arvensis*, *Anthemis arvensis*, *Anthemis cotula*, *Anthoxanthum aristatum*, *Anthriscus caucalis*, *Aphanes arvensis*, *Aphanes inexpectata*, *Arabidopsis thaliana*, *Arnoseris minima*, *Avena barbata*, *Avena sterilis*, *Bilderdykia convolvulus*, *Borago officinalis*, *Brassica barrelieri*, *Brassica nigra*, *Bromus diandrus*, *Bromus madritensis*, *Bromus rigidus*, *Bromus sterilis*, *Bromus tectorum*, *Buglossoides arvensis*, *Calendula arvensis*, *Campanula lusitanica*, *Cardaria draba*, *Capsella bursa-pastoris*, *Cardamine hirsuta*, *Centaurea cyanus*, *Cerastium glomeratum*, *Chamaemelum mixtum*, *Chenopodium album*, *Chenopodium ambrossioides*, *Chenopodium hybridum*, *Chenopodium muralis*, *Chenopodium polyspermum*, *Chrysanthemum segetum*, *Cirsium arvense*, *Coleostephus myconis*, *Convolvulus arvensis*, *Conyza albida*, *Conyza canadensis*, *Corrigiola litoralis*, *Corrigiola telephiifolia*, *Cyperus sculentus*, *Digitaria sanguinalis*, *Diplotaxis catholica*, *Echinochloa crus-galli*, *Echium plantagineum*, *Erodium cicutarium*, *Erodium moschatum*, *Euphorbia helioscopia*, *Euphorbia peplus*, *Fumaria bastardi*, *Fumaria capreolata*, *Fumaria muralis*, *Fumaria reuteri*, *Galactites tomentosa*, *Galeopsis tetrahit*, *Galinsoga ciliata*, *Geranium dissectum*, *Geranium lucidum*, *Geranium molle*, *Kichxia elatine*, *Hirschfeldia incana*, *Hordeum murinum*, *Lamium amplexicaule*, *Lamium hybridum*, *Lamium purpureum*, *Lapsana communis*, *Lavatera arborea*, *Lavatera cretica*, *Lathyrus aphaca*, *Lepidium virginicum*, *Linaria amethystea*, *Linaria elegans*, *Linaria spartea*, *Lupinus angustifolius*, *Lupinus luteus*, *Malva neglecta*, *Malva parviflora*, *Mercurialis annua*, *Mibora minima* subsp. *minima*, *Misopates orontium*, *Oenothera rosea*, *Oxalis corniculata*, *Oxalis latifolia*, *Oxalis pescaprae*,

- 1 IZCO, J. (1987) Galicia en la vegetación de España, Rivas-Martínez, S and Peinado, M (eds)., colecc. Aula Abierta: 385-418, Serv. Public. Univ. Alcalá de Henares
- 2 IZCO, J., AMIGO, J. & GARCIA-SAN LEON, D. (2001). Análisis y clasificación de la vegetación de Galicia (España), II. La vegetación herbácea. Lazaroa 21: 25-50
- 3 JATO RODRÍGUEZ, M.V., RODRÍGUEZ GARCIA, V (1986). Introducción ao estudo da flora e a vexetación de Galicia en O MEIO NATURAL GALEGO. Edicións do Castro.
- 4 QUINTANILLA, LG, AMIGO, J (1999). Catálogo de las pterididofloras de los espacios naturales protegidos de Galicia. Botánica Complutensis 23: 99-110.
- 5 RIVAS-MARTINEZ, S. (1987). Memoria del mapa de series de vegetación de España. (1:400.000). Ministerio de Agricultura, ICONA, Madrid.

1.2.9. Geografía humana.

1.2.9.1. Demografía

La densidad de población de la provincia de La Coruña, 142,5 hab/ km², supera la media gallega (93,7 hab/ km²) y también la española (87,5 hab/ km²). Es la provincia con mayor número de habitantes de Galicia, aunque Pontevedra es la más densamente poblada, según el INE, en el año 2007 (1.132.792 habitantes). En la zona costera, más poblada que el interior, se encuentran dos de las ciudades más habitadas La Coruña y Ferrol, en torno a ellas giran, también, otros núcleos importantes de población como Oleiros, Cambre, Culleredo y Arteixo en la zona de influencia herculina y Narón y Fene en la de influencia ferrolana. En la parte interior de la provincia las zonas más pobladas son Santiago de Compostela y algunos ayuntamientos cercanos a él como Ames y Teo.

Es una población que no registra grandes incrementos (aprox. 20.000 habitantes más en los últimos 10 años), este aumento se debe en realidad a la llegada de inmigrantes, porque sin este aporte externo es una población estancada con un número similar de nacimientos y defunciones. Es una población que envejece, cada vez aumenta el número de personas mayores.

Edad	Porcentaje (Año 1996)	Porcentaje (Año 2007)
0-20	22	15,8
20-40	30,5	29,8
40-60	20,5	27,8
60-80	23	26,6

Porcentaje de población por franjas de edad, en el 1996 y 2007

Fuente: elaboración propia con datos del INE

Como vemos en la tabla en los años de realización del trabajo, ha descendido considerablemente la población menor de 20 años y han aumentado los mayores de 60 años. Este aumento de las personas de más edad es especialmente notable en el caso de las mujeres. Así el 24% de las mujeres actuales de la provincia tienen más de 65 años, mientras en el caso de los hombres, es el 18%. Esto es debido a la mayor expectativa de vida de las mujeres.

Sólo en las tres ciudades más grandes (La Coruña, Santiago y Ferrol) viven 413.281 personas, el 36,4% del total de habitantes de la provincia. Si a esto añadimos las poblaciones de sus áreas de influencia, este porcentaje es mucho mayor, podemos hablar de concentración entorno a las zonas urbanas. Estos habitantes proceden en gran parte de poblaciones del rural. Así, hay

ayuntamientos de la provincia con hasta 90 pequeñas aldeas vacías. Estos lugares vacíos ya suponen el 4,8% del total (IGE 2007), casi todos en los últimos años, en los próximos años esto va a seguir aumentando porque hay muchos lugares que cuentan con 2 ó 3 personas empadronadas. Hay que tener en cuenta que en toda la provincia hay 9152 núcleos con menos de 100 habitantes y 1044 más que no pasan de 500 habitantes (de un total de 10365 núcleos de población) (INE 2007).

El envejecimiento de la población y el abandono del medio rural son dos datos que ponen en peligro la realización de trabajos etnobotánicos.

1.2.9.2. Economía

La Coruña se ha visto beneficiada, como el resto de Galicia, en su crecimiento económico por los Fondos de Cohesión de la Unión europea. Esto ha provocado mayor inversión en infraestructuras y nuevas tecnologías y ha supuesto un descenso en la agricultura y la ganadería. (1)

Aún así, el sector primario sigue siendo superior en La Coruña que la media española. Como vemos en la tabla aproximadamente 15 de cada 100 coruñeses trabajan en el campo y en la pesca frente a 7 de cada 100 en España. (2). El sector industrial, a pesar del crecimiento no alcanza la media nacional, el menor número de empleos en el sector industrial genera menos empleos secundarios en la construcción y en los servicios. (3) (4)

Hay mas población activa masculina (60%) que femenina (Fuente IGE, 2001), esto no ocurre así en la agricultura donde las mujeres son mayoría (58%). Esto es debido a que son pequeñas explotaciones, utilizadas como fuentes de ingreso complementarias. (5)

Porcentaje población ocupada por sectores INE 2001	
La Coruña	España
Agricultura: 10,7	Agricultura y pesca: 6,8
Pesca: 4,0	
Industria: 17,9	
Construcción: 11,7	Construcción: 11,0
Servicios: 55,7	Servicios: 62,3

La agricultura de la provincia sigue siendo predominantemente intensiva y de policultivo. Los principales cultivos son las plantas forrajeras: maíz, nabos, praderías, después le siguen la patata, cereales (trigo y centeno) y los cultivos de huerta, en esta provincia el viñedo se utiliza para autoconsumo. Las verduras más cultivadas son del género Brassica: berzas, nabizas, grelos, repollo.

En el período 1995-2005, según el informe Galicia-2006, el valor añadido per cápita de la Agricultura presenta un claro estancamiento mientras que el de la Industria se ha incrementado durante este período en un 34%, la de la Construcción en un 85%, la de los Servicios en un 43% y el total en un 42%. (7)

El problema es que este frenazo en la Agricultura se presenta en comarcas donde los otros sectores tampoco tienen un peso importante, y esto genera desequilibrios territoriales importantes. (1)

La racionalización de la cuota láctea, las campañas de saneamiento ganadero, han supuesto el abandono de muchas pequeñas explotaciones porque no eran rentables. (4) Por otra parte, la falta de trabajo en el campo y la escasez de servicios, también hace que los jóvenes abandonen el campo, cerrando las explotaciones familiares. El abandono de las superficies de cultivo ha supuesto el aumento de la superficie arbolada que en toda Galicia ha supuesto un 34% desde el IFN2 al IFN3 (34%) en 11 años. Actualmente los

ingresos por la explotación de la madera son superiores a los obtenidos por el cultivo del campo. (8)

Las funciones del monte han cambiado desde la mitad del siglo pasado, anteriormente se utilizaba con fines ganaderos, para la obtención de cereales mediante las *rozás ó estivadas*, consistente en la quema del matorral realizada anualmente para plantar cereales (varios informantes han referido participar en rozas en su juventud). Se utilizaba como *estrume*, para formar parte de la cama del ganado y posteriormente como abono en las tierras de cultivo. También para la producción de leña usada como combustible, obtenían frutos como las castañas, setas, plantas medicinales, y en escasa proporción para la obtención de madera. Posteriormente aumentó su uso forestal, continuando el ganadero, también la explotación de canteras y residualmente los usos anteriores. (9)
En la actualidad el uso más importante es el forestal y aumentan la extensión de los parques eólicos. (8)

Superficie forestal en hectáreas (La Coruña)
Arbolado: 401.189 Ha
Desarbolado: 104.417 Ha
Uso no forestal: 289.432 Ha
Fuente: O Monte Galego en cifras 2001. Dirección Xeral de Montes e Medio Natural.

	Cultivos herbáceos	frutales	Olivar	Viñedo	Otras tierras de labor
GALICIA	228.493	12.373	23	17.831	160
La Coruña	61.904	1.320	2	928	30
Lugo	102.793	3.561	15	1.815	43
Orense	33.318	5.855	5	8.257	55
Pontevedra	30.477	1.637	1	6.830	32

INE: Censo Agrario. En cultivos herbáceos se incluyen barbechos y huertas familiares.

Según, el Tercer inventario Forestal Nacional, en La Coruña (10), en el norte la más abundante es el *Eucaliptus globulus*, también hay *Pinus pinaster* y *Pinus radiata* en el interior. A pesar de que el carballo es el árbol clímax, sólo el 0,25% de cortas de madera en 2002 (Xunta de Galicia Anuario de estadística agraria) corresponden al *Quercus robur*. El *Eucaliptus globulus* procedente de Australia hace más de un siglo primero como uso ornamental y luego forestal, es sin duda uno de los que más se utilizan en repoblación por su alta rentabilidad.

En el interior de la provincia abunda el ganado vacuno tanto para leche como para carne, también es frecuente el porcino y el avícola. Los ingresos por la producción de leche son bastante superiores a los obtenidos por la producción de carne.

	unid. Ganaderas	Nºexplotaciones	Nº de cabezas
A Coruña			
Bovino	336.329	30.818	417.485
Ovino	5.930	8.566	59.297
Caprino	615	1.545	6.147
Porcino	97.104	35.883	365.961
Aves (miles de cabezas)	19.742	54.565	1.901

Fuente: INE Censo agrario de 1999

En la búsqueda de más rentabilidad y como complemento a este tipo de producciones también se está desarrollando un tipo de ganadería de notable implantación en Galicia: las granjas de avestruces, como la de Santiso (La Coruña). Estas granjas se dedican fundamentalmente a la producción de carne. (2)

La actividad pesquera continua siendo esencial, de ella dependen pescadores, acuicultores, mariscadores y también los trabajadores de la industria conservera. Destaca la progresión actual de la acuicultura. (3)

En la industria tiene un peso importante el sector energético, hasta ahora con las térmicas de Meirama y As Pontes, y la refinería de petróleo de Bens. (3)

Actualmente progresan las energías alternativas, entre ellas, la energía eólica, Galicia es una de las regiones del mundo con mayor aprovechamiento en este sector, el 80% de la potencia instalada en la Comunidad, se encuentra en La Coruña aprovechando zonas de gran potencial eólico como son: cabo Vilano, Estaca de Bares y Finisterre. Respecto al sector de los biocombustibles, también es otra apuesta reciente, con un futuro aún incierto. De momento cuenta con una planta de bioetanol en Curtis y una de biodiesel en Ferrol.

El crecimiento del VAB del sector de la energía ha contribuido al crecimiento económico de los últimos años. (6) y (7)

Otras industrias en crecimiento son también las procesadoras del pescado y la madera, así como, la textil, La Coruña es la primera provincia de España como exportadora de prendas de ropa. (3)

Otro de los pilares económicos de La Coruña es el puerto, que genera muchos empleos directos e indirectos. (3)

La construcción naval de Ferrol ha vivido dos reconversiones importantes que ha provocado crisis en el sector que afectó a toda la comarca.

El turismo ha experimentado un crecimiento sostenido en los últimos años, alcanzando sus niveles máximos en los años xacobeos. Es un sector productivo importante también por número de empleos. En el medio rural, se ha intentado utilizar como fuente de ingresos por la baja rentabilidad del campo. (2)

BIBLIOGRAFÍA

- 1 CANTO, O., DEL RIO, C. y GRADIN, C. (2006). Análisis territorial de la pobreza y la desigualdad en Galicia 1999-2003. Fundación Caixa Galicia. La Coruña
- 2 FERNANDEZ, G. (2006) Economía rural y agraria en Galicia 2005 FG Estudios económicos y sociales. Madrid
- 3 FERNANDEZ, M. & FERNANDEZ-GRELA, M. (2003). La estructura productiva de la economía gallega. CIEF/Fundación Caixa Galicia.
- 4 FERNANDEZ LEICEAGA, X & LOPEZ IGLESIAS, E (2000). Estructura económica de Galiza. Ed. Laiovento
- 5 GRADIN, C., DEL RIO, C., (2003) A distribución da renda en Galicia. Balance das 3 últimas décadas. Revista Galega de Ciencias Sociais Vol. 1. Santiago de Compostela 2003
- 6 GUI SAN, M. C. & col. Boletines HISPALINK- Galicia, dic00, dic. 01, dic. 02, dic03, dic. 04, jun02, jun05, jun06, jun07. www.hispalink.es
- 7 GUI SAN, M.C.&col. Informe Galicia-2006 “Renta y el empleo en los sectores productivos de Galicia 1995-2005” www.usc.es/economet/galicia.htm
- 8 LOPEZ IGLESIAS E. (2000) O sector agrario galego ás portas do século XXI: balance das súas transformacións recentes. Revista Galega de Economía, vol. 9, núm. 1
- 9 MAREY, M.F. CRECENTE R., RODRÍGUEZ V. (2004). Usos del monte en Galicia en el siglo XX. Departamento de Ingeniería Agroforestal, Escuela Politécnica Superior de Lugo. Universidade de Santiago de Compostela, España
- 10 TERCER INVENTARIO FORESTAL NACIONAL (1997-2006) Vol. 2. Ed. Icona.

2. MATERIAL Y METODOS.

2.1 Estudio bibliográfico.

El comienzo de la recopilación bibliográfica empezó en 1997 como consecuencia de la realización de mi tesina “Usos mágicos de las plantas medicinales en Galicia”. A partir de ese momento, hasta el día de hoy, ha habido una constante búsqueda de toda la información que sobre este tema he localizado. Frecuentes han sido las visitas a bibliotecas tales como la Biblioteca Pública Miguel González Garcés, la Biblioteca del Museo del Pueblo Gallego, La Biblioteca Municipal de Betanzos y la biblioteca de la Facultad de Farmacia de Santiago de Compostela entre las más importantes y algunos fondos privados. De donde se ha sacado la revisión bibliográfica de todo lo publicado con relación a temas etnobotánicos (plantas medicinales, plantas populares, medicina popular, ritos populares, supersticiones gallegas, etc.).

La consulta de fondos bibliográficos, tanto en La Coruña como en Santiago de Compostela me ha dado entre otras cosas, una primera aproximación del entorno etnobotánico del territorio a estudiar, así como también de las características del medio físico y vegetal, tan desconocidos para mí, como importantes, para elaborar los cimientos sobre los que se asienta el cuerpo de esta Tesis. En los últimos años he localizado información a través de internet.

Desde el punto de vista científico, una de las partes más importantes e interesantes del trabajo es la de analizar los usos dados con la documentación científica para así, contrastar los resultados obtenidos; es decir, contrastar que los usos dados tengan por una parte una base científica justificada por su composición y concentración en determinadas sustancias activas y por otra comparar que dicho uso, ha sido documentado en otros trabajos etnobotánicos publicados.

2.2 Acercamiento a la población y recogida de datos.

La labor esencial de este trabajo es la de ser capaz de encontrar y luego empatizar con las personas conocedoras de plantas. Por lo tanto, la primera tarea a desarrollar es la de localizar a este tipo de personas conocedoras del medio rural y que quieran compartir, con nosotros, sus conocimientos sobre usos de plantas que han visto utilizar, han utilizado o utilizan cotidianamente.

El perfil de esta persona generalmente concuerda con el de individuos que vivan o hayan vivido en el campo, personas cuyas familias tienen un gran arraigo rural y de edad habitualmente mayor de 60 años

Durante los primeros años, he comenzado haciendo una selección de informantes a través de personas que por su trabajo estuvieran en contacto con gente del campo, que pudiera tener los conocimientos buscados. Por ejemplo: farmacéuticos y veterinarios rurales, asistentes sociales, animadoras socioculturales, párrocos, etc. Y también, me he dirigido a Centros de Día, Centros Sociales del ayuntamiento, Centros de Tercera Edad. De forma que

hablando con la gente que conoce, y es conocida por mucha, gente pudiera servir como filtro para encontrar vecinos de la zona con conocimientos sobre usos de plantas de las que pudiera informarnos.

Con este sistema he llegado a conocer personas que tenían un conocimiento amplio de las plantas y sus usos, sirviéndome para familiarizarme con los nombres vulgares con los que además tenía cierta dificultad, a pesar de la documentación bibliográfica, por el acento y la pronunciación.

Es en esta primera fase, he dedicado mucho más tiempo a cada informante encontrado (era fácil, porque al ir de parte de una persona que él también conocía, había más familiaridad). En estos casos salía a herborizar con el informante y a veces me traían plantas de otros lugares en los que ellos habían vivido o tenían familia. Entonces, en la mayoría de los casos, realizaba más de una visita al informante en cuestión.

Siempre que se ha podido se ha mantenido una charla con el informante, a ser posible en solitario, y en ambiente distendido donde la información fluyera de manera espontánea.

El protocolo de actuación con el informante ha sido siempre el mismo. Tras explicarle el objetivo del trabajo y la finalidad de mi visita le manifestaba la importancia de que los conocimientos sobre plantas no se perdieran dándole la posibilidad de dejar un testimonio escrito de sus conocimientos. A continuación, anotaba en mi cuaderno toda la información aportada por los encuestados, apuntando todos los usos de plantas por extraños que pareciesen.

El problema de este sistema es que no conseguí informantes en todas las zonas que buscaba. Así, en una segunda parte el enfoque del trabajo cambia: planifico una encuesta etnobotánica abierta en la que hago entrevistas al azar. En este caso solía empezar haciendo una preselección con un pequeño cuestionario para detectar si la información que me podía dar era fiable. En esta parte del trabajo me resulto muy útil la información adquirida en la primera parte porque de esta manera podía hablar con ellos de las plantas con sus nombres vernáculos, podía saber la localización de las plantas que me comentaban (muros, "sebes vivas", monte, prado, etc.) porque en esta fase era más difícil conseguir que el informante te acompañara al lugar donde estaba la planta y lo que hacía era recoger las indicaciones y luego comprobarlas.

Es una parte en la que llegas a más informantes, haces muchísimas entrevistas (al menos 4 entrevistas por cada informante final) pero con este sistema también he conseguido llegar a personas que poseían amplios conocimientos de las plantas aunque haya tenido que descartar más que en la primera fase donde ya venían preseleccionados.

En la primera fase no he tenido que hacer ningún esfuerzo para que los informantes colaboraran conmigo y en la segunda he encontrado más reticencias a la hora de revelarme los datos personales (nombre, dirección, profesión), por ello era lo último a tratar. Y aún así algunos prefirieron el anonimato.

En conjunto, la interacción con los informantes ha sido tremendamente educativa y ha sido sin duda la parte más enriquecedora del trabajo. Con muchos de ellos aun sigo en contacto.

A todas las entrevistas he acudido con mi bloc de notas, cámara de fotos (siempre) y la grabadora con la que tuve escaso éxito porque provocaba incomodidad notando que la gente se expresaba de una manera más artificial.

A la hora de realizar las encuestas en la segunda parte del trabajo, he contado con la ayuda de una encuestadora profesional acompañándome en alguna de las visitas para aprender protocolos y formas de actuación con el fin de sacar la máxima información en cada una de las encuestas. En esta parte del trabajo acudía con modelos de ficha (Figura 1). Siempre teniendo en cuenta que es una encuesta abierta en la que nunca me limitaba al formulario que solo utilizaba como guión y un catálogo de fotografías. Y siempre que podía plantas frescas que había recogido por la zona con las que siempre tenía un mayor nivel de reconocimiento que con las fotografías.

Informante nº		Fecha:		
Nombre planta	Parte utilizada	Vía adm	Forma de Preparac.	uso

¿Utilizaba planta fresca o seca?

¿Conoce otros usos?
Alimentario
Textil
Madera

¿Conoce algún caso de intoxicación por plantas?

¿Alguna planta que hacía daño a los animales?

¿Utiliza todavía alguna planta?

Si la respuesta es afirmativa: ¿Cuáles y donde las recolecta?

Si la respuesta es negativa: ¿Por qué han dejado de utilizarlas?

De donde vienen los conocimientos que poseen:
Transmisión familiar
Libros
Radio
Televisión
Otros

Nombre:
Edad:
Profesión:
Concello:
Parroquia:

Encuesta etnobotánica 1

Encuesta etnobotánica 2

Figura 1: Modelo ficha encuesta etnobotánica.

Ha habido algunas plantas que no he podido identificar ni incluir en mi trabajo al no poder localizarlas. En algunos casos porque el propio informante me decía que ya no existía donde él las había conocido, aunque recordaba su uso y en otros porque a pesar de decirme donde estaba no fui capaz, con la descripción dada de la planta, dar con su localización en la zona. Hay que tener

en cuenta que algunos de los informantes tenían problemas de movilidad por lo que no podían acompañarme.

2.3 Identificación botánica

Con las muestras de material vegetal recogido en las salidas al campo con los informantes o del material que ellos mismos nos han hecho llegar, se procede a su identificación, prensado y etiquetado. De esta forma se elaboró un herbario.

La identificación del material se realizó consultando las siguientes claves de identificación:

CASTROVIEJO, S. & al. (Eds1986-1999).Flora Ibérica: Plantas vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares. 1, 2, 3, 4, 5, 6,7(1) y 8. Real Jardín Botánico CSIC Madrid. Editorial CSIC Madrid.

BONNIER, GASTON; LAYENS, G.. Claves para la determinación de plantas vasculares. Ediciones Omega 1999.

TUTIN, T.G. ;HEYWOOD, V.H. ; BURGESS, N.A. ;VALENTINE,D.H. Flora Europaea, Vol. 1-5 (1968-1993) Cambridge University Press.

Las muestras dudosas se han consultado al Dr. Iñigo Pulgar del Departamento de Botánica de la Facultad de Farmacia de Santiago de Compostela, a D. Francisco Javier García y Gans del Área de Sanidad y Medio Ambiente del Ayuntamiento de Valencia y a D. Pablo Piró Mascarell colaborador del Jardín Botánico de Valencia.

Con las muestras que por su tamaño no pueden ser incluidas en pliegos herbarios se ha abierto un archivo de fotografía para constatar este tipo de material (sobre todo en usos como la cestería, carruajes de madera, aperos de labranza, las vigas de madera, etc.)

2.4- Procesado de información.

Una vez localizada y recogida la información para la investigación etnobotánica. Tenemos que sistematizar de una manera ordenada y controlada los datos obtenidos de las entrevistas escritos en las encuestas.

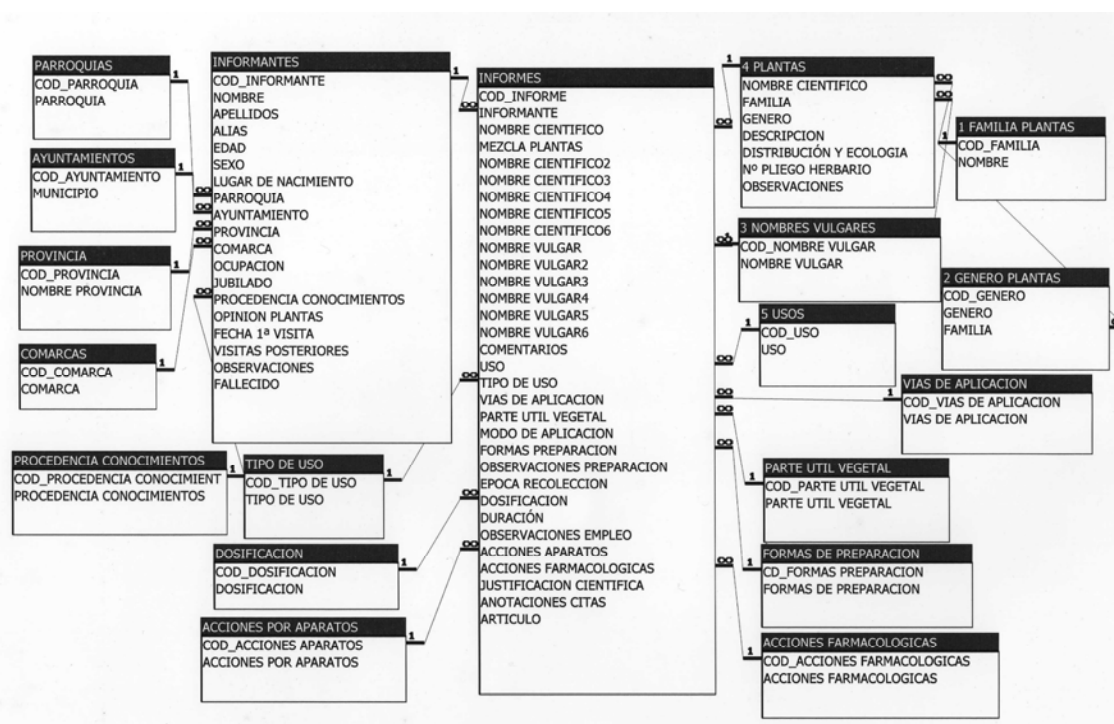
Necesitamos un sistema que permita archivar y organizar la información que hemos reunido.

Después de haber utilizado, en principio, varios sistemas como cuadernos de trabajo, fichas, etc., material que sirvió para ordenar la información inicialmente. Con un volumen de datos mayor se hace necesario desarrollar una aplicación informática que sea fácil de gestionar y que tenga la flexibilidad suficiente para permitirme relacionar, ordenar y cuantificar muchos datos de manera válida, fácil y rápida.

Con esta intención se diseña una aplicación informática a medida, que permita acceder y relacionar cantidades de información de manera rápida.

Por este motivo creamos una aplicación informática elaborada con programa básico de creación de bases de datos interrelacionales que es el Microsoft Access 2000. Que no es más que una base de datos relacional compuesta de varias tablas que se interrelacionan entre ellas. De manera que cualquier dato de un campo de una tabla se pueda relacionar con otro en otra tabla distinta. Esta herramienta hace que se puedan sacar relaciones de datos rápidamente debido a las enormes posibilidades de procesado de información.

Una versión simplificada del esquema de relaciones de esta base de datos es el siguiente:



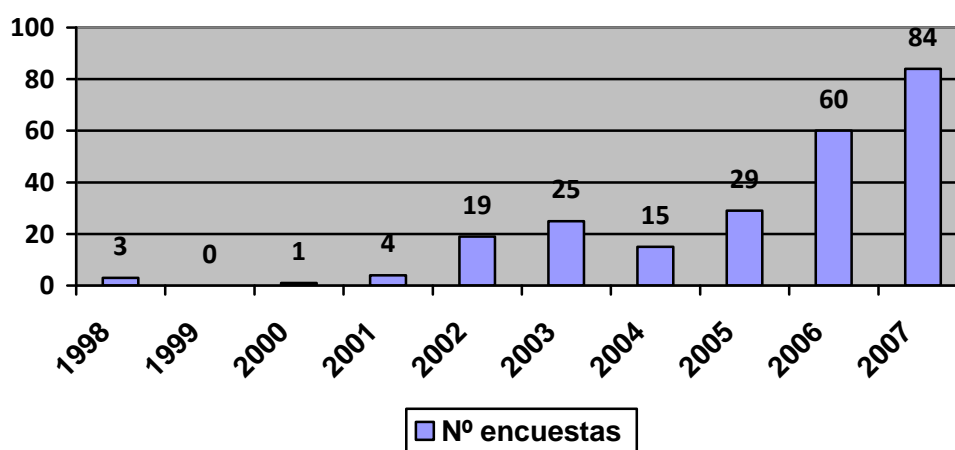
Donde se ven claramente las 3 tablas principales (informantes, informes etnobotánicos y plantas) y 16 tablas secundarias con sus respectivas relaciones. Lo importante de este sistema es que cualquier dato de una tabla está relacionado con el resto de las tablas lo que nos permite establecer selecciones complejas de datos rápidamente. De todas maneras el tiempo es relativo, ya que para que esta base de datos funcione, primero hay que diseñarla y luego introducir la información, procesos ambos que llevan su tiempo. Esto nos da más posibilidades para sacar información fácil y veraz. Por ejemplo podríamos listar cuantos informantes entre 40 y 50 años que viven en las comarcas costeras nos han dado un determinado uso de una planta en concreto.

3. ESTUDIO ETNOFARMACOLÓGICO DE LAS PLANTAS VASCULARES DE LA PROVINCIA DE LA CORUÑA.

3.1 LOS INFORMANTES.

La actitud de los informantes frente al trabajo ha sido variada: algunas personas que de entrada decían que no sabían nada, al hacerles preguntas concretas empezaban a transmitir conocimientos aunque para ellos eran poco importantes porque nadie de su entorno los valoraba. Les parecía raro que desde la universidad pudieran estudiarse este tipo de datos. Otras personas manifestaban su alegría por la recopilación de esta información, en algunos casos incluso sacaban alguna lista de plantas que tenían guardada porque consideraban importante que esta tradición no muriera con ellos.

Las encuestas fueron realizadas entre 1998-2008 secuenciadas de la siguiente manera:



Se hicieron entrevistas entre los años 1998-2008 si bien este último año se hicieron segundas entrevistas (54) para intentar aclarar algunas dudas surgidas.

3.1.1. Datos obtenidos de las encuestas.

Comentario de los datos obtenidos en estas encuestas, en relación a los informantes:

El número de informantes es de 240 en total entre hombres y mujeres. El rango de edad está comprendido entre 26-94 años. El número de informantes varones es de 85 (35%), mientras que el de informantes mujeres es de 155 (65%). Es decir, por cada informante varón tenemos 1,8 informantes mujeres (o lo que es lo mismo por cada informante varón hay 2 informantes mujeres). La edad media de los informantes es de 66,6 años (en el caso de la edad media de los hombres es de 67,7 años y la edad media de las mujeres es de 66,1 años). El número de

informantes por franja de edad mantiene siempre la misma proporción de 1 a 1,8.

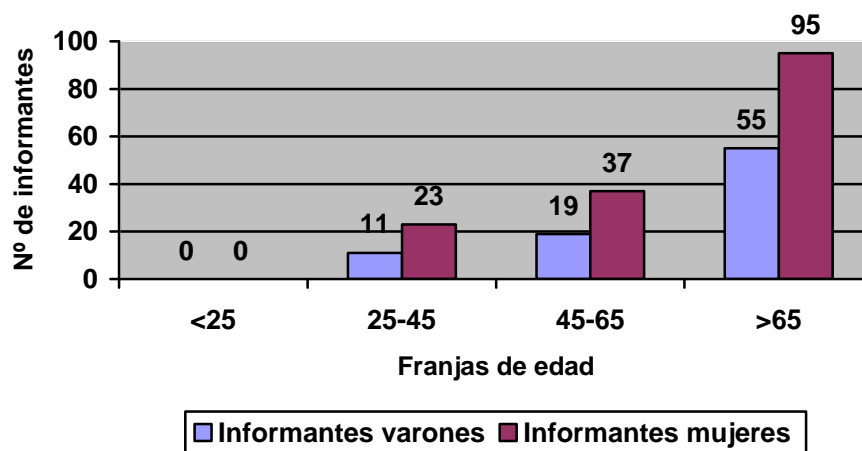


Gráfico.1 Número de informantes por franjas de edad y sexo.

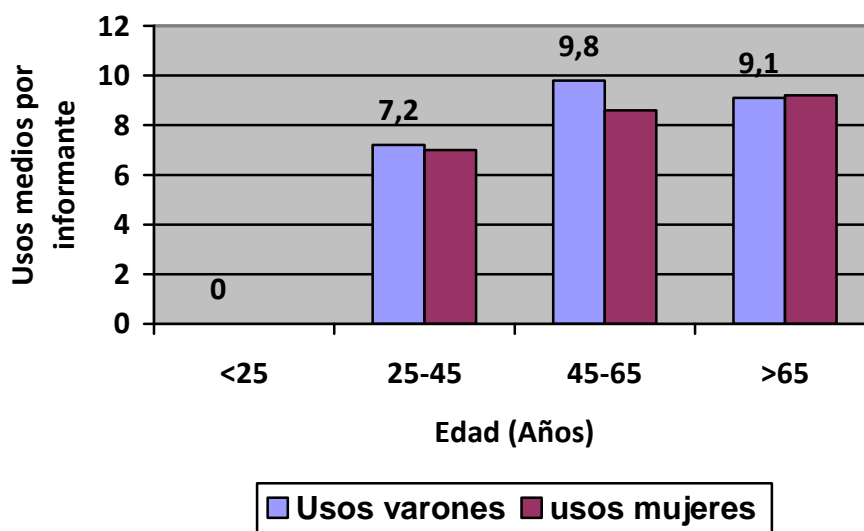
En nuestro estudio la mayoría de los informantes son mayores de 65 años, concretamente, el 62,5%, de los cuales un 18,75 son mayores de 80 años. Al término de la parte de entrevistas, tengo conocimiento del fallecimiento de 16 informantes, supongo que serán muchos más porque no tengo seguimiento de todos los informantes.

Si tenemos en cuenta que en 1996 la población en la provincia de La Coruña mayor de 65 años era de 186.872 y en 2007 esa cifra había ascendido hasta 232.575, en ese mismo período de tiempo la población coruñesa menor de 24 años ha descendido en 91.968 personas, es una población que envejece rápidamente por lo cual se hace necesario recopilar esta información antes de que desaparezca completamente porque aquellos que la poseen están en vías de desaparición y, además, el éxodo rural hacia la ciudad supone que se rompa la cadena de transmisión entre padres e hijos.

El dato de la mayoría femenina no es sorprendente porque tradicionalmente la mujer rural en Galicia siempre ha trabajado en el campo no tanto con fines comerciales sino con producción destinada al autoconsumo, como complemento a la renta familiar. De hecho en el censo de población del año 1970 (INE) ya destacaban como un hecho singular que muchas mujeres dedicadas a sus labores en realidad también trabajaran en el campo. Tendríamos que considerar también que de la población mayor de 65 años actual en la provincia un 60% son mujeres.

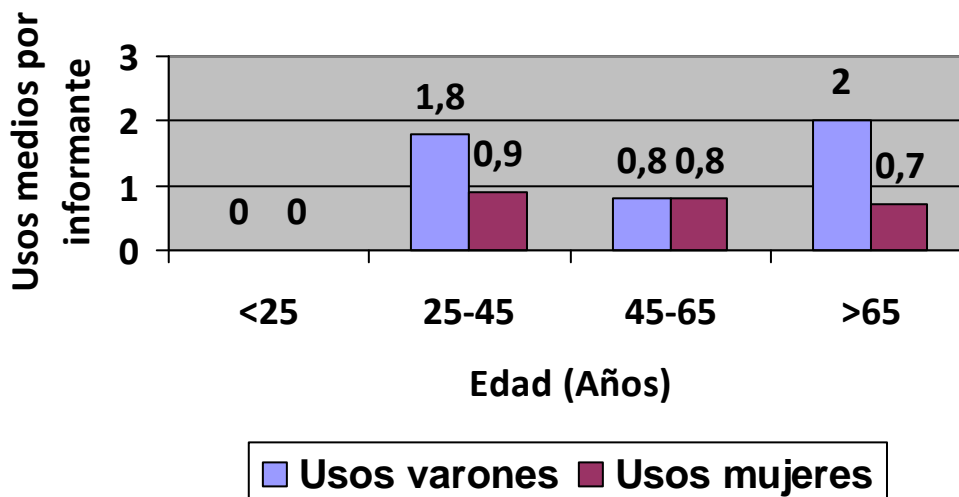
Si calculamos el número de usos que nos han aportado las mujeres supone el 62% de los usos totales reflejados en el trabajo y en el caso de los hombres representa el 38%. Así vemos que el 65% mujeres nos han dado el 62% de los usos. Hay un ligero mayor valor de uso en el caso de los hombres.

Usos etnofarmacológicos de humana



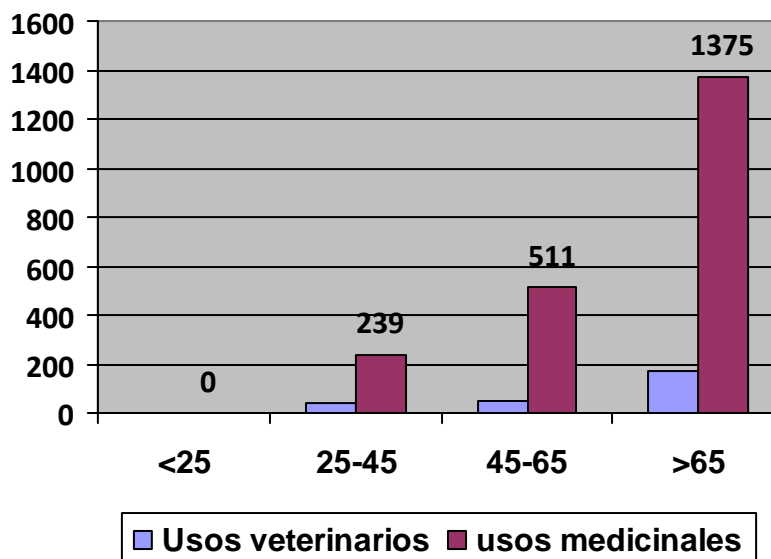
Vemos que en los usos medicinales referidos a humanos el valor de uso de hombre y mujeres es muy parecido y solo destaca mayor número de usos en los hombres en la franja de edad de 45 a 65 años.

Usos etnofarmacológicos de veterinaria



Respecto a los usos en veterinaria sí que destaca el mayor número de usos obtenidos por los hombres en las franjas de 25 a 45 y mayores de 65 años. Esto podría deberse a que muchas de las aplicaciones utilizadas en veterinaria proceden de entornos de tratantes de animales y de alveites (curanderos de animales) entornos más masculinos y a los que la mujer tendría menos posibilidades tradicionalmente para llegar a esta información.

De todas formas, en este trabajo hemos encontrado mucha más información referida a tratamientos en personas que para animales como vemos en la siguiente gráfica.



El 10% de todos los usos etnofarmacológicos corresponden a usos en veterinaria y el resto (90%) a usos en humana.

3.1.2. Vías de adquisición de conocimiento.

Los resultados que hemos obtenido corresponden a:

De la familia.....	30.41%
De los vecinos.....	11.25%
Familiar y vecinos.....	52.5%
Otros (tratantes de ganado, curanderos, libros).....	5.83%

A la vista de estos datos se observa, que la mayoría de los informantes han obtenido su conocimiento por transmisión oral a través de familiares, vecinos ó ambos casos que es lo más habitual.

3.1.3. Perfil profesional.

Un 61% del total de los informantes encontrados tienen alguna profesión relacionada con la agricultura y la ganadería (incluidos jubilados de estos sectores): tenemos agricultores, ganaderos, tratantes de ganado, cesteros, Hay un 22% de amas de casa que compatibilizan sus tareas con una pequeña huerta de autoconsumo y algunos animales también para consumo familiar. Un 9% son de diferentes profesiones (camioneros, marineros, albañiles, carpinteros, camareros, auxiliares de ayuda a domicilio) que en muchos casos también realizan o han realizado alguna tarea en huerta propia ó familiar.

Hemos conseguido 5 informantes que tienen relación profesional directa con las plantas medicinales (2 naturópatas, 2 manceiros y un alveite). Tuvimos referencias de otras personas de este sector pero no han querido participar en el trabajo.

Los informantes que tenemos con profesiones universitarias representan una minoría (4 farmacéuticos, 3 veterinarios, 1 psicóloga, 1 arquitecto, 1 médico, 3 maestros, 1 trabajadora social).en los que su relación con el campo viene por su trabajo o por su origen familiar.

3.1.4. Falta de aplicación de los remedios tradicionales.

Ante la pregunta de por qué no se utilizan en la actualidad las plantas. El 85% de los casos dicen que porque fueron sustituidos por los medicamentos y también porque los manceiros y los alveites fueron sustituidos por médicos y veterinarios y a estos últimos no les gustaba que utilizaran estos remedios. Otras razones que dan para el abandono del uso son la pérdida de conocimiento de las aplicaciones de las plantas, habiéndose roto la transmisión generacional por no saber dosificarlos. Por comodidad los medicamentos son más fáciles de preparar y dosificar. Y en zonas afectadas por la influencia de la térmica de As Pontes y Meirama por contaminación atmosférica.

3.1.5. Uniformidad geográfica del conocimiento.

Antes de la realización del trabajo pensaba encontrar mayor conocimiento del uso de las plantas, en los informantes situados en las comarcas interiores, al depender en mayor medida de la agricultura y la ganadería, que en las zonas del litoral. Pero esto no ha sido así, porque calculando el número de usos medios por informante en las comarcas del interior (Terra de Melide, Arzua, Ordes, Santiago, A Barcala, Xallas y O Sar) y comparándolo con las comarcas costeras el resultado obtenido es exactamente el mismo, 16 usos por informante.

Esto podría deberse a varias razones, por una parte, no existen barreras físicas importantes que las separen. Además las comarcas más interiores geográficamente están situadas en el centro de Galicia a muy pocos kilómetros de ciudades importantes como La Coruña, Lugo, Orense y Santiago.

Pertenecen asimismo al último tramo del Camino de Santiago que además se extiende hasta Finisterre, con lo que ello supone de intercambios de personas y conocimientos.

Otra razón que considero importante es que toda la provincia tiene el mismo idioma, el gallego, y la misma tradición cultural. Y esto se refleja el conocimiento de los usos medicinales si no también en otras aplicaciones etnobotánicas: textil (p.ej. uso del lino para hacer tejidos), cestería y aperos de labranza, usos madereros, para alimentación, así, las verduras que más se consumen en toda la zona son las mismas: grelos, nabizas, berzas.

3.1.6. Listado de informantes.

Este trabajo ha sido posible, gracias a la generosidad y colaboración de personas que han compartido sus conocimientos de manera altruista. Esta es la relación ordenada por comarcas, ayuntamientos y parroquias de todos los que han colaborado en el trabajo. Entre paréntesis se indica la edad en el momento de la entrevista.

Comarca de A Barcala

Ayuntamiento de Negreira

Parroquia de Albite (S. Tomé): José Grillo Blanco (62) y Carmen Grillisande (36). Parroquia de Campolongo (Sta. Cruz): José (35), Dolores Cives Nieto (66), Pepe (47).

Comarca de A Coruña

Ayuntamiento de A Coruña

En el núcleo urbano: Antonio (89), Manuela Gil (85), Juan Troves (85), María Lujan (59), Carmen Quintela (66), Irene Mosquera (40).

Ayuntamiento de Abegondo

Parroquia de Mabegondo (San Tiso): José Alonso (54)

Ayuntamiento de Arteixo.

Parroquia de Pastoriza (Santa María): Dolores Nieto (44). Parroquia de Moras (S. Estevo): Salvador (52), Marisa Roibal Pombo (67) y Anxelines (55). Parroquia de Lañas: Dosinda Naya (80). Parroquia de Oseiro (Santiso): Amadeo Taboada Cid (53).

Ayuntamiento de Bergondo

Parroquia de Bergondo (S. Salvador): Indalecio (88).

Ayuntamiento de Cambre

Parroquia de Sigras (Santiago): Carmen Catrufo (76) y parroquia de Brexo (Sampaio): Elvira Mosquera Paris (69)

Ayuntamiento de Carral.

Parroquia de Quembre (San Pedro): José Insua (75). Parroquia de Beira (Sta. Mariña): Informante de Beira (Sta Mariña) (78)

Ayuntamiento de Culleredo

Parroquia de Veiga (San Silvestre): Carmen Carro (76)

Ayuntamiento de Oleiros:

Parroquia de Dorneda (San Mariño): Marina Freire (85) y Parroquia de Perillo (Santa Leocadia): Andrés Patiño (85) y Luisa Moreira (72)

Comarca de Arzua

Ayuntamiento de Boimorto.

Parroquia de Mercurin (S. Clemente): Gumersindo Garcia (67) y M^a del Pilar (46).

Ayuntamiento de Touro.

Parroquia de Prevediños (Santiago): Mercedes Rendo Iglesias (89)

Ayuntamiento de O Pino.

Parroquia de Arca (Santa Eulalia): Virtudes Curras (72)

Ayuntamiento de Arzua

Parroquia de Arzua (Núcleo urbano): María (84), y parroquia de Figueroa (San Paio): María (85)

Ayuntamiento de Touro.

Parroquias de Fao (Sta. Euxenia): Carmen (66). Parroquia de Quión (S. Fiz): Isabel Silva (85). Parroquia de Loxo (Sta. María): Mari Carmen González (41) y María Dolores Rial (81).

Comarca de Barbanza

Ayuntamiento de Boiro

Parroquia de Cures (S. Andrés): Ramón Núñez (57) y Josefa Leiño (66)

Ayuntamiento de Rianxo

Parroquia de Leiro (Sta. María): Josefa Rodríguez (73) y Dolores Gómez (76). Parroquia de Isorna (Santa María): Carmen Sobradero (77). Parroquia de Taragoña (S. Salvador): Manuel Iglesias (78)

Ayuntamiento de Ribeira.

En el núcleo urbano: Margarita Pérez (70), Ramona Martínez (67) y Isidoro Sancoras (78). Parroquia de Olveira (Santa María): Dolores Lema Pérez (70), Carmen Lerva (70) y Isabel Fernández (40).

Comarca de Bergantiños

Ayuntamiento de A Laracha.

Parroquia de Erboedo (Sta María): Mercedes (42) y Edelmiro (81).

Ayuntamiento de Carballo

En el núcleo urbano: Mercedes (40). Parroquia de Sisamo (Santiago): Elvira Paredes (65). Parroquia de Lema (San Cristovo): Elena Quintela (78). Parroquia de Sofan (San Salvador): Carmen Lage (70).

Ayuntamiento de Coristanco

Parroquia de Couso (San Miguel): Ramona Antelo Muiño (87). Parroquia de Coristanco (San Paio): Francisco Katrain (80). Parroquia de Oca (San Martiño): María José Cancela (42), Antonio Cancela Gesto (82) y Eligio Verde (80)

Ayuntamiento de Malpica de Bergantiños

Parroquia de Buño (San Estevo): Rosa Español (45) y Herminia Trigo (66).

Ayuntamiento de Ponteceso

Parroquia de Pazos (S. Clemente): Josefa Antelo (88) y Jenara Ferreiro (36).

Comarca de Betanzos

Ayuntamiento de Aranga

Parroquia de Muniferal (San Cristovo): María de la Encarnación López (83), Francisco Castelos (60) y Dolores Seoane (88).
Parroquia de Cambás (San Pedro): María José Ares Pérez (34).
Parroquia de Fervenzas (San Vicente): Teresa Vilariño (84)

Ayuntamiento de Betanzos

En el núcleo urbano: Carlos (45) y María Luisa Couceiro (86).
Parroquia de Viñas (S. Pedro): José Juan Rodríguez (82).
Parroquia de Piadela (San Estevo): Flora Porca (80).

Ayuntamiento de Cesuras

Parroquia de Filgueira de Barranca (S. Pedro): María Taboada (66), Avelino (76), José Blanco (65) y Aurora (72).

Ayuntamiento de Curtis

Parroquia de Fisteus (Santa María): Eloisa Barros (80). Parroquia de Fosados (Santa María): Edelmiro Bergantiños (80). Parroquia de Lourdes (Santa María): Esperanza Vázquez (79)

Ayuntamiento de Irixoa

Parroquia de Ambroa (Santiso): Basilia (66) y Ana (29).

Ayuntamiento de Oza dos ríos

Parroquia de Reboredo (Sta. María): M^a Josefa (47). Parroquia de Parada (S. Estevo): Darío Ponte (90).

Ayuntamiento de Paderne

Parroquia de Adragonte (Santiago): María Josefa Golpe Maceira (69). Parroquia de Vilarmaior (San Pedro): Eliseo Lamas Brendan (88).

Ayuntamiento de Vilasantar

Parroquia de Vilasantar (Santiago): José María Platas (66)

Comarca de Eume

Ayuntamiento de A Capela

Parroquia de A Capela (Santiago): Manuel Pasa (78), Dorinda (72) y Carmen Sanmartín Salgado (84).

Ayuntamiento de As Pontes García Rodríguez

Parroquia de Eume (San Pedro): Francisco Calvo (43) y Francisco Balsa (60). Parroquia de Freixo (San Xoan): Saturnino López (65). Parroquia de Eume (San Pedro): Mari Flor (51) y Carmen Fornes (40). Parroquia de Seoane (San Xoan): Felicita (79). Parroquia de Faeira (San Pedro): Francisca Calvo (66) y Manuela Calvo (73). Parroquia de Aparral (S. Xoán): José María Pérez (84).

Ayuntamiento de Monfero

Parroquia de Monfero (S. Fiz): Francisca (75), Alberto (48), Marina (53), Alberto (58), Pedro Penas Bravo (40), Maruxa (80), Edelmira Fariña (50) y Domingo Fariña (78). Parroquia de Xestoso (Sta. María): Cecilia (65).

Ayuntamiento de Pontedeume

Parroquia de Andrade (S. Martiño): Neli (72) y Elvira (70).

Comarca de Ferrol

Ayuntamiento de Cedeira

En el núcleo urbano de Cedeira: Dora (68), Rosa (59), Juan Francisco (69), Lolita (90), Alicia (63), Josefa (84), Emérita Martínez (73) y Aurora (75). Parroquia de Cervo (Sta. Eulalia): Dolores (75).

Ayuntamiento de Fene

Parroquia de Perlio (San Estevo): Antonia Veiga (61).

Ayuntamiento de Ferrol

En el núcleo urbano de Ferrol: Clarisa Fernández Franco (75) y Cándida López Albariño (69). Parroquia de Covas (San Martiño): Antonio Loures Suárez (83). Parroquia de Graña (Sta. Rosa de Viterbo): Dolores Castro Martínez (68). Parroquia de Brión (Santa María): Ramón Abeledo Mazás (72). Parroquia de Labacengos (Santa María): Benigno Braga Fraga (43).

Ayuntamiento de Narón

Parroquia Sedes (S. Estevo): Francisco de (77).

Comarca de Fisterra

Ayuntamiento de Muxía

Parroquia de Moraime (S. Xulian): Andrés Lamas (85), Elisa Carballo Lourido (78), María Montserrat Vigo Ganzaba (40) y María Ofelia Leira (72). Parroquia de Ozón (S. Martiño): Matilde Marques (65) y Manoli (72).

Ayuntamiento de Dumbria

Parroquia de Dumbria (Sta. Eulalia): Belarnino Roura Carreiras (35)

Comarca de Muros

Ayuntamiento de Carnota

Parroquia de Bazar (S. Mamede): Miguel Santiago (60). Parroquia de Carnota (S. Mamede): Pedro Cernades (53).

Ayuntamiento de Muros

En el núcleo urbano de Muros: Josefa Martínez Caamaño (53) y José Manuel Barreiros (69).

Comarca de Noia

Ayuntamiento de Lousame

Parroquia de Lousame (S. Xoán). José Lorenzo (68).

Ayuntamiento de Noia

Parroquia de Boa (San Pedro): María Belén (38), Rosa Maneiro (57) y Filomena Blanco (64).

Comarca de O Sar

Ayuntamiento de Dodro

Parroquia de Dodro (Santa María): José Luis Calvo Romero (65), María Luisa Villaverde (63) y Manolo Vigo Pérez (66). Parroquia de Laiño (San Xoan): Sin nombre 1 Dodro (60), Sin nombre 2 Dodro (65) y José Manuel Castro (70).

Ayuntamiento de Padrón

En el núcleo urbano de Padrón: José García Botana (44)

Ayuntamiento de Rois

Parroquia de Ermédelos (S. Martiño): María Dolores Gómez Rodríguez (44). Parroquia de Urdilde (Sta. María): Divina Boirón (40). Parroquia de Rois (S. Mamede): María Celia Vázquez Rodríguez (58).

Comarca de Ordes

Ayuntamiento de Ordes

Parroquia de Parada (Sta. María): Josefa Martínez La Fuente (72). Parroquia de Mercurin (S. Clemente): Desusa Frangueira Varela (85). Parroquia de Poulo (S. Xulián): Inés Veiras (54). En el núcleo urbano de Ordes: Maruja (78), Manuel Del Rio Caamaño (74) y Pilar Landeira (94).

Ayuntamiento de Oroso

Parroquia de Pasarelos (S. Román): Severino Padernes (89). Parroquia de Anxeles (S. Mamede): María Rodríguez (58). Parroquia de Gándara (S. Miguel) y Isolina (60). Parroquia de Trasmonte (S. Estevo): Concepción Iglesias (85).

Comarca de Ortegal

Ayuntamiento de Cerceda

Parroquia de Rodis (S. Martiño): Adelina (47), Josefa (48), Jesús García (80) y M^a de las Nieves (84).

Ayuntamiento de Cerdido

Parroquia de Cerdido (S. Martiño): María Martínez (63), Manuel (66), Eladio Gómez Casal (70), José Orgales Rivas (70), Informante 1 Cerdido (75) y Informante 2 Cerdido (30). Parroquia de La Barqueira (San Antonio): Brígida Díaz (72).

Ayuntamiento de Frades

Parroquia de Aiazo (S. Pedro): Concepción (84) y Esther (43).

Ayuntamiento de Mañón

Parroquia de Mogor (Santa María): Josefa Barros (68), Pepe Díaz (74) y José Varela (65).

Ayuntamiento de Mesía

Parroquia de Xanceda (S. Salvador): José María (73) y Consuelo Cao (79).

Ayuntamiento de Ortigueira

Parroquia de Loiba (S. Xulian): Francisco (73).

Ayuntamiento de Tordoia

Parroquia de Cabaleiros (S. Xulian): Pablo (26) y María Taibo Tarrío (50). Parroquia de Anxeriz (Sta. María): Carmen Cancela (57).

Ayuntamiento de Trazo

Parroquia de Trazo (Sta. María): Manuel (73) y Manuela (66)

Comarca de Santiago

Ayuntamiento de Ames

Parroquia de Bugallido (S. Pedro): Erundina Vidal (77) y Isabel Fernández Torres (71). Parroquia de Ortoño (S. Xuán): José Silva García (69).

Ayuntamiento de Boqueixón

Parroquia de Boqueixón (S. Vicente): Carmen (81), María Rey García (75) y Lino Rodríguez (82).

Ayuntamiento de Brión

Parroquia de Brión (Santa María): Rogelio Bostelo (76), Rosario Abete (66) y Amparo Rey Arufe (72).

Ayuntamiento de Santiago de Compostela

Parroquia de Sabugueira (S. Paio): Cesáreo Cabanas (80) y Antonio Barreiro Calvo (58). Parroquia de Arins (San Martín): Mercedes Piñeira (82) y Mercedes López (94).

Ayuntamiento de Teo

Parroquia de Calo (S. Xuán): Manuela León Burelos (83). Parroquia de Teo (Sta. María): Clementina Novas (75). Parroquia de Vilariño (Sto. Tomas): Lina Ferreira Da Silva (44).

Ayuntamiento de Val do Dubra

Parroquia de Portomoeiro (S. Cosme): José Noya (58) y Josefa García (57).

Ayuntamiento de Vedra

Parroquia de Vedra (Santa Eulalia): Florinda Otero (64) y María (59).

Comarca de “Terra de Melide”

Ayuntamiento de Melide

Parroquia de Melide (Sta. María): José (87). Parroquia de Moldes (San Martiño): Javier Xaneiro (68).

Ayuntamiento de Santiso

Parroquia de Ribadulla (S. Vicente): Fina Louro (64). Parroquia de Baranzón (S. María): José Roibal (67).

Ayuntamiento de Sobrado

Parroquia de Grijalva (S. Xulián): Joaquina Fernández (55). Parroquia de Roade (S. Andrés): Filomena Vello (79).

Ayuntamiento de Toques

Parroquia de Monte (S. Xulian): Fina Iglesias (85). Parroquia de Brañas (Sta. María): Juan (41).

Comarca de “Terra de Sonería”

Ayuntamiento de Camariñas

Parroquia de Xaviña (Sta. María): Sin nombre Camariñas 2 (75). Parroquia de Ponte do Porto (S. Pedro): Sin nombre Camariñas 1(80).

Ayuntamiento de Vimianzo

Parroquia de Salto (Sta. María): Sara Lavandeira (71), Patricia Ferreira (26), José Rama Santos (76), Carmen Hidalgo López (76) y Jesús (67).

Ayuntamiento de Zas

Parroquia de Baio (Sta. María): Carmen (51). Parroquia de Pazos (S. Clemente): Blania (90).

Comarca de Xallas

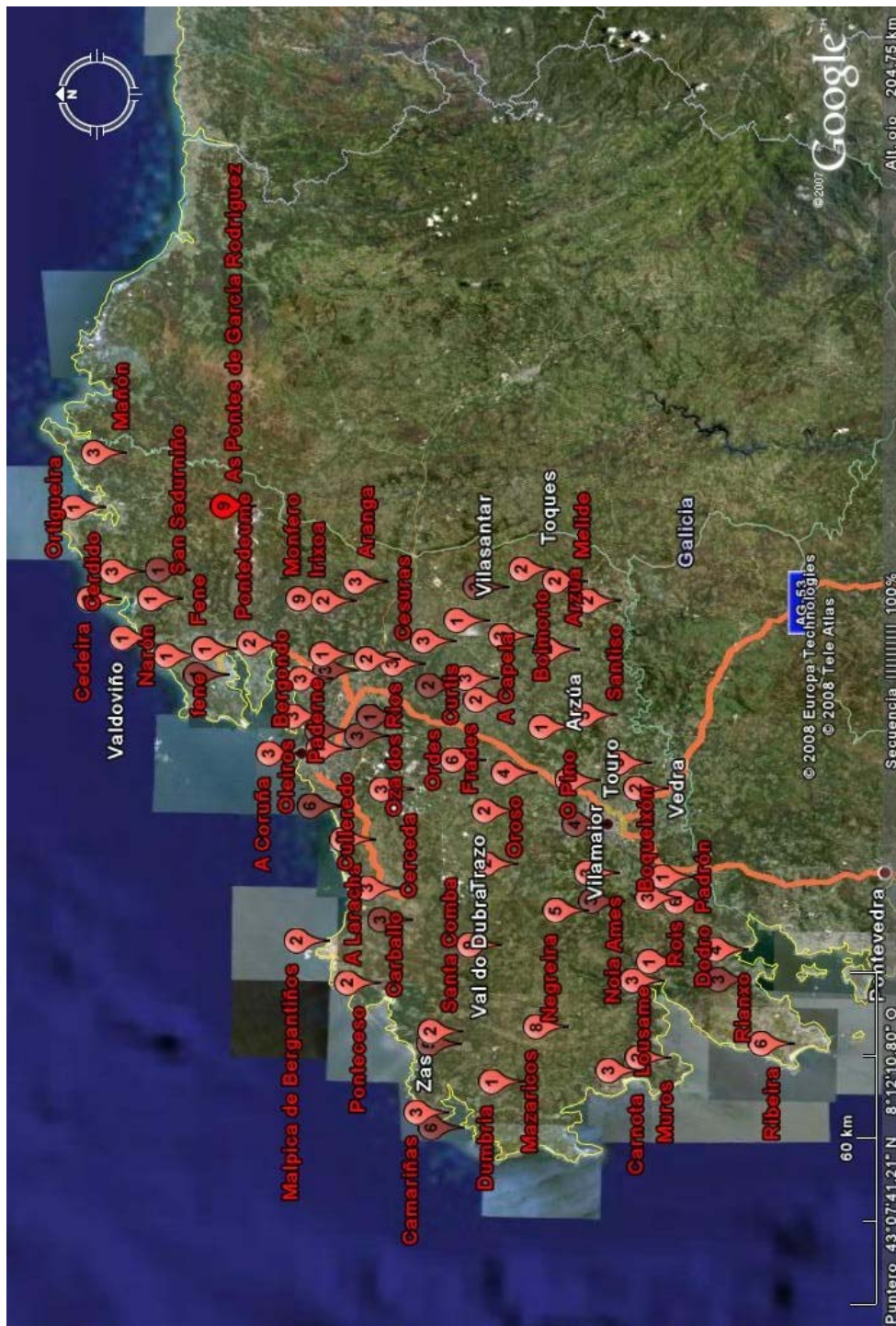
Ayuntamiento de Mazaricos

Parroquia de Arcos (Santiago): Francesca Vane (29), José Antonio Moruelos (35), José Benito Moruelos (27), Manuela Iglesias (57) y María Val Rodríguez (54). Parroquia de Baos (S. Tomé): Generosa (70). Parroquia de Coiro (Sta. María): María Riba (78) y María Juana Villares Riba (39).

Ayuntamiento de Santa Comba

Parroquia de Santa Comba (S. Pedro): Andrés Rial (81), Dario Negreira (84), Francisca (68) y Lisa Suárez (69). Parroquia de Freixeiro (S. Fiz): Celestina Ares (85). Parroquia de Bazar (S. Mamede): Dolores Pereira (63). Parroquia de A Pereira (S. Andrés): José Carlos Prezo (42). Parroquia de Cicere (S. Pedro): José Uche (73). Parroquia de Padreiro (S. Salvador): Preciosa (65).

3.1.7. Localización geográfica de los informantes.



Mapa 3.1.7. Localización de los informantes.

3.2. USOS ETNOFARMACOLÓGICOS, ACCIONES FARMACOLÓGICAS Y FORMAS DE UTILIZACIÓN.

3.2.1. Formas de utilización.

Galicia es una comunidad con una rica diversidad botánica, según el último CATALOGO DA FLORA DE GALICIA publicado en el 2008 (ROMERO BUJAN, M.I. Monografías do Ibader 1. Universidade de Santiago de Compostela. Lugo) hay 2391 plantas de flora vascular gallega inventariadas distribuidas en 801 géneros y 157 familias. En la provincia de La Coruña hay descritas 1488 especies y subespecies. Nosotros hemos encontrado 190 especies pertenecientes a 74 familias de plantas medicinales. Las dos familias con mayor número de especies presentes son la familia *Asteraceae* con 29,5% y la familia *Lamiaceae* con un 19,3%. Estos resultados coinciden con los encontrados en el trabajo de M.P. GONZALEZ-HERNANDEZ, R. ROMERO, M. RODRÍGUEZ-GUITIAN, A. RIGUEIRO (2004).

Según estos autores las familias con mayor número de especies son las *Liliaceae*, *Poaceae* y *Rosaceae*. En nuestro caso son las familias *Rosaceae* (11,5%), *Fabaceae* (11,5%) y *Liliaceae* (8,9%).

A continuación añadimos un listado con las 74 familias de las plantas con usos etnobotánicos encontradas en nuestra provincia con el número de géneros presentes de cada una.

FAMILIA	GENERO
<i>Asteraceae</i>	23
<i>Lamiaceae</i>	12
<i>Fabaceae</i>	10
<i>Rosaceae</i>	7
<i>Liliaceae</i>	6
<i>Apiaceae</i>	5
<i>Poaceae</i>	5
<i>Borraginaceae</i>	4
<i>Cruciferaeae</i>	4
<i>Papaveraceae</i>	4
<i>Ericaceae</i>	3
<i>Malvaceae</i>	3
<i>Plantaginaceae</i>	3
<i>Solanaceae</i>	3
<i>Polipodiaceae</i>	2
<i>Betulaceae</i>	2
<i>Caprifoliaceae</i>	2
<i>Convulvulaceae</i>	2
<i>Crasulaceae</i>	2
<i>Cucurbitaceae</i>	2
<i>Escrofulariaceas</i>	2

<i>Euphorbiaceae</i>	2
<i>Mirtaceae</i>	2
<i>Oleaceae</i>	2
<i>Oxalidaceae</i>	2
<i>Rutaceae</i>	2
<i>Salicaceae</i>	2
<i>Scrophulariaceae</i>	2
<i>Urticaceae</i>	2
<i>Valerianaceae</i>	2
<i>Verbenaceae</i>	2
<i>Aizoaceae</i>	1
<i>Apocinaceae</i>	1
<i>Aquifoliaceae</i>	1
<i>Araceae</i>	1
<i>Araliaceae</i>	1
<i>Bromeliaceae</i>	1
<i>Buxaceae</i>	1
<i>Cactaceae</i>	1
<i>Caryophyllaceae</i>	1
<i>Corylaceae</i>	1
<i>Cupresaceae</i>	1
<i>Dipsacaceae</i>	1

<i>Droseraceae</i>	1
<i>Equisetaceae</i>	1
<i>Gentianaceae</i>	1
<i>Geraniaceae</i>	1
<i>Hipericaceae</i>	1
<i>Hipocastanaceae</i>	1
<i>Hypolepidaceae</i>	1
<i>Iridaceae</i>	1
<i>Juglandaceae</i>	1
<i>Juncaceae</i>	1
<i>Lauraceae</i>	1
<i>Linaceae</i>	1
<i>Moraceae</i>	1
<i>Onagraceae</i>	1
<i>Osmundaceae</i>	1
<i>Pasifloriaceae</i>	1

<i>Pinaceae</i>	1
<i>Plumbaginaceae</i>	1
<i>Polygonaceae</i>	1
<i>Potamogetonaceae</i>	1
<i>Punicaceae</i>	1
<i>Ranunculaceae</i>	1
<i>Rhamnaceae</i>	1
<i>Rubiaceae</i>	1
<i>Taxaceae</i>	1
<i>Thymeleaceae</i>	1
<i>Thyphaceae</i>	1
<i>Tiliaceae</i>	1
<i>Tropaeoaceae</i>	1
<i>Ulmaceae</i>	1
<i>Vitaceae</i>	1

En el siguiente listado se pueden encontrar las 190 especies de plantas de nuestro estudio con usos etnobotánicos ordenadas alfabéticamente por familias.

NOMBRE	NOMBRE CIENTIFICO
<i>Aizoaceae</i>	<i>Carpobrotus edulis</i> (L.) N.E.Br.
<i>Apiaceae</i>	<i>Apium graveolens</i> L.
	<i>Apium nodiflorum</i> (L.) Lag
	<i>Daucus carota</i> L.
	<i>Foeniculum vulgare</i> Miller.
	<i>Petroselinum crispum</i> (Miller) A. W. Hill
	<i>Pimpinella major</i> (L.) Hudson
<i>Apocinaceae</i>	<i>Nerium oleander</i> L.
<i>Aquifoliaceae</i>	<i>Ilex aquifolium</i> L.
<i>Araceae</i>	<i>Arum italicum</i> Miller.
<i>Araliaceae</i>	<i>Hedera helix</i> L.
<i>Asteraceae</i>	<i>Achillea millefolium</i> L.
	<i>Anthemis arvensis</i> L.
	<i>Arnica montana</i> L.
	<i>Artemisia absinthium</i> L.
	<i>Artemisia vulgaris</i> L.
	<i>Bidens aurea</i> (Aiton) Sherff.
	<i>Calendula arvensis</i> L.
	<i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All.
	<i>Chamomilla suaveolens</i> (Pursh). Rydb.
	<i>Chrysanthemum segetum</i> L.
	<i>Cichorium intybus</i> L.
	<i>Cynara scolymus</i> L.
	<i>Helichrysum italicum</i> (Roth) G. Don fil
	<i>Lactuca virosa</i> L.
	<i>Leucanthemum vulgare</i> Lam.
	<i>Matricaria chamomilla</i> L.
	<i>Santolina chamaecyparissus</i> L.
<i>Senecio serpens</i> L.	

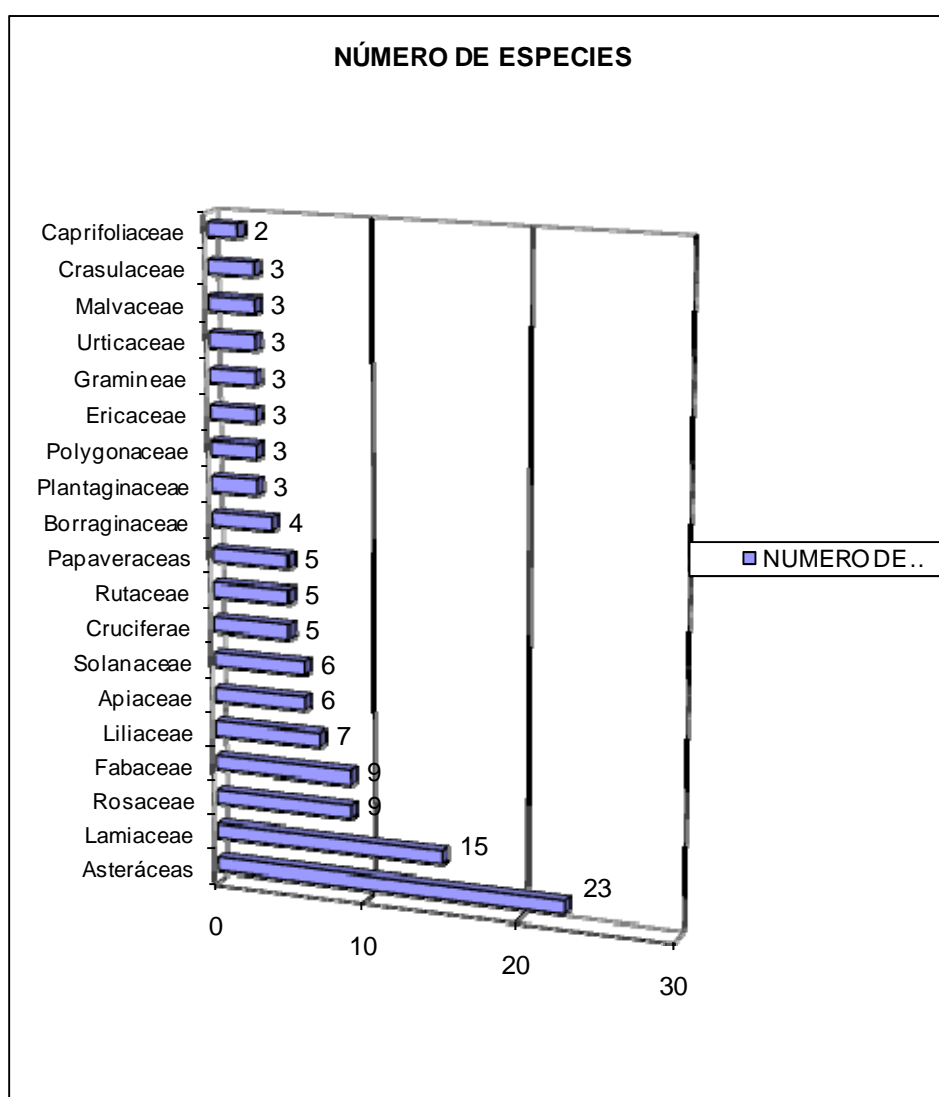
	<i>Senecio vulgaris</i> L.
	<i>Sonchus oleraceus</i> L.
	<i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Schultz Bip.
	<i>Tanacetum vulgare</i> L.
	<i>Taraxacum officinale</i> Weber
Athyriaceae	<i>Athyrium filix-femina</i> (L.) Roth
Betulaceae	<i>Alnus glutinosa</i> (L.) Gaertner
	<i>Betula alba</i> L.
Borraginaceae	<i>Borago officinalis</i> L.
	<i>Lithodora prostata</i> (Loisel.) Griseb.
	<i>Omphalodes nitida</i> Hoffm. et Link
	<i>Symphytum officinale</i> L.
Bromeliaceae	<i>Tillandsia</i> sp.
Buxaceae	<i>Buxus sempervirens</i> L.
Cactaceae	<i>Opuntia vulgaris</i> Miller
Caprifoliaceae	<i>Lonicera periclymenum</i> L.
	<i>Sambucus nigra</i> L.
Caryophyllaceae	<i>Stellaria</i> sp.
Convulvulaceae	<i>Convulvulus arvensis</i> L.
	<i>Cuscuta epithimum</i> (L.) L.
Corylaceae	<i>Corylus avellana</i> L.
Crasulaceae	<i>Sedum acre</i> L.
	<i>Sedum album</i> L.
	<i>Umbiliculus rupestris</i> (Salisb.) Dandy
Cruciferaeae	<i>Brassica nigra</i> (L.) Koch
	<i>Brassica oleracea</i> L. var. <i>acephala</i> DC.
	<i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Medicus
	<i>Nasturtium officinale</i> R. Br.
	<i>Raphanus raphanistrum</i> L.
Cucurbitaceae	<i>Bryonia cretica</i> L.
	<i>Cucurbita pepo</i> L.
Cupresaceae	<i>Juniperus communis</i> L.
Dipsacaceae	<i>Dipsacus follonum</i> L.
Droseraceae	<i>Drosera rotundifolia</i> L.
Equisetaceae	<i>Equisetum</i> sp.
Ericaceae	<i>Calluna vulgaris</i> (L.) Hull
	<i>Erica arborea</i> L.
	<i>Vaccinium myrtillus</i> L.
Escrofulariaceas	<i>Digitalis purpurea</i> L.
	<i>Verbascum thapsus</i> L.
Euphorbiaceae	<i>Euphorbia lathyris</i> L.
	<i>Mercurialis annua</i> L.
Fabaceae	<i>Acacia dealbata</i> Link
	<i>Adenocarpus complicatus</i> (L.) Gay
	<i>Chamaespartium tridentatum</i> (L.) P. Gibbs
	<i>Cytisus multiflorus</i> (L'Her.) Sweet.
	<i>Cytisus scoparius</i> (L.) Boiss
	<i>Trifolium pratense</i> L.
	<i>Ulex europaeus</i> L.
	<i>Ulex galli</i> Planchon
	<i>Vicia hirsuta</i> (L.) S. F. Gray

Fagaceae	<i>Castanea sativa</i> Miller
	<i>Quercus robur</i> L.
Gentianaceae	<i>Gentiana lutea</i> L.
Geraniaceae	<i>Geranium robertianum</i> L.
Hipericaceae	<i>Hypericum perforatum</i> L.
Hipocastanaceae	<i>Aesculus hippocastanum</i> L.
Hypolepidaceae	<i>Pteridium aquilinum</i> (L.) Kuhn
Iridaceae	<i>Iris pseudacorus</i> L.
Juglandaceae	<i>Juglans regia</i> L.
Juncaceae	<i>Juncus acutus</i> L.
Lamiaceae	<i>Calamintha nepeta</i> (L.) Savi
	<i>Glechoma hederacea</i> L.
	<i>Lamium maculatum</i> L.
	<i>Lavandula officinalis</i> Chaix
	<i>Lavandula stoechas</i> L.
	<i>Marrubium vulgare</i> L.
	<i>Melissa officinalis</i> L.
	<i>Mentha aquatica</i> L.
	<i>Mentha piperita</i> L.
	<i>Mentha suaveolens</i> Ehrh.
	<i>Occimum basilicum</i> L.
	<i>Origanum vulgare</i> L.
	<i>Rosmarinus officinalis</i> L.
	<i>Salvia verbenacea</i> L.
<i>Thymus vulgaris</i> L.	
Lauraceae	<i>Laurus nobilis</i> L.
Liliaceae	<i>Allium cepa</i> L.
	<i>Allium sativum</i> L.
	<i>Aloe ferox</i> Miller
	<i>Asparagus officinalis</i> L.
	<i>Asphodelus albus</i> Miller
	<i>Ruscus aculeatus</i> L.
	<i>Simethis mattiazii</i> (Vand.) Sacc.
Linaceae	<i>Linum isitatissimum</i> L.
Malvaceae	<i>Althaea officinalis</i> L.
	<i>Lavatera cretica</i> L.
	<i>Malva sylvestris</i> L.
Mirtaceae	<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.
	<i>Myrtus communis</i> L.
Moraceae	<i>Ficus carica</i> L.
Oleaceae	<i>Fraxinus excelsior</i> L.
	<i>Olea europaea</i> L.
Onagraceae	<i>Epilobium parviflorum</i> Schreber
Osmundaceae	<i>Osmunda regalis</i> L.
Oxalidaceae	<i>Oxalis acetosella</i> L.
	<i>Oxalis pes-caprae</i> L.
Papaveraceae	<i>Chelidonium majus</i> L.
	<i>Fumaria officinalis</i> L.
	<i>Glaucium flavum</i> Crantz
	<i>Papaver rhoeas</i> L.
	<i>Papaver somniferum</i> L.

<i>Pasifloriaceae</i>	<i>Passiflora incarnata</i> L.
<i>Pinaceae</i>	<i>Pinus pinaster</i> Aiton
<i>Plantaginaceae</i>	<i>Plantago coronopus</i> L.
	<i>Plantago lanceolata</i> L.
	<i>Plantago major</i> L.
<i>Plumbaginaceae</i>	<i>Armeria maritima</i> (Miller) Willd.
<i>Poaceae</i>	<i>Avena sativa</i> L.
	<i>Cynodon dactylon</i> (L.) Pers
	<i>Secale cereale</i> L.
	<i>Triticum aestivum</i> L.
	<i>Zea mays</i> L.
<i>Polipodiaceae</i>	<i>Ceterach officinarum</i> Willd.
	<i>Dryopteris filix-mas</i> (L.) Schott.
<i>Polygonaceae</i>	<i>Rumex acetosa</i> L.
	<i>Rumex crispus</i> L.
	<i>Rumex pulcher</i> L.
<i>Potamogetonaceae</i>	<i>Potamogeton natans</i> L.
<i>Punicaceae</i>	<i>Punica granatum</i> L.
<i>Ranunculaceae</i>	<i>Ranunculus peltatus</i> Schrank
<i>Rhamnaceae</i>	<i>Frangula alnus</i> Miller
<i>Rosaceae</i>	<i>Aphanes arvensis</i> L.
	<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.
	<i>Fragaria vesca</i> L.
	<i>Malus domestica</i> Borkh
	<i>Prunus avium</i> L.
	<i>Prunus Laurocerasus</i> L.
	<i>Prunus spinosa</i> L.
	<i>Rosa</i> sp
	<i>Rubus ulmifolius</i> Schott.
<i>Rubiaceae</i>	<i>Galium aparine</i> L.
<i>Rutaceae</i>	<i>Citrus aurantium</i> L.
	<i>Citrus deliciosa</i> Ten.
	<i>Citrus limon</i> (L.) Burm fil
	<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osbeck
	<i>Ruta chalepensis</i> L.
<i>Salicaceae</i>	<i>Salix alba</i> L.
	<i>Salix viminalis</i> L.
<i>Scrophulariaceae</i>	<i>Scrophularia auriculata</i> L.
	<i>Veronica officinalis</i> L.
<i>Solanaceae</i>	<i>Capsicum annum</i> L.
	<i>Datura stramonium</i> L.
	<i>Solanum dulcamara</i> L.
	<i>Solanum melongena</i> L.
	<i>Solanum nigrum</i> L.
	<i>Solanum tuberosum</i> L.
<i>Taxaceae</i>	<i>Taxus baccata</i> L.
<i>Thymeleaceae</i>	<i>Daphne gnidium</i> L.
<i>Thyphaceae</i>	<i>Typha latifolia</i> L.
<i>Tiliaceae</i>	<i>Tilia cordata</i> Mill
<i>Tropaeoaceae</i>	<i>Tropaeolum majus</i> L.
<i>Ulmaceae</i>	<i>Ulmus glabra</i> Hudson.

<i>Urticaceae</i>	<i>Parietaria judaica</i> L.
	<i>Urtica dioica</i> L.
	<i>Urtica urens</i> L.
<i>Valerianaceae</i>	<i>Centranthus ruber</i> (L.) DC.
	<i>Valeriana officinalis</i> L.
<i>Verbenaceae</i>	<i>Lippia citriodora</i> H.B. & K.
	<i>Verbena officinalis</i> L.
<i>Vitaceae</i>	<i>Vitis vinifera</i> L.

En la gráfica adjunta se muestran las 20 familias más representativas ordenadas de mayor a menor, indicando el número de especies que poseen, llamando la atención que las dos familias con mayor número de taxones son las familias Asteraceae y la Lamiaceae.



De las 190 plantas que hacemos mención en nuestro estudio, 49 especies son mencionadas en la Farmacopea Española 3ª Edición. A continuación, se muestra un listado con las especies detectadas en nuestra área de estudio que forman parte de dicha farmacopea.

<i>Achillea millefolium</i> L.
<i>Allium sativum</i> L.
<i>Aloe ferox</i> Miller
<i>Arnica Montana</i> L.
<i>Althaea officinalis</i> L.
<i>Betula alba</i> L.
<i>Chelidonium majus</i> L.
<i>Citrus aurantium</i> L.
<i>Citrus limon</i> (L.) Burm fil
<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.
<i>Datura stramonium</i> L.
<i>Digitalis purpurea</i> L.
<i>Equisetum</i> sp.
<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.
<i>Foeniculum vulgare</i> Miller.
<i>Frangula alnus</i> Miller.
<i>Fraxinus excelsior</i> L.
<i>Gentiana lutea</i> L.
<i>Hypericum perforatum</i> L.
<i>Juniperus communis</i> L.
<i>Lavanda officinalis</i> Chaix.
<i>Linum usitatissimum</i> L.
<i>Malva sylvestris</i> L.
<i>Matricaria chamomilla</i> L.
<i>Melissa officinalis</i> L.
<i>Mentha piperita</i> L.
<i>Olea europaea</i> L.
<i>Origanum vulgare</i> L.
<i>Papaver shoeas</i> L.
<i>Papaver somniferum</i> L.
<i>Pasiflora incarnata</i> L.
<i>Pinus pinaster</i> Aiton.
<i>Plantago lanceolata</i> L.
<i>Quercus robur</i> L.
<i>Rosa</i> sp.
<i>Rosmarinus officinalis</i> L.
<i>Ruscus aculeatus</i> L.
<i>Salix alba</i> L.
<i>Salvia verbenacea</i> L.
<i>Sambucus nigra</i> L.
<i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Schultz Bip.
<i>Thymus vulgaris</i> L.
<i>Tilia cordata</i> Mill.
<i>Triticum aestivum</i> L.
<i>Urtica dioica</i> L.
<i>Vaccinium myrtillus</i> L.
<i>Valeriana officinalis</i> L.
<i>Verbascum thapsus</i> L.
<i>Zea mays</i> L.

Así en el territorio estudiado se utilizan unas 49 plantas que son consideradas plantas medicinales. De esta manera en nuestro trabajo encontramos un 26% de plantas que directamente se pueden considerar como plantas medicinales. Plantas con las que se elaboran medicamentos oficiales.

3.2.2. Nivel de utilización de las plantas.

Teniendo en cuenta que el uso de una planta está más extendido cuanto mayor es el número de personas que la conoce y/o utiliza, vamos a analizar y cuantificar el nivel de uso que tenemos en las plantas halladas para así conocer cuáles son las especies más utilizadas.

Vamos a estudiar, por una parte, cuales son las especies de plantas más conocidas, es decir nombradas por un mayor número de informantes, respecto sólo a plantas medicinales Y por otra parte aquellas de las que nos han referido más usos etnofarmacológicos tanto en etnobotánica humana como en veterinaria.

Las plantas conocidas por un mayor número de informantes son las siguientes:

<u>Plantas</u>	<u>Número de informantes</u>
1- <i>Eucalyptus globulus</i> Labill.	176
2- <i>Urtica dioica</i> L.	119
3- <i>Rosmarinus officinalis</i> L.	91
4- <i>Matricaria chamomilla</i> L.	91
5- <i>Chelidonium majus</i> L.	88
6- <i>Ruta chalepensis</i> L.	86
7- <i>Zea mays</i> L.	81
8- <i>Lippia citriodora</i> L.	76
9- <i>Ulex europaeus</i> L.	54
10- <i>Rumex pulcher</i> L .	49

Las especies de plantas de las que contamos con más referencias de uso, no necesariamente tiene que coincidir con el listado anterior porque en muchas ocasiones un informante nos da varios usos de una misma planta. Así, puede haber plantas que aunque no las conozcan muchos informantes puedan tener un elevado número de referencias de uso y son por tanto especies que tenemos la certeza de que se son más utilizadas como plantas medicinales.

Plantas	Número de referencias de usos
1- <i>Eucalyptus globulus</i> Labill.	233
2- <i>Urtica dioica</i> L.	137
3- <i>Ruta chalepensis</i> L.	112
4- <i>Chelidonium majus</i> L.	109
5- <i>Rosmarinus officinalis</i> L.	105
6- <i>Zea mays</i> L.	102
7- <i>Matricaria camomilla</i> L.	98
8- <i>Lippia citriodora</i> L.	70
9- <i>Ulex europaeus</i> L.	63
10- <i>Malva sylvestris</i> L.	62

Vemos que hay plantas que no conocen tantos informantes y que tienen más referencias de uso por lo que comentábamos anteriormente. En la siguiente tabla podemos observar que las plantas con una sola referencia no suponen ni la cuarta parte del total y existe un 15% de las que tenemos más de 20 referencias de uso.

Aquí analizamos el nivel de utilización medicinal (usos medicinales y veterinarios) de las plantas. Los resultados quedan reflejados en la siguiente tabla:

Plantas con 1 sola referencia	21%
Plantas con 2-3 referencias	28%
Plantas con 4-5 referencias	11%
Plantas con 6-10 referencias	10%
Plantas con 11-20 referencias	15%
Plantas con 21-40 referencias	5%
Plantas con 41-100 referencias	6%
Plantas con más de 100 referencias	4%

Estos son los datos obtenidos sólo para las plantas con aplicaciones medicinales (incluidas aplicaciones veterinarias).

Hay que tener en cuenta que un uso sea poco referenciado puede ser debido a múltiples factores:

- Que se esté perdiendo y por ello sólo las personas más longevas o con mayor arraigo a las tradiciones lo recuerden (gente de zonas rurales muy aisladas).
- Que el uso tenga un origen externo a la comunidad estudiada.

Aquí podríamos hablar de factores como:

- Los emigrantes que vuelven a su zona con una cultura popular de otros sitios.
- Aunque en la entrevista hemos eliminado a los que referían que el conocimiento había sido adquirido mediante TV, radio y otros es posible

que en personas que tienen un cierto manejo con las plantas medicinales autóctonas alguno de los usos lo hayan adquirido a este nivel.

3.2.3. Dosificación de los usos.

En este apartado comprobamos una vez más que en este momento, la utilización de las plantas pertenece más al pasado que al presente porque al dosificar las plantas, las cantidades no son precisas. Siendo la medida más habitual el puñado y por la forma en que nos lo muestran, vemos si es un puñado abierto, cerrado ó si juntan las dos manos. En algunos casos también nos han hablado de cucharadas ó de número de hojas.

También es impreciso el tiempo de utilización del remedio, en la mayoría de los casos nos han dicho que mientras dure el problema, pero también se cita la aplicación en novenas (nueve días seguidos), que tiene un cierto componente mágico religioso.

3.2.4. Recogida de las plantas.

La recogida de las plantas tanto para utilizarlas directamente como en algunos casos para secarlas y conservarlas es un dato que ha sido poco preciso, tan solo tenemos en nuestro haber 52 informaciones de cuando proceder a recoger la planta.

Para la gran mayoría la época más habitual de recolección de las plantas es en Agosto. Algunos informantes nos recomiendan recogerlas en la luna creciente de Agosto (8) y para otros el momento óptimo se da durante su luna llena (3).

3.2.5. Plantas tradicionales comercializadas en el área de estudio.

Este dato del abandono de uso de las plantas tradicionales, contrasta con la demanda cada vez mayor, especialmente en zonas urbanas de los remedios vegetales, este consumo depende en gran parte de la información difundida a través de revistas especializadas, programas de radio y televisión.

Esta demanda no está relacionada con los conocimientos tradicionales del medio en el que se consume. Así en nuestro caso hemos comparado las 160 plantas más vendidas en un grupo de herbolarios de La Coruña ciudad y sólo coinciden 46 con el listado de las plantas medicinales obtenidas en el presente

trabajo. Sólo un 24 % de las plantas referenciadas se comercializan actualmente en los herbolarios de la ciudad. Esto es un porcentaje pequeño y, además, excepto en casos puntuales como el de la Carqueixa, que la demandan muchas personas que han leído el trabajo del Padre Sarmiento (MARTIN SARMIENTO, FR.; 1759), la mayoría desconocen que esas plantas se han usado aquí tradicionalmente o incluso las pueden encontrar paseando por el campo en las leiras (fincas) de sus abuelos.

A pesar de que en los productos elaborados con plantas, el consumidor no siempre conoce el origen botánico del producto y mucho menos la procedencia geográfica, está muy extendida la idea de su ausencia completa de toxicidad. Sin embargo nuestros informantes nos han dado 89 referencias de toxicidad de plantas de su entorno y nos han advertido también en algunos casos de manejar las dosis con cuidado o simplemente hacer tratamientos de duración limitada.

3.2.6. Partes, tipos de uso y formas de preparación de las plantas.

El porcentaje de uso de las distintas partes de la planta queda plasmado en el siguiente gráfico:

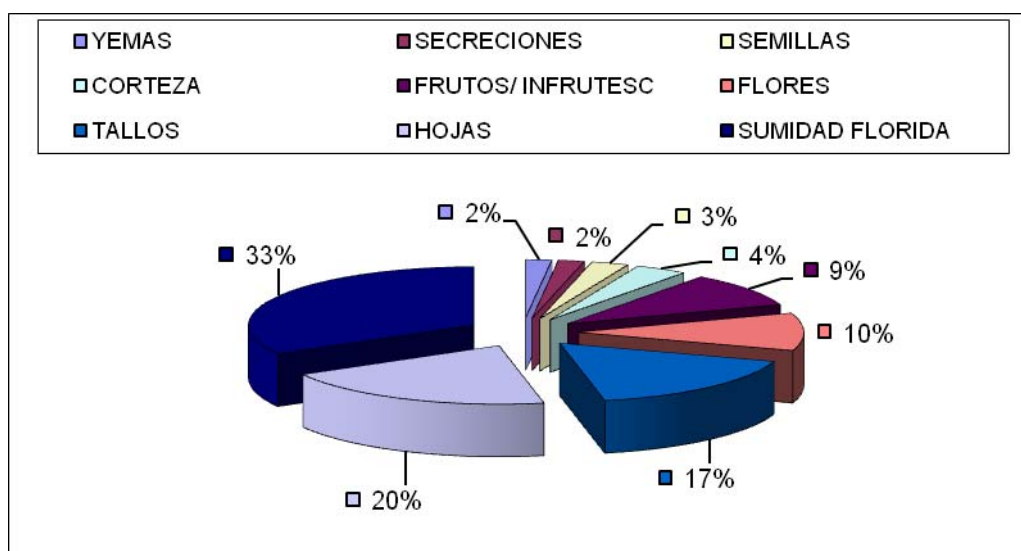


Gráfico 1. Partes utilizadas de las plantas.

Como se ve en el gráfico, las partes más utilizadas son la sumidad florida (33%), seguida de las hojas (20%), los tallos (17%), las flores (10%) y los frutos (10%).

Estos resultados aparentemente no coinciden con los encontrados en el trabajo de M.P. GONZALEZ-HERNANDEZ, R. ROMERO, M. RODRÍGUEZ-GUITIAN, A. RIGUEIRO (2004), donde se comentan que las partes más utilizadas de las plantas son por orden: hojas, flores y frutos.

Probablemente la diferencia de resultados radique en que nosotros hemos utilizado el concepto sumidad florida que engloba hojas y flores lo que hace que los resultados sean aparentemente distintos.

Contrastándolos con el estudio etnobotánico de PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. Etnobotánica de las tierras de Gerona (interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries) ellos obtienen también datos del 20% en hojas, 25 % en flores y un 20% en lo que denominan parte aérea y los frutos con un valor del 13%. De esta manera son coincidentes nuestros valores de porcentajes de hojas no así en flores. Probablemente lo que ellos denominan "part aérea" es la parte de la planta que levanta del suelo sin flores.

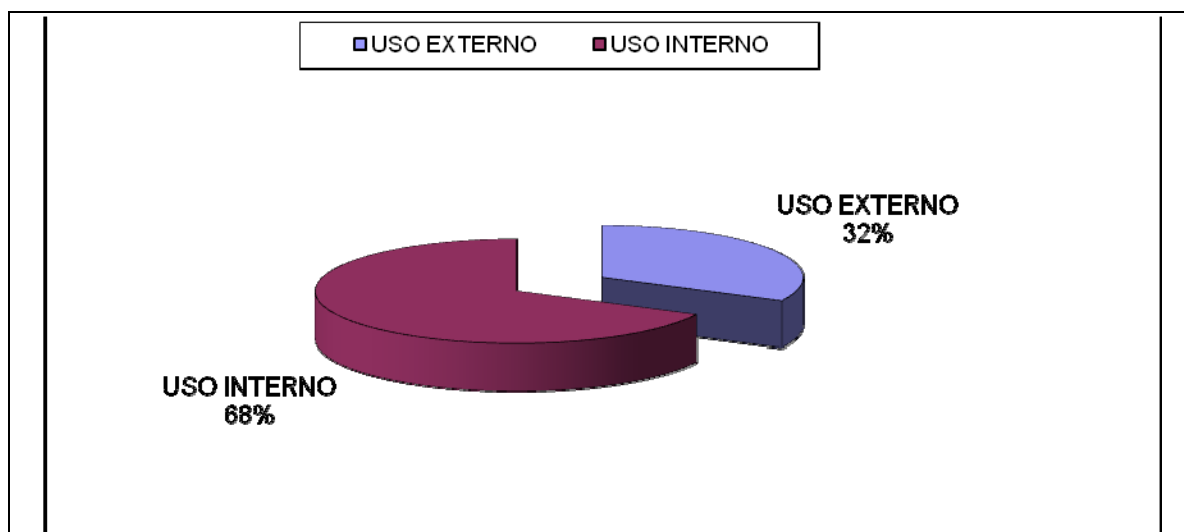


Gráfico 2. Vías de aplicación de los remedios vegetales

En el gráfico de vías de aplicación de los remedios vegetales tenemos que se utilizan un 68% internamente dato que es un poco mayor (60%) que el sacado en el estudio etnobotánico de Girona (interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries) dato previsible que ya nos avanzaban los resultados de las formas de preparación (uso interno: decocción + infusión + parte de la maceración y la aplicación directa)

En la gráfico 3 comentamos en detalle las formas de preparación más utilizadas.

En nuestros resultados la infusión y la decocción tienen prácticamente los mismos valores 27% y 28%. Esto es debido a que cuando se pregunta a los informantes la manera de preparar una planta para tomar en la mayoría de los casos te dicen que "hacen un cocimiento de la planta", es decir ponen planta en agua y la cuecen un tiempo más o menos largo. No hay costumbre de poner la planta cuando el agua esta hirviendo, apagar el fuego y dejar enfriar. Tan solo algunas plantas como las manzanillas y la hierba Luisa se suelen utilizar de esta manera. Hemos considerado decocción cuando hervían la planta con el agua, durante un tiempo aunque el informante nos dijera que hacía infusión. Esto podría explicar porque nuestros porcentajes de infusión son inferiores a los obtenidos en otros trabajos como el de M.P. GONZALEZ-HERNANDEZ, R.

ROMERO, M. RODRÍGUEZ-GUITIÁN, A. RIGUEIRO (2004), donde la manera más frecuente de preparación, es la infusión con un 42% ó los datos obtenidos por PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. Etnobotánica de las tierras de Gerona(interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries) que encuentran un porcentaje de preparaciones por infusión (56%).

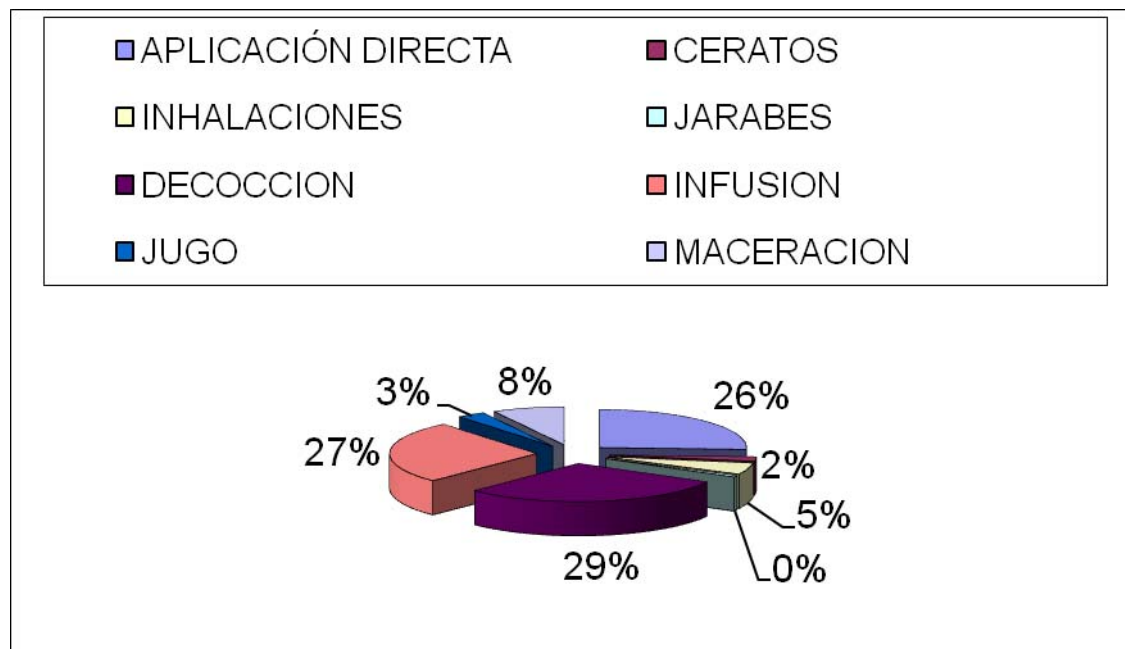


Gráfico 3. Formas de preparación de los remedios vegetales.

Respecto a este último trabajo una diferencia interesante es el porcentaje de plantas que utilizan en aplicación directa siendo en nuestro caso del 26%, frente al 13% encontrado en etnobotánica de las tierras de Gerona (aplicación directa + ingestión directa). Esto se puede deber a la mayor utilización de las plantas en fresco que hemos encontrado en la provincia de La Coruña probablemente debido al exceso de humedad que caracteriza a la provincia durante una gran parte del año. Esto hace que su secado y conservación sea más difícil (procesos de enmohecimiento rápidos).

3.2.7. Las mezclas o fórmulas de plantas.

De los 3846 usos totales que he recogido en la base de datos, sólo 94 usos son de mezclas de plantas, muchos de ellos repetidos, lo que nos hace pensar que las plantas se suelen utilizar solas. Sin embargo existen algunas mezclas contrastadas, referidas varias veces. Estas son recogidas en el siguiente listado:

Para la maduración de abscesos se utilizan emplastos de:

-Romero (*Rosmarinus officinalis* L.) con ruda (*Ruta chalepensis* L.) y Salvado de trigo (*Triticum aestivum* L.).

-Cebolla (*Allium cepa* L.) con harina de maíz (*Zea mays* L.) y miel.

Para las contusiones se utilizan emplastos de:

-Ortigas (*Urtica dioica* L.) con flores de sauco (*Sambucus nigra* L.)

-Vinagre de manzana (*Malus domestica* Borkh.) con migas de pan de trigo (*Triticum aestivum* L.).

-Eucalipto (*Eucalyptus globulus* Labill), choupo (*Verbascum thapsus* L.), laurel (*Laurus nobilis* L.) y sauco (*Sambucus nigra* L.).

Para la cicatrización y desinfección de heridas:

-La cola de caballo (*Equisetum* sp) con verónica (*Veronica officinalis* L.).

Uso externo para lavar la herida.

-La ruda (*Ruta chalepensis* L.) con la zarza (*Rubus ulmifolius* Schott.). Uso externo para lavar la herida.

-Eucalipto (*Eucalyptus globulus* Labill.) en maceración con alcohol luego dar friegas para lavar la herida.

-La malva (*Malva sylvestris* L.) con Manzanilla (*Chamomilla suaveolens* (Pursh) Rydb). Para lavar la herida.

Para los problemas respiratorios como bronquitis, catarros con congestión de bronquios y accesos de tos se utilizan:

-El Gromo (brotes o yemas) de pino (*Pinus pinaster* Aiton) con romero (*Rosmarinus officinalis* L.) y orégano (*Origanum vulgare* L.). Para tomar.

-La pulpa de calabaza (*Cucurbita pepo* L.) con corteza de limón (*Citrus limon* (L.) Burm fil) y ajo (*Allium sativum* L.). Para tomar.

Yemas de pino (*Pinus pinaster* Aiton) con hojas de eucalipto (*Eucalyptus globulus* Labill). Hacer vahos.

-Flores de sauco (*Sambucus nigra* L.), borraja (*Borago officinalis* L.) con miel. Para tomar.

-Romero (*Rosmarinus officinalis* L.) con cebolla (*Allium cepa* L.) y miel. Para tomar.

-Pino (*Pinus pinaster* Aiton) con romero (*Rosmarinus officinalis* L.) más tomillo (*Thymus vulgaris* L.).

-Romero (*Rosmarinus officinalis* L.), orégano (*Origanum vulgare* L.), con corteza de limón (*Citrus limon* (L.) Burm fil) y yemas de pino (*Pinus pinaster* Aiton). Para tomar en afonías y tos.

Para el tratamiento del digestivo en dolores de barriga se utilizan:

-La malva (*Malva sylvestris* L.) con Manzanilla (*Chamomilla suaveolens* (Pursh) Rydb). Para tomar varias veces al día.

-La manzanilla (*Matricaria Chamomilla* L.) con limon (*Citrus limon* (L.) Burm fil).

En el tratamiento de dolores articulares se utilizan:

-Ortiga (*Urtica dioica* L.) con Salvado de trigo (*Triticum aestivum* L.) para hacer emplastos a colocar en zona del dolor.

-Ruda (*Ruta chalepensis* L.) con romero (*Rosmarinus officinalis* L.) para hacer emplastos.

Para el tratamiento de problemas metabólicos se utilizan:

La ortiga (*Urtica dioica* L.) con la genciana (*Gentiana lutea* L.) para las anemias.

El llantén (*Plantago lanceolata* L.) con la achicoria (*Cichorium intybus* L.) en caso de herpes.

En el tratamiento del sistema circulatorio, para bajar la tensión se utilizan:

La malvela (*Glechoma hederacea* L.) con el olivo (*Olea europaea* L.) o, también, la hierba Luisa (*Limpia citriodora* H.B. & K) con olivo (*Olea europaea* L.).

3.2.8. Usos mágicos.

Aunque no ha sido el objetivo prioritario del trabajo se han recogido una serie de usos mágico-religiosos entre los que cabe destacar:

El Domingo de Ramos llevar ramas de olivo (*Olea europaea* L.), romero (*Rosmarinus officinalis* L.), buxo (*Taxus baccata* L.) y laurel (*Laurus nobilis* L.).

La noche de San Juan que marca el solsticio de verano, se utilizan plantas con flor y si puede ser que huelan bien, para macerar en agua durante toda la noche y a la mañana siguiente lavarse la cara con esa agua. Otra forma de utilizar de estas plantas en flor es la de ponerlas en todas las esquinas de las casas, ventanas, puertas para “evitar as meigas e meigallos” (evitar a las brujas), de esta manera se “protegen” de las brujas y brujerías.

Las plantas más empleadas en este menester son: Hierba Luisa (*Lippia citriodora* L.), Digital (*Digitalis purpurea* L.), Rosa (*Rosa* sp.), Chopo (*Verbascum thapsus* L.), Laurel (*Laurus nobilis* L.), Malva (*Malva sylvestris* L.), Romero (*Rosmarinus officinalis* L.), la espadana (*Iris pseudoacorus* L.), la menta (*Mentha piperita* L.), Hinojo (*Foeniculum vulgare* Miller), Pampillos (*Chrysanthemum segetum* L.), Macela (*Anthemis arvensis* L.), Calendula (*Calendula arvensis* L.), Hipérico (*Hipericum perforatum* L.), Herba de Nosa Señora (*Tanacetum parthenium* L. Schultz Bip), Sáuco (*Sambucus nigra* L.), Malva olorosa (*Geranium robertianum* L.), Lavanda (*Lavandula officinalis* Chaix), Malva (*Lavatera cretica* L.), Madreselva (*Lonicera periclymenum* L.), Espadaña (*Typha latifolia* L.) y Torvisco (*Daphne gnidium* L.).

A veces se utilizan ramas no floridas pero con connotaciones mágicas: ramas de olivo (*Olea europaea* L.), de nogal (*Juglans regia* L.), de mirto (*Myrtus comunis* L.) y/o, también, estas se pone a macerar por la noche en agua.

Otros usos curiosos como el de espanta culebras que tiene la ruda (*Ruta chalepensis* L.) y la rama de higuera (*Ficus carica* L.) están bastante generalizados sobre todo en el campo donde se suele plantar ruda en el jardín delante de la casa.

Para evitar el mal de ojo suele ser frecuente la utilización de plantas como la ruda (*Ruta chalepensis* L.), espadana (*Iris pseudoacorus* L.), el bieiteiro (*Sambucus nigra* L.), y la vid (*Vitis vinifera* L.).

Para evitar las meigas (las brujas) se utiliza la ruda (*Ruta chalepensis* L.).

Para evitar las envidias se utiliza Herba do aire (*Tillandsia* sp.), el fruto del castaño de indias (*Aesculus hippocastanum* L.), el acebo (*Ilex aquifolium* L.), la ruda (*Ruta chalepensis* L.) y el hinojo (*Foeniculum vulgare* Miller).

Para atraer la suerte: el trébol (*Trifolium pratense* L.), el ajo macho (*Allium sativum* L.), el olivo (*Olea europaea* L.), herba namoradeira (*Armeria maritima* (Miller) Willd.), la ruda (*Ruta chalepensis* L.) y el acebo (*Ilex aquifolium* L.).

Incluso existen algunos de los usos medicinales que van acompañados de algún tipo de ritual que supuestamente los hace más efectivos un ejemplo repetido sería el de llamarles a las ortigas sanpedriñas porque sino perderían su eficacia en las mamitis de las vacas. De todas formas aunque hay muchos usos que son puramente mágicos (para evitar el mal de ojo y que las personas y los animales enfermaran) no he encontrado muchos usos mágicos asociados directamente a los tratamientos.

3.2.9. Acciones farmacológicas.

En relación con los usos, en general a nivel popular, las plantas se utilizan, principalmente para tratar patologías de tipo leve o crónicas. La diagnosis de dichas enfermedades habitualmente no se realiza por médicos sino por los mismos usuarios circunstancia esta que da lugar a un lenguaje popular con expresiones especialmente difíciles a la hora de correlacionar con las reconocidas en los entornos médicos.

En este apartado organizamos por aparatos los usos etnofarmacológicos recogidos de los informantes (tal y como me han sido referenciados) interpretándolos al sistema farmacológico oficial.

Para ello hemos intentado relacionar los usos etnofarmacológicos recogidos con la supuesta o supuestas acciones farmacológicas equivalentes o más próximas. Para conseguirlo, hemos elaborado una relación de las posibles acciones farmacológicas de los usos etnobotánicos recopilados (ver monografía fichas de plantas). Y además, cuando dicha acción está a mi juicio, y de acuerdo con la bibliografía consultada (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, 1995.; PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. 2001 y ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B. 1994.), justificada científicamente, dicha acción queda resaltada poniendo en negrita la acción.

Así, la relación de tablas ordenadas por aparatos es:

- Tabla 3.2.9.1 Aparato circulatorio.
- Tabla 3.2.9.2 Aparato auditivo.
- Tabla 3.2.9.3 Aparato digestivo.
- Tabla 3.2.9.4 Aparato genital femenino.
- Tabla 3.2.9.5 Aparato locomotor.
- Tabla 3.2.9.6 Metabolismo.
- Tabla 3.2.9.7 Sistema nervioso.
- Tabla 3.2.9.8 Piel y mucosas.
- Tabla 3.2.9.9 Sistema oftalmológico.
- Tabla 3.2.9.10 Aparato respiratorio.
- Tabla 3.2.9.11 Sistema urinario.
- Tabla 3.2.9.12 Cabello.

Las tablas constan de 3 columnas:

- El dato de la columna de la izquierda corresponde a los nombres científicos de las plantas utilizadas por los informantes.
- El dato de la columna central corresponde a los usos dados por los informantes.
- El dato de la columna derecha corresponde con la posible acción o acciones farmacológicas de uso. En negrita solo aquellas que han sido contrastadas en la bibliografía y coinciden con las dadas por los informantes.

3.2.9.1 TABLA DEL APARATO CIRCULATORIO

NOMBRE CIENTIFICO	USO INFORMANTE	ACCIONES
<i>Aesculus hippocastanum L.</i>	Para la circulación	ACTIVADORA CIRCULACION
<i>Allium cepa L.</i>	Para depurar la sangre	DIURÉTICO
<i>Allium sativum L.</i>	Para mejorar la circulación	HIPOVISCOSIZANTE SANGUINEO
	Para bajar el colesterol	HIPOCOLESTEROLEMIANTE
	Para bajar la tensión	HIPOTENSOR
<i>Capsella bursa-pastoris (L.) Medicus</i>	Para cortar sangrados	ANTIHEMORRAGICO
<i>Chamaespartium tridentatum (L.) P. Gibbs.</i>	Para la circulación	ACTIVADORA CIRCULACION
	Para bajar la tensión, para	HIPOTENSORA
	Para el dolor de piernas	ANALGÉSICO
<i>Chelidonium majus L.</i>	Para los pies hinchados	CIRCULATORIA
	Para el hinchazón	ANTIINFLAMATORIA
	Para una angina de pecho	ANTIANGINOSO
	Para los pies hinchados	ACTIVADORA CIRCULACION
<i>Citrus aurantium L.</i>	Paras los Sabañones	TONICO VENOSA
<i>Citrus deliciosa Ten.</i>	Para bajar la tensión	DIURÉTICA
<i>Citrus limon (L.) Burm fil.</i>	Para depurar	DEPURATIVA
<i>Crataegus monogyna Jacq.</i>	Para el dolor de piernas	ANALGÉSICO
	Como tónico de corazón	CARDIOTONICO
	Para relajar	SEDANTE
	Para bajar la tensión	HIPOTENSOR
<i>Digitalis purpurea L.</i>	Para el corazón	INSUFICIENCIA CARDIACA
	Como tónico de corazón	CARDIOTONICO
<i>Equisetum sp.</i>	Para cortar las hemorragias	HEMOSTATICO
<i>Eucaliptus globulus Labill.</i>	Para lavar los sabañones	ANTISEPTICO
<i>Foeniculum vulgare Miller.</i>	Para bajar la tensión	DIURETICO
<i>Glechoma hederacea L.</i>	Para bajar la tensión	DIURETICO
<i>Lamium maculatum L.</i>	Para cortar hemorragias.	HEMOSTATICO
<i>Laurus nobilis L.</i>	Para bajar la tensión.	HIPOTENSORES
<i>Lavatera cretica L.</i>	Para la circulación.	ANTIINFLAMATORIA
	Para las hemorroides.	ANTIHEMORROIDAL
<i>Lippia citriodora H.B. & K.</i>	Para la orina con sangre.	HEMOSTATICA
	Para bajar la tensión.	HIPOTENSORA
<i>Malva sylvestris L.</i>	Para la circulación.	ANTIINFLAMATORIA
<i>Marrubium vulgare L.</i>	Para las taquicardias.	SEDANTE CARDIACO
<i>Nasturtium officinale R. Br.</i>	Para la anemia.	ANTIANEMICOS
<i>Olea europaea L.</i>	Para bajar la tensión.	HIPOTENSOR
<i>Origanum vulgare L.</i>	Para bajar la tensión	HIPOTENSORES
<i>Parietaria judaica L.</i>	Para desinflamar los Hemorroides.	ANTIHEMORROIDAL
<i>Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.</i>	Para la circulación.	VASOPROTECTOR
	Como tónico de corazón.	TONICO
<i>Plantago lanceolata L.</i>	Para desinflamar los Hemorroides.	ANTIHEMORROIDAL
	Para la Circulación	ANTIINFLAMATORIO
<i>Plantago major L.</i>	Para desinflamar los Hemorroides.	ANTIHEMORROIDAL

<i>Quercus robur L.</i>	Para la circulación.	ANTIINFLAMATORIA
<i>Rosmarinus officinalis L.</i>	Para el dolor de piernas.	RUBEFACIENTE
<i>Rumex acetosa L.</i>	Para el hinchazón.	DESCONGESTIVA
<i>Ruscus aculeatus L.</i>	Para la Circulación.	VENOTONICO
	Para los sabañone.s	ANTIINFLAMATORIO
<i>Ruta chalepensis L.</i>	Para la Circulación.	RUBEFACIENTE
<i>Sambucus nigra L</i>	Para la Circulación.	ANTIINFLAMATORIA
	Para la elefantiasis.	ANTIINFLAMATORIA
<i>Taraxacum officinale Weber.</i>	Para la Circulación.	DEPURATIVA
<i>Triticum aestivum L.</i>	Para los sabañones.	TONICO VENOSO
<i>Ulex europaeus L.</i>	Como tónico del corazón	TONICO CARDIACO
	Para la circulación.	ANTIINFLAMATORIA
	Para bajar la tensión.	DIURETICA
<i>Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.</i>	Para los sabañones.	ACTIVADOR CIRCULACION
<i>Urtica dioica L.</i>	Para la caída del cabello.	ESTIMULANTE CUERO CABELLUDO
	Hinchazón piernas	ANTIINFLAMATORIA
	Para la anemia	ANTIENEMICA
	Para el dolor de piernas	RUBEFACIENTE
	Para dolores articulares	RUBEFACIENTE
	Para los sabañones	RUBEFACIENTE
	Para bajar la tensión	DIURETICA
	Para la Circulación	RUBEFACIENTE
	Para el dolor reumático	ANTIREUMATICO
<i>Verbascum thapsus L.</i>	Para los pies hinchados	ANTIINFLAMATORIA

3.2.9.2 TABLA APARATO AUDITIVO

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES
<i>Sambucus nigra L.</i>	Dolor de oídos	ANTIINFLAMATORIA
<i>Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.</i>	Para la inflamación de oídos	ANTIINFLAMATORIA
<i>Calendula arvensis L.</i>	Para la inflamación de oídos	ANTIINFLAMATORIA

3.2.9.3 TABLA DEL APARATO DIGESTIVO

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES
<i>Adenocarpus complicatus (L.) Gay.</i>	Para las lombrices	ANTIPARASITARIO
	Como purgante	PURGANTE
<i>Allium sativum L.</i>	Para expulsar los gusanos.	VERMIFUGO
	Para el dolor de muelas.	ANTIINFLAMATORIA
	Para estimular el apetito.	ESTIMULANTE
	Para las lombrices.	VERMIFUGO
<i>Artemisia absinthium L.</i>	Para las lombrices.	ANTHELMINTICO
<i>Athyrium filix-femina (L.) Roth.</i>	Para las diarreas.	ANTIDIARREICO
<i>Bidens aurea (Aiton) Sherff.</i>	Para sentar la comida.	DIGESTIVA
	Para el empacho.	EUPEPTICO
	Para las diarreas.	ANTIDIARREICO

<i>Calamintha nepeta (L.) Savi.</i>	Para sentar la comida.	EUPEPTICO
	Para sentar la comida.	DIGESTIVA
<i>Castanea sativa Miller.</i>	Para las diarreas.	ANTIDIARREICO
<i>Chamaemelum nobile (L.) All.</i>	Para el dolor de estomago.	ANTIINFLAMATORIO
	Dolor de barriga.	ANTIESPASMODICO
	Para los gases.	ANTIESPASMODICO
	En indigestión.	ESTIMULANTE DIGESTIVO
	Para sentar la comida.	ESTIMULANTE DIGESTIVO
<i>Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.</i>	Para sentar la comida.	DIGESTIVA
	Para el dolor de estomago.	ANTIESPASMODICA
<i>Chelidonium majus L.</i>	Dolor de barriga.	DIGESTIVA
	Para los cólicos.	ESPASMOLITICO
	Para mover el vientre.	LAXANTE
<i>Citrus limon (L.) Burm fil.</i>	Para quitar el empacho.	EUPEPTICO
<i>Convulvulus arvensis L.</i>	Para sentar la comida	DIGESTIVA
	Para mover el vientre	LAXANTE-PURGANTE
<i>Cuscuta epithimum (L.) L</i>	Para mover el vientre	LAXANTE
<i>cytiscus scoparius (L.) Boiss.</i>	Para mover el vientre	LAXANTE
<i>Dryopteris filix-mas (L.) Schott.</i>	Para los gusanos	ANTIHELMINTICO
<i>Erica arborea L.</i>	Vacas, para rumiar	RUMINATORIO
<i>Euphorbia lathyris L.</i>	Para mover el vientre	LAXANTE - PURGANTE
<i>Ficus carica L.</i>	Para mover el vientre	LAXANTE
	Para la boca	ANTIINFLAMATORIA
<i>Foeniculum vulgare Miller.</i>	Dolor de barriga y estomago	EUPEPTICA
	Para los gases	CARMINATIVO
	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
	Para estimular el apetito	ESTIMULANTE MOTILIDAD GASTRIC
<i>Frangula alnus Miller.</i>	Para mover el vientre	PURGANTE
	Para mover el vientre	LAXANTE
<i>Glechoma hederacea L.</i>	Dolor de muelas	ANALGÉSICO
	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
	dolor de estomago	ANTIINFLAMATORIA
<i>Ilex aquifolium L.</i>	Para los cólicos	ESPASMOLITICO
	Para el empacho	DIGESTIVA
	Para rumiar las vacas	DIGESTIVA
	Para la indigestión	DIGESTIVA
	Para el dolor de barriga	DIGESTIVA
<i>Juniperus communis L.</i>	Para hacer licor	EUPEPTICO
<i>Lavatera cretica L.</i>	Para mover el vientre	LAXANTE
	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
<i>Linum isitatissimum L.</i>	Para los flemones de la boca	ANTIINFLAMATORIA
	Para el dolor de estomago	ANTIULCEROSO
	Para sentar la comida	DIGESTIVA
	Para mover el vientre	LAXANTE
<i>Lippia citriodora H.B. & K.</i>	Para aumentar el apetito	ESTIMULANTE APETITO
	Dolor de barriga y estomago	ESPASMOLITICO
	Para quitar el empacho	DISPEPSIA
	Para sentar la comida	EUPEPTICO
	Para los gases	CARMINATIVO
<i>Malva sylvestris L.</i>	Para desinflamar hemorroides	ANTIINFLAMATORIA
	Para mover el vientre	LAXANTE
	Para el dolor de intest y estom	ANTIINFLAMATORIA
<i>Matricaria chamomilla L.</i>	Para sentar la comida	DIGESTIVA

	Dolor de barriga y estomago	ESPASMOLITICO
	Para los gases	CARMINATIVO
	Para quitar el empacho	EUPEPTICO
<i>Mentha aquatica L.</i>	Para los gases	CARMINATIVO
	Para quitar el empacho	EUPEPTICO
	Para sentar la comida	DIGESTIVO
<i>Mentha piperita L.</i>	Para sentar la comida	DIGESTIVO
	Dolor de barriga	ANTIESPASMÓDICO
	Para las lombrices	VERMIFUGO
<i>Mentha suaveolens Ehrh.</i>	Dolor de barriga y estomago	ANTIESPASMÓDICO
	Para sentar la comida	DIGESTIVO
<i>Olea europaea L.</i>	Dolor de barriga y estomago	ESPASMOLITICO
	Para quitar el empacho	EUPEPTICO
<i>Origanum vulgare L.</i>	Para el intestino mal	ESPASMOLITICO
<i>Osmunda regalis L.</i>	Para los problemas digestivos	DIGESTIVA
<i>Papaver somniferum L.</i>	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
<i>Parietaria judaica L.</i>	Para el dolor de estomago	ANTIINFLAMATORIO
	Para las fisuras anales	ANTIINFLAMATORIO
<i>Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.</i>	Para el aliento	HALITOSIS
<i>Pinus pinaster Aiton</i>	Para las lombrices	VERMIFUGO
<i>Plantago lanceolata L.</i>	Para las encías inflamadas	ANTIINFLAMATORIO
<i>Plantago major L.</i>	Para las encías sangrantes	ANTIHEMORRAGICO
<i>Prunus avium L.</i>	Para el dolor de barriga	ANTIINFLAMATORIO
	Para los cólicos	ANALGESICO
<i>Pteridium aquilinum (L.) Kuhn.</i>	Para mover el vientre.	LAXANTE
<i>Punica granatum L.</i>	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
<i>Quercus robur L.</i>	Desinflamar hemorroides	ANTIHEMORROIDAL.
	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
<i>Rosa sp.</i>	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
<i>Rosmarinus officinalis L.</i>	Para ir al baño.	LAXANTE
	Dolor de barriga y estomago	ESPASMOLITICO
	Para la indigestión	DISPEPSIA
	Para las boqueras	CICATRIZANTE
	Para infecciones de la boca	ANTISEPTICO
	Para empachos y indigestiones	EUPEPTICO
<i>Rubus ulmifolius Schott.</i>	Para inflamaciones boca	ANTIINFLAMATORIA
	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
	Dolor de barriga	ESPASMOLITICO
<i>Rumex acetosa L.</i>	Para mover el vientre	LAXANTE
	Para expulsar los gusanos	VERMIFUGO
<i>Rumex crispus L.</i>	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
<i>Rumex pulcher L.</i>	Para sentar la comida	DIGESTIVO
	Dolor de barriga	ESPASMOLITICO
<i>Ruta chalepensis L.</i>	Cólicos y dolor de barriga	ESPASMOLITICO
	Para el dolor de muelas.	ANTIINFLAMATORIA
	Para eliminar los gusanos	ANTI PARASITARIO
	Para dolor de estomago	ESPASMOLITICO
	Para la boca	ANTIINFLAMATORIA
	Para el dolor de barriga	EMENAGOGO
	Para el dolor del intestino	ESPASMOLITICO
	Para mover el vientre	LAXANTE
	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
<i>Sambucus nigra L.</i>	Como purgante	PURGANTE

	Para el dolor de estomago	ANTIINFLAMATORIO
<i>Santolina chamaecyparissus L.</i>	Para expulsar gusanos	VERMIFUGO
	Para el dolor de estomago	ESPASMOLITICO
<i>Senecio vulgaris L.</i>	Para las lombrices	VERMIFUGO
<i>Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.</i>	Para mover el vientre	LAXANTE
	Para purgar	PURGANTE
	Para rumiar las vacas	RUMINATORIO
<i>Solanum nigrum L.</i>	Para las boqueras	CICATRIZANTE
<i>Stellaria sp.</i>	Dolor de barriga	DIGESTIVO
<i>Tanacetum vulgare L.</i>	Para los problemas digestivos	EUPEPTICO
<i>Taraxacum officinale Weber.</i>	Para sentar la comida	EUPEPTICO
	Para los cálculos biliares	LITIASIS BILIAR
	Para la acidez	DISPEPSIAS DIGESTIVAS
<i>Thymus vulgaris L.</i>	Dolor de barriga	EUPEPTICO
	Para desinfectar la boca	ANTISEPTICO
<i>Ulex europaeus L.</i>	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
	Para la bilis	COLERETICO COLAGOGO
<i>Urtica dioica L.</i>	Para la boca	ESTOMATICA
	Para las colitis	ANTIINFLAMATORIA
	Para la ulcera de estomago	CICATRIZANTE
	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
	Para el dolor de muelas	ANTIINFLAMATORIO
<i>Vaccinium myrtillus L.</i>	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
<i>Verbascum thapsus L.</i>	Para ir al baño	LAXANTE
<i>Zea mays L.</i>	Para las diarreas	ANTIDIARREICO
	Para el dolor de estomago	ANTIINFLAMATORIA

3.2.9.4 TABLA DEL APARATO GENITAL FEMENINO.

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES
<i>Achillea millefolium L.</i>	Para cortar las hemorragias	HEMOSTATICO
<i>Allium cepa L.</i>	Para abortar	ABORTIVA
<i>Allium sativum L.</i>	Ubres inflamadas	ANTIINFLAMATORIA
<i>Aphanes arvensis L.</i>	Para lavados vaginales	ANTIINFLAMATORIO
<i>Artemisia vulgaris L.</i>	Placenta, para echarla.	ABORTIVO
<i>Capsella bursa-pastoris (L.) Medicus</i>	Para las reglas abundantes	ANTIHEMORRAGICO
<i>Chelidonium majus L.</i>	Para las mamicis	ANTISEPTICO
<i>Equisetum sp.</i>	Para el flujo vaginal blanco	ANTIINFLAMATORIA
<i>Glechoma hederacea L.</i>	Dolor de barriga en mujeres. Desarreglos menstruales	EMENAGOGA EMENAGOGA
<i>Juglans regia L.</i>	Para lavados vaginales	ANTISEPTICA
<i>Lamium maculatum L.</i>	Para las reglas abundantes	METRORRAGIA
<i>Malva sylvestris L.</i>	Para la mujer	ANTIINFLAMATORIO

<i>Mercurialis annua L.</i>	Para hacer aparecer la regla	EMENAGOGO
<i>Omphalodes nitida Hoffm. et Link.</i>	Para las infecciones después del parto	ANTISEPTICA
<i>Parietaria judaica L.</i>	Para las inflamaciones vaginales	ANTI INFLAMATORIO
<i>Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.</i>	Para abortar Para regular la regla	ABORTIVA AMENORREA
<i>Rosmarinus officinalis L.</i>	Para aumentar libido en las vacas	AFRODISIACO
<i>Ruta chalepensis L.</i>	Para abortar Para desarreglos menstrual Para irritaciones vaginales. Dolor de barriga en mujeres	ABORTIVA EMENAGOGA ANTISEPTICO DISMENORREA
<i>Sambucus nigra L</i>	Para lavados vaginales	ANTIINFLAMATORIO
<i>Symphytum officinale L.</i>	Ayudar a la retracción de matriz después del parto	ANTIINFLAMATORIO
<i>Tanacetum parthenium (L.) Schultz Bip.</i>	Para regular el menstuo Para favorecer la regla	DISMENORREICA EMENAGOGO
<i>Zea mays L.</i>	Para abortar	ABORTIVA

3.2.9.5 TABLA DEL APARATO LOCOMOTOR

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES FARMACOLOGICAS
<i>Allium sativum L.</i>	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Aloe ferox Miller.</i>	Para el reuma.	ANTIRREUMATICO- ANTIINFLAMATORIO
	Para los moratones	ANTIINFLAMATORIO
<i>Arnica montana L.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIARTRITICO
	Para las Inflamaciones articulares.	ANTIINFLAMATORIO
	Para las mazaduras	RUBEFACIENTE
	Para los dolores reumáticos	ANTIREUMATICO
	Para las mazaduras	ANALGÉSICO
	Para el dolor de huesos	ANTIREUMATICO
<i>Bryonia cretica L.</i>	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Chamaespartium tridentatum (L.) P. Gibbs.</i>	Para el reuma.	ANTIRREUMATICO
	Para el dolor de huesos	ANTIINFLAMATORIO
<i>Chelidonium majus L.</i>	Para el dolor de rodillas	ANTIREUMATICO
	Para los dolores articulares	ANALGÉSICO
<i>Dryopteris filix-mas (L.) Schott.</i>	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
	Para los cerdos tullidos	ANTIINFLAMATORIA
<i>Equisetum sp.</i>	Para el dolor de huesos	REMINERALIZANTE
<i>Eucaliptus globulus Labill.</i>	Para quitar los hematomas	ANTIINFLAMATORIA
<i>Frangula alnus Miller.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIREUMATICO
<i>Fraxinus excelsior L.</i>	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
	Para las Inflamaciones articulares	ANTIINFLAMATORIA

<i>Hedera helix L.</i>	Para endurecer los cascós	ANALGESICO
<i>Ilex aquifolium L.</i>	Para los dolores de espalda	ANTIREUMATICO
<i>Juglans regia L.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIREUMATICO
<i>Lactuca virosa L.</i>	Para los hematomas	ANTIINFLAMATORIO
<i>Linum isitatissimum L.</i>	Para los hematomas	ANTIINFLAMATORIO
	Para unir los huesos	CALCIFICANTE
	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Malus domestica Borkh.</i>	Para los hematomas	ANTIHEMATOMA
<i>Malva sylvestris L.</i>	Para los hematomas	ANTIINFLAMATORIO
<i>Olea europaea L.</i>	Para el dolor de espalda	ANTIREUMATICO
<i>Osmunda regalis L.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIREUMATICO
	Para las roturas de huesos	OSIFICANTE
	Para la inflamación de huesos.	ANTIINFLAMATORIA
	Para el dolor de huesos	ANALGÉSICO
	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Pinus pinaster Aiton.</i>	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Plantago lanceolata L.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIINFLAMATORIO
<i>Prunus Laurocerasus L.</i>	Para unir los huesos	OSIFICANTE
<i>Ranunculus peltatus Schrank.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIINFLAMATORIA
<i>Rosmarinus officinalis L.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIREUMATICO
<i>Rumex pulcher L.</i>	Para disolver un espolón	ANTIINFLAMATORIA
<i>Ruta chalepensis L.</i>	Para el reuma.	ANTIINFLAMATORIA
<i>Salix alba L.</i>	Para el dolor de huesos	ANALGÉSICO
	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Sedum acre L.</i>	Para el reuma.	RUBEFACIENTE
<i>Symphytum officinale L.</i>	Para los dolores articulares	ANTIINFLAMATORIA
<i>Taraxacum officinale Weber.</i>	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Triticum aestivum L.</i>	Problemas articulares	ANTIINFLAMATORIA
<i>Urtica dioica L.</i>	Para el dolor de huesos	REMINERALIZANTE
	Para los hematomas	ANTIINFLAMATORIA
	Ortigaduras para el dolor de huesos	RUBEFACIENTE
	Para el lumbago	ANTIINFLAMATORIA
	Para las inflamaciones articulares	ANTIINFLAMATORIA
	Para la inflamación de los cascós	ANTIINFLAMATORIA
	Para el esguince de tobillo	ANTIINFLAMATORIA
<i>Urtica urens L.</i>	Para el reuma.	ANTIINFLAMATORIA
	Para las magulladuras	ACTIVADORA CIRCULACION
	Para el reuma.	ANTIREUMATICO
<i>Urtica urens L.</i>	Para el dolor de huesos	REMINERALIZANTE
<i>Verbascum thapsus L.</i>	Para el hinchazón de rodillas	ANTIINFLAMATORIO
	Para el dolor de rodillas	ANTIINFLAMATORIO
	Para los pies hinchados	ANTIINFLAMATORIO
<i>Zea mays L.</i>	Para el dolor de huesos	ANTIREUMATICO

3.2.9.6 TABLA DEL METABOLISMO.

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES FARMACOLOGICAS
<i>Allium cepa</i> L.	Para la fiebre	FEBRIFUGO
	Para bajar el colesterol	HIPOCOLESTEROLEMIANTE
	Depurativa	DEPURATIVO
<i>Alnus glutinosa</i> (L.) Gaertner.	Para bajar el ácido úrico	URICOSURICO
<i>Arnica montana</i> L.	Depurativa	DEPURATIVA
<i>Betula alba</i> L.	Para la gota	ANTIGOTOSO
<i>Chamaespartium tridentatum</i> (L.) P. Gibbs.	Para mejorar el hígado	ANTIINFLAMATORIA
<i>Cichorium intybus</i> L.	Para el herpes	ANTIVIRICO
<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.	Para bajar el colesterol	HIPOCOLESTEROLEMIANTE
	Para bajar el ácido úrico	URICOSURICO
<i>Cynara scolymus</i> L.	Depurativa	DEPURATIVA
	Para mejorar el hígado	COLERETICO COLAGOGO
<i>Cynodon dactylon</i> (L.) Pers.	Para depurar la sangre	DEPURATIVA
<i>Cytisus scoparius</i> (L.) Boiss.	Para bajar la Diabetes	HIPOGLUCEMIANTE
<i>Ficus carica</i> L.	Para bajar la tensión	HIPOSENSORES
<i>Foeniculum vulgare</i> Miller.	Para aumentar la cantidad de leche	GALACTOGENO
<i>Fumaria officinalis</i> L.	Para depurar la sangre	DEPURATIVA
<i>Galium aparine</i> L.	Para quitar el bocio	HIPOTIROIDISMO
<i>Laurus nobilis</i> L.	Para bajar el colesterol	HIPOCOLESTEROLEMIANTE
<i>Malva sylvestris</i> L.	Para bajar la Diabetes	HIPOGLUCEMIANTE
<i>Marrubium vulgare</i> L.	Para la ictericia	DEPURATIVO
<i>Mentha suaveolens</i> Ehrh.	Contra el agotamiento	TONICO
	Para las jaquecas	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Origanum vulgare</i> L.	Para adelgazar	ANTI OBESIDAD
<i>Pimpinella major</i> (L.) Hudson.	Como estimulante de	ESTIMULANTE
<i>Pinus pinaster</i> Aiton.	Como estimulante de defensas	ESTIMULANTE
<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Para mejorar el hígado	HEPATOPROTECTOR
	Para el catarro	ANTICATARRAL
	Para bajar el azúcar	HIPOGLUCEMIANTE
<i>Rubus ulmifolius</i> Schott.	Depurativa	DEPURATIVA
<i>Salix alba</i> L.	Para la fiebre	FEBRIFUGO
<i>Scrophularia auriculata</i> L.	Para el bocio	HIPOTIROIDISMO
<i>Solanum melongena</i> L.	Para reducir el colesterol	HIPOCOLESTEROLEMIANTE
<i>Taraxacum officinale</i> Weber.	Depurativa	DEPURATIVO
	Para mejorar el hígado	ESTIMULANTE HEPATICO
	Para el azúcar	HIPOGLUCEMIANTE
<i>Triticum aestivum</i> L.	Para bajar el colesterol	HIPOCOLESTEROLEMIANTE
	Para la ictericia	ANTIINFLAMATORIA
	Para el mal de hígado	ANTIINFLAMATORIA
<i>Urtica dioica</i> L.	Para las pulmonías, en ortigaduras	RUBEFACIENTE
	Para la fiebre	FEBRIFUGO
	Para depurar	DEPURATIVA
	Para no tener frío	RUBEFACIENTE
	Para limpiar la sangre	DEPURATIVA
<i>Urtica urens</i> L.	Para limpiar la sangre	DEPURATIVA
	Para la fiebre	FEBRIFUGO
<i>Veronica officinalis</i> L.	Para bajar el colesterol	HIPOCOLESTEROLEMIANTE

<i>Zea mays</i> L.	Depurativa	DEPURATIVA
--------------------	------------	------------

3.2.9.7 TABLA DEL SISTEMA NERVIOSO

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES
<i>Allium sativum</i> L.	En alimentación	TONICO
<i>Artemisia vulgaris</i> L.	Para dar fuerza	OREXIGENO
<i>Centranthus ruber</i> (L.) DC.	Para relajarse	RELAJANTE
<i>Chamomilla suaveolens</i> (Pursh) Rydb.	Para los nervios	RELAJANTE
<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osbeck.	Para relajarse	RELAJANTE
<i>Foeniculum vulgare</i> Miller.	Para relajarse	GASTRALGIAS NERVIOSAS
<i>Fraxinus excelsior</i> L.	Como estimulante sexual	AFRODISIACO
<i>Hypericum perforatum</i> L.	Para la depresión	ANTIDEPRESIVO
	Para los nervios	RELAJANTE
<i>Ilex aquifolium</i> L.	Para la epilepsia	ANTIEPILEPTICA
<i>Lactuca virosa</i> L.	Para ir a dormir	HIPNOTICO
<i>Laurus nobilis</i> L.	Para relajar	RELAJANTE
<i>Lavandula officinalis</i> Chaix.	Para los nervios	RELAJANTE
<i>Lavatera cretica</i> L.	Para los nervios	RELAJANTE
<i>Lippia citriodora</i> H.B. & K.	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
	Para relajarse	RELAJANTE
<i>Lithodora prostata</i> (Loisel.) Griseb.	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Malva sylvestris</i> L.	Para relajarse	RELAJANTE
<i>Matricaria chamomilla</i> L.	Para relajarse	RELAJANTE
	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Melissa officinalis</i> L.	Para la resaca	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Mentha aquatica</i> L.	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Papaver rhoeas</i> L.	Para relajarse	RELAJANTE
	Para dormir bien	HIPNOTICO
<i>Papaver somniferum</i> L.	Para relajarse	RELAJANTE
<i>Passiflora incarnata</i> L.	Para relajarse	RELAJANTE
	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
	Para relajarse	RELAJANTE
	Para la depresión	ANTIDEPRESIVO
<i>Ruta chalepensis</i> L.	Para el histerismo	RELAJANTE
	Mareos	ACINETOSICA
	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
	Para los nervios	RELAJANTE
<i>Sambucus nigra</i> L.	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Solanum tuberosum</i> L.	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Thymus vulgaris</i> L.	Para relajarse	RELAJANTE
<i>Tilia cordata</i> Mill.	Para relajarse	RELAJANTE
<i>Ulex europaeus</i> L.	Para las jaquecas	ANTIMIGRAÑOSO
	Para el dolor de cabeza	ANTIMIGRAÑOSO
<i>Valeriana officinalis</i> L.	Para dormir	HIPNOTICO
<i>Zea mays</i> L.	Para relajarse	RELAJANTE

3.2.9.8 TABLA DE PIEL Y MUCOSAS

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES FARMACOLOGICAS
<i>Achillea millefolium L.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
<i>Allium cepa L.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para la maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS FORUNCULOS. GRANOS. ETC..
<i>Allium sativum L.</i>	Para desinfectar una herida	ANTISEPTICO
<i>Aloe ferox Miller.</i>	Para disolver hematomas	ANTIHEMATOSAS
	Para curar Quemaduras las	CICATRIZANTE-REGENERADOR
	Para cicatrizar las heridas	CICATRIZANTE
	Para curar las heridas del herpes	CICATRIZANTE- REGENERADOR
<i>Althaea officinalis L.</i>	Para cicatrizar las heridas	CICATRIZANTE
	Para las rozaduras.	DEMULCENTE
	Para los eczemas.	ANTIINFLAMATORIA
<i>Arnica montana L.</i>	Para disolver los hematomas	ANTIHEMATOMAS
	Para lavar las heridas	ANTISEPTICA
	Para ablandar bultos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
<i>Arum italicum Miller.</i>	Para eliminar durezas	CALLICIDA
	Para la maduración de abscesos.	MADURACION ABCESOS,
<i>Asparagus officinalis L.</i>	Para las encías	ANTIINFLAMATORIA
<i>Avena sativa L.</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS , GRANOS, ETC..
<i>Betula alba L.</i>	Para las picaduras de ortiga	ANTIPIRURIGINOSA
	Para purificar la sangre	DEPURATIVA
<i>Borago officinalis L.</i>	Para los hematomas	ANTIHEMATOMAS
<i>Brassica oleracea L. var. acephala DC.</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS,
<i>Bryonia cretica L.</i>	Para el reuma	ANTIREUMATICO
<i>Calamintha nepeta (L.)Savi.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
<i>Calendula arvensis L.</i>	Para el acné	CICATRIZANTE
	Para la inflamación de la piel	ANTIINFLAMATORIA
	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
<i>Carpobrotus edulis (L.) N.E.Br.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
<i>Chamaemelum nobile (L.) All.</i>	Para tratamiento ampollas	CICATRIZANTE
	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
	Para la maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
<i>Chamaespartium tridentatum (L.) P. Gibbs.</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
<i>Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.</i>	Para que no se infecten las heridas.	ANTISEPTICA
<i>Chelidonium majus L.</i>	Ubres inflamadas	ANTIINFLAMATORIA
	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
	Para quitar las verrugas	ANTIVERRUCOSO
	Para las manchas	ANTIMANCHAS
	Para los hematomas	ANTIHEMATOMAS
	Para las picaduras	ANTIPIRURIGINOSA
	Para eliminar los callos	CALLICIDA
	Para las quemaduras	CICATRIZANTE

<i>Citrus aurantium L.</i>	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
<i>Convolvulus arvensis L.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
<i>Corylus avellana L.</i>	Para la maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS
<i>Cytisus scoparius (L.) Boiss.</i>	Para los eczemas	ANTIECZEMATOSA
<i>Dipsacus fullonum L.</i>	Para la soriasis	ANTISPORIATICO
<i>Equisetum sp.</i>	Para el sudor de los pies	ANTIHDRÓTICO
<i>Eucaliptus globulus Labill.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para desinfectar las heridas	ANTISEPTICA
	Para evitar infecciones	ANTISEPTICA
<i>Euphorbia lathyris L.</i>	Para eliminar los callos	CALLICIDA
<i>Ficus carica L.</i>	Para quitar las verrugas.	ANTIVERRUCOSO
	Para las manchas	DESPIGMENTANTE
	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para las manchas	ANTIMANCHAS
	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS
<i>Foeniculum vulgare Miller.</i>	Para lavar la cabeza	ANTISEBORREICA
<i>Fumaria officinalis L.</i>	Depurativa	DEPURATIVA
<i>Galium aparine L.</i>	Para el reuma	ANTIREUMATICO
<i>Geranium robertianum L.</i>	Sarna	ANTIPARASITARIO
<i>Glaucium flavum Crantz.</i>	Para quitar las verrugas.	ANTIVERRUCOSO
<i>Hedera helix L.</i>	Para los hematomas	ANTIHEMATOMAS
	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para la maduración de abscesos.	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
<i>Helichrysum italicum (Roth) G. Don fil.</i>	Para la inflamación de piel	ANTIINFLAMATORIA
<i>Hypericum perforatum L.</i>	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
	Para los hematomas	ANTIHEMATOMAS
<i>Ilex aquifolium L.</i>	Para quitar las verrugas	ANTIVERRUCOSO
	Para la inflamación de la piel	ANTIECZEMATOSA
<i>Iris pseudacorus L.</i>	Para los eczemas	ANTIINFLAMATORIA
<i>Juglans regia L.</i>	Para cicatrizar las heridas	CICATRIZANTE
	Para los flemones	ANTISEPTICA
	Para disminuir el sudor de pies	ANTIHDRÓTICO
	Para las manchas	ANTIMANCHAS
<i>Juncus acutus L.</i>	Para quitar las verrugas	ANTIVERRUCOSO
<i>Juniperus communis L.</i>	Para las verrugas	ANTIVERRUCOSO
<i>Lactuca virosa L.</i>	Para las verrugas	ANTIVERRUCOSO
<i>Laurus nobilis L.</i>	Como desinfectante	ANTISEPTICA
<i>Lavatera cretica L.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
	Para la maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS, FORUNC, GRANOS, ETC..
	Para los eczemas	ANTIINFLAMATORIA
<i>Leucanthemum vulgare Lam.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
<i>Linum isitatissimum L.</i>	Para las inflamaciones articulares	ANTIINFLAMATORIA
<i>Linum isitatissimum L.</i>	Para ablandar bultos	MADURACION ABCESOS, FORUNC, GRANOS, ETC..
<i>Lippia citriodora H.B. & K.</i>	Para desinfectar	ANTISEPTICA
<i>Malva sylvestris L.</i>	Para la maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS, FORUNC, GRANOS, ETC..

	Para las ontusiones	ANTIINFLAMATORIA
	Para la caída del cabello	ESTIMULANTES CRECIMIENTO CAPILAR
	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
	Para las quemaduras	DEMULCENTE
	Para las mazaduras	ANTIHEMATOMAS
	Para el hinchazón	ANTIINFLAMATORIA
	Para la inflamación de piel	ANTIINFLAMATORIA
	Para los sabañones	CICATRIZANTE
	Para las encías	ANTIINFLAMATORIA
<i>Melissa officinalis L.</i>	Para evitar infecciones	ANTIINFECCIOSO
<i>Mentha piperita L.</i>	Para la maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
	Para desinfectar	ANTISEPTICA
<i>Mentha suaveolens Ehrh.</i>	Para desinfectar	ANTISEPTICA
	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
<i>Olea europaea L.</i>	Para poner después del sol (aceite).	ANTIINFLAMATORIA
<i>Omphalodes nitida Hoffm. et Link.</i>	Para las manchas en la piel	ANTIMANCHAS
	Para cicatrizar las heridas	CICATRIZANTE
<i>Osmunda regalis L.</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
	Para las manchas	ANTIMANCHAS
	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
	Para mazaduras	ANTIHEMATOMAS
<i>Parietaria judaica L.</i>	Desinflamar los hemorroides	ANTIINFLAMATORIA
	Para las inflamaciones de la piel	ANTIECZEMATOSA
	Para las grietas en el pezón	CICATRIZANTE
<i>Pinus pinaster Aiton.</i>	Para cicatrizar	ANTISEPTICA
	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
<i>Plantago coronopus L.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
<i>Plantago lanceolata L.</i>	Para la maduración de abscesos, forúnculos	MADURACION ABCESOS
	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para curar quemaduras	CICATRIZANTE
	Para las picaduras	ANTIVENOSA
<i>Plantago major L.</i>	Para la maduración de abscesos, forúnculos	MADURACION ABCESOS
	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para los hematomas	ANTIHEMATOMAS
	Para las quemaduras	CICATRIZANTE
	Para las mazaduras	ANTIINFLAMATORIO
	Como calmante	ANTIPRURIGINOSO
<i>Potamogeton natans L.</i>	Para maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
<i>Quercus robur L.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
	Para el sudor de pies	ANTIHIDRÓTICO
<i>Raphanus raphanistrum L.</i>	Para las picaduras	ANTIPRURIGINOSA
<i>Rosa sp.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
<i>Rosmarinus officinalis L.</i>	Para eliminar los callos	CALLICIDA
	Para desinfectar las heridas	ANTISEPTICA

	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
	Para hacer crecer el cabello	ESTIMULANTES CRECIMIENTO CAPILAR
<i>Rubus ulmifolius Schott.</i>	Eczemas, para	ANTEZCEMATOSO
<i>Rumex crispus L.</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS
<i>Rumex pulcher L.</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS
<i>Ruta chalepensis L.</i>	Para los flemones de la boca	ANTISEPTICA
	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS
	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
	Para la sarna	ANTIPARASITARIO
	Para la psoriasis	ANTISORIATICO
	Para los eczemas	ANTIECZEMATOSA
	Para las moratones	RUBEFACIENTE
	Para quitar las verrugas	ANTIVERRUCOSO
<i>Salix alba L.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
<i>Salvia verbenacea L.</i>	Para disminuir el sudor	ANTISUDORAL
	Para el olor de pies	ANTISUDORAL
	Para el olor de sobacos	ANTISUDORAL
	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS
<i>Sambucus nigra L.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para desinfectar heridas	ANTISEPTICO
	Para los eczemas	ANTIECZEMATOSA
	Para las picaduras	ANTIPIRURIGINOSA
	Para la maduración de abscesos.	MADURACION ABCESOS
	Para los hematomas	ANTIHEMATOMAS
	Para evitar las infecciones	ANTIINFECCIOSO
	Para las picaduras de las ortigas	ANTIPIRURIGINOSA
	Para las quemaduras	CICATRIZANTE
<i>Sedum album L.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
<i>Senecio serpens L.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para los hematomas	ANTIHEMATOMAS
	Para eliminar callos	CALLICIDA
<i>Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS,
<i>Solanum nigrum L.</i>	Para la inflamación de la piel	ANALGESICO
<i>Solanum tuberosum L.</i>	Para las quemaduras	CICATRIZANTE
	Para las encías.	ANTIINFLAMATORIA
<i>Thymus vulgaris L.</i>	Para desinfectar las heridas	ANTISEPTICA
<i>Triticum aestivum L.</i>	Para la maduración de carafunchos	MADURACION ABCESOS
<i>Ulex europaeus L.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
	Para lavar las heridas	ANTISEPTICA
<i>Ulmus glabra Hudson.</i>	Para las quemaduras	CICATRIZANTE
<i>Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy</i>	Para la maduración de abscesos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
	Para el acné	CICATRIZANTE
	Para quitar las verrugas	ANTIVERRUCOSO
<i>Urtica dioica L.</i>	Para cicatrizar heridas	CICATRIZANTE
	Para las mazaduras	ANTIINFLAMATORIA
	para lavar la cabeza	ANTISEBORREICA

	Para el crecimiento del cabello	ESTIMULANTE CRECIMIENTO CAPILAR
	Para el dolor de huesos	ANTIINFLAMATORIA
	Para los sabañones	ACTIVADORA CIRCULACION
	Como desinfectante	ANTISEPTICA
	Para las vacas con mamicis	ANTIINFLAMATORIA
	Para la caspa del cabello	ANTICASPA
	Para la inflamación de la piel	ANTIINFLAMATORIA
<i>Urtica urens L.</i>	Para la caída del cabello	ESTIMULANTE CRECIMIENTO CAPILAR
	Para limpiar	ANTISEPTICA
	Como cicatrizante	CICATRIZANTE
<i>Verbascum thapsus L.</i>	Para la maduración de carafunchos y forúnculos	MADURACION ABCESOS, FORUNCULOS, GRANOS, ETC..
	Para el hinchazón	ANTIINFLAMATORIA
<i>Verbena officinalis L.</i>	Para la maduración de abscesos.	MADURACION ABCESOS
<i>Verbena officinalis L.</i>	Para cicatrizar	CICATRIZANTE
<i>Zea mays L.</i>	Para ablandar las durezas	REBLANDECIMIENTO DUREZAS

3.2.9.9 TABLA DE USOS OFTALMICOS

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES FARMACOLOGICAS
<i>Calendula arvensis L.</i>	Para la inflamación de los ojos	ANTIINFLAMATORIA
<i>Chamaemelum nobile (L.) All.</i>	Para los ojos irritados y conjuntivitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.</i>	Para los ojos inflamados y conjuntivitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Chelidonium majus L.</i>	Para las infecciones en los ojos	ANTISEPTICA
<i>Cytisus scoparius (L.) Boiss.</i>	Para cuando el ojo sangra por dentro	CICATRIZANTE
<i>Foeniculum vulgare Miller.</i>	Para las conjuntivitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Matricaria chamomilla L.</i>	Para los ojos irritados	ANTIINFLAMATORIA
<i>Omphalodes nitida Hoffm. et Link.</i>	Para las conjuntivitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.</i>	Para eliminar las ojeras	DIURÉTICO
<i>Rosmarinus officinalis L.</i>	Para los ojos irritados	ANTIINFLAMATORIA
<i>Ruta chalepensis L.</i>	Para los ojos irritados	ANTIINFLAMATORIA
	Para los ojos irritados	ANTISEPTICA
<i>Sambucus nigra L.</i>	Para las conjuntivitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Senecio serpens L.</i>	Para los ojos irritados	ANTIINFLAMATORIA
<i>Urtica dioica L.</i>	Para los ojos irritados	ANTIINFLAMATORIA

3.2.9.10 TABLA DEL APARATO RESPIRATORIO

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES FARMACOLOGICAS
<i>Allium cepa</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la gripe	ANTIGRIPAL
	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para problemas respiratorios	DESCONGESTIVA
	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
<i>Allium sativum</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Althaea officinalis</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Arnica montana</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Artemisia absinthium</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Borago officinalis</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Brassica nigra</i> (L.) Koch.	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
<i>Brassica oleracea</i> L. var. <i>acephala</i> DC.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Chamaespartium tridentatum</i> (L.) P. Gibbs.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Chelidonium majus</i> L.	Para el asma	ANTIASMATICO
<i>Citrus aurantium</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Citrus limon</i> (L.) Burm fil.	Para el dolor de garganta	ANTISEPTICA
	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Cucurbita pepo</i> L.	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Daucus carota</i> L.	Para la garganta irritada	ANTIINFLAMATORIA
<i>Drosera rotundifolia</i> L.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Eucalyptus globulus</i> Labill.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la gripe	ANTIGRIPAL
	Para desinfectar	ANTISEPTICA
	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
	Para las rinitis	ANTIINFLAMATORIA
	Para las pulmonías	ANTIINFLAMATORIA
	Para el moquillo	ANTIVIRICAS
	Para limpiar la nariz	ANTISEPTICA
	Para descongestionar el pecho	EXPECTORANTE Y FLUIDIFICANTE BRONQUIAL
	Para aromatizar	ANTISEPTICA
<i>Ficus carica</i> L.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Foeniculum vulgare</i> Miller.	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Galium aparine</i> L.	Para la parálisis de las cuerdas bucales	ANTIINFLAMATORIA
<i>Glechoma hederacea</i> L.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Hedera helix</i> L.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Laurus nobilis</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la bronquitis	EXPECTORANTE Y FLUIDIFICANTE BRONQUIAL
	Flemas expectorar	EXPECTORANTE Y FLUIDIFICANTE BRONQUIAL
	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Linum isitatissimum</i> L.	Para las pulmonías	ANTIINFLAMATORIA

	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Lippia citriodora</i> H.B. & K.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Malva sylvestris</i> L.	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Matricaria chamomilla</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Mentha aquatica</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Mentha piperita</i> L.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Mentha suaveolens</i> Ehrh.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Opuntia vulgaris</i> Miller.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Origanum vulgare</i> L.	Para la garganta	ANTISEPTICO
	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para la gripe	ANTIGRIPAL
	Para el asma	ANTIASMATICO
	Para la afonía	ANTISEPTICO
<i>Pinus pinaster</i> Aiton.	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
	Para expectorar flemas	EXPECTORANTE Y FLUIDIFICANTE BRONQUIAL
	Para descongestionar el pecho	EXPECTORANTE Y FLUIDIFICANTE BRONQUIAL
<i>Plantago coronopus</i> L.	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Plantago lanceolata</i> L.	Para la garganta	FARINGITIS
	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Plantago major</i> L.	Para los catarros	ANTIINFLAMATORIO
	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIO
<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la gripe	ANTIGRIPAL
	Para la afonía	ANTIINFLAMATORIO
	Para el asma	ANTIASMATICO
	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para la pulmonía	ANTIINFLAMATORIA
	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
<i>Ruta chalepensis</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la tos	ANTITUSIVO
<i>Salvia verbenacea</i> L.	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
<i>Sambucus nigra</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Senecio serpens</i> L.	Para la bronquitis	ANTISEPTICO
	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para la bronquitis	ANTIINFLAMATORIA
<i>Thymus vulgaris</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para la bronquitis	ANTISEPTICA
	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
<i>Ulex europaeus</i> L.	Para la pulmonía	EXPECTORANTE Y FLUIDIFICANTE BRONQUIAL
	Para la garganta	ANTIINFLAMATORIA
	Para los catarros	ANTIINFLAMATORIA

<i>Umbiliculus rupestris</i> (Salisb.) Dandy.	Para la tos	ANTITUSIVO
	Para los catarros	ANTICATARRAL
<i>Urtica dioica</i> L.	Para la gripe	ANTIGRIPAL
	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la pulmonía	DESCONGESTIVA
	Para la papada de los cerdos	ANTIINFLAMATORIA
	Para la pulmonía	ANTIINFLAMATORIA
<i>Urtica urens</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL
	Para la pulmonía	ANTIINFLAMATORIA
<i>Valeriana officinalis</i> L.	Para el asma	ANTIASMÁTICO
<i>Verbascum thapsus</i> L.	Para calmar la tos	ANTITUSIVO
<i>Verbena officinalis</i> L.	Para los catarros	ANTICATARRAL

3.2.9.11 TABLA DEL SISTEMA URINARIO

NOMBRE CIENTIFICO	USO	ACCIONES FARMACOLOGICAS
<i>Allium cepa</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICA
<i>Apium graveolens</i> L.	Para eliminar líquidos	DIURÉTICO
<i>Artemisia vulgaris</i> L.	Para las cistitis	ANTISEPTICA
<i>Asparagus officinalis</i> L.	Para las piedras del riñón	ANTILITIASICO
	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Betula alba</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Calluna vulgaris</i> (L.) Hull.	Para las cistitis	ANTISEPTICO
<i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Cynodon dactylon</i> (L.) Pers.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Epilobium parviflorum</i> Schreber.	Para la próstata inflamada	ANTIINFLAMATORIO
	Para la vejiga	ANTICANCEROSO
<i>Equisetum</i> sp.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Fragaria vesca</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Glechoma hederacea</i> L.	Para las cistitis	ANTISEPTICA
	Para orinar más	DIURÉTICA
<i>Lamium maculatum</i> L.	Para el dolor de riñones	ANTIINFLAMATORIO
<i>Leucanthemum vulgare</i> Lam.	Para orinar más	DIURÉTICA
<i>Malva sylvestris</i> L.	Para orinar más	ANTIINFLAMATORIO
<i>Mercurialis annua</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Papaver rhoeas</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Parietaria judaica</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Petroselinum crispum</i> (Miller) A. W. Hill.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Prunus avium</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Quercus robur</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Rumex pulcher</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Ruta chalepensis</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Salvia verbenacea</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Sambucus nigra</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Simethis mattiazii</i> (Vand.) Sacc.	Para la próstata	ANTIINFLAMATORIO
	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Sonchus oleraceus</i> L.	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Taraxacum officinale</i> Weber.	Para orinar más	DIURÉTICO

<i>Thymus vulgaris L.</i>	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Ulex europaeus L.</i>	Para orinar más	DIURÉTICA
<i>Urtica dioica L.</i>	Para orinar más	DIURÉTICO
<i>Vitis vinifera L.</i>	Para las cistitis	ANTISEPTICO
<i>Zea mays L.</i>	Para orinar más	DIURÉTICA
	Para las piedras del riñón	ANTILITIASICO
	Para las enfermedades venéreas	ANTIINFLAMATORIO
	Para las cistitis	ANTIINFLAMATORIO
	Para la prostata	ANTIINFLAMATORIO
	Para adelgazar	DIURÉTICO
	Dolor de riñones	ANTIINFLAMATORIO

3.2.9.12 TABLA CABELLO

NOMBRE CIENTÍFICO	USO INFORMANTE	ACCIONES FARMACOLÓGICAS
<i>Urtica dioica L.</i>	Para hacer crecer el cabello	ESTIMULANTE CRECIMIENTO CAPILAR
	Para la caspa	ANTICASPA
<i>Rosmarinus officinalis L.</i>	Para hacer crecer el cabello	ESTIMULANTE CRECIMIENTO CAPILAR
<i>Limpia citriodora L.</i>	Para el lavado del cabello	ANTIGRASA

A partir de los datos de estas tablas estimamos el grado de coincidencia entre los usos populares y las acciones farmacológicas atribuidas por la fitoterapia científica.

Calculando el porcentaje de usos coincidentes con la farmacología científica. El valor medio es del 65%. Este porcentaje oscila entre el 38% del Sistema Nervioso (Tabla 3.2.7) y el 100% (nivel de coincidencia máximo) en las tablas del Aparato auditivo (Tabla 3.2.2) y cabello (Tabla 3.2.12) en las que también conviene tener en cuenta que el número de plantas utilizadas es muy bajo (3) comparado con otros sistemas que llegan a 90 como es el caso de Piel y mucosas (tabla 3.2.8) o el Sistema digestivo (Tabla 3.2.3) con 71 plantas utilizadas.

Un 65% puede parecer un porcentaje bajo de coincidencias pero no podríamos afirmar que el resto de las plantas no tienen propiedades medicinales porque hay algunas como *Omphalodes nitida* Hoffm. et Link., *Osmunda regalis L.*, *Senecio serpens L.*, *Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.* *Chamaespartium tridentatum(L.) P. Gibs.*, *Glechoma hederácea L.*, de las que se conoce poco ó nada de sus principios activos.

Tablas	% coincidencia con la utilización científica	Nº de plantas utilizadas
Aparato circulatorio.	70	40
Aparato auditivo.	100	3
Aparato digestivo.	71	65
Aparato genital femenino.	53.6	22
Aparato locomotor	67	37
Metabolismo	41.6	32
Sistema nervioso	38	31
Piel y mucosas	70	90
Sistema oftalmológico	46.66	14
Aparato respiratorio	66.6	48
Sistema urinario	63	23
Cabello	100	3

En el gráfico 1 se observan bien las fluctuaciones de los porcentajes de usos coincidentes con la fitoterapia científica aparato por aparato.

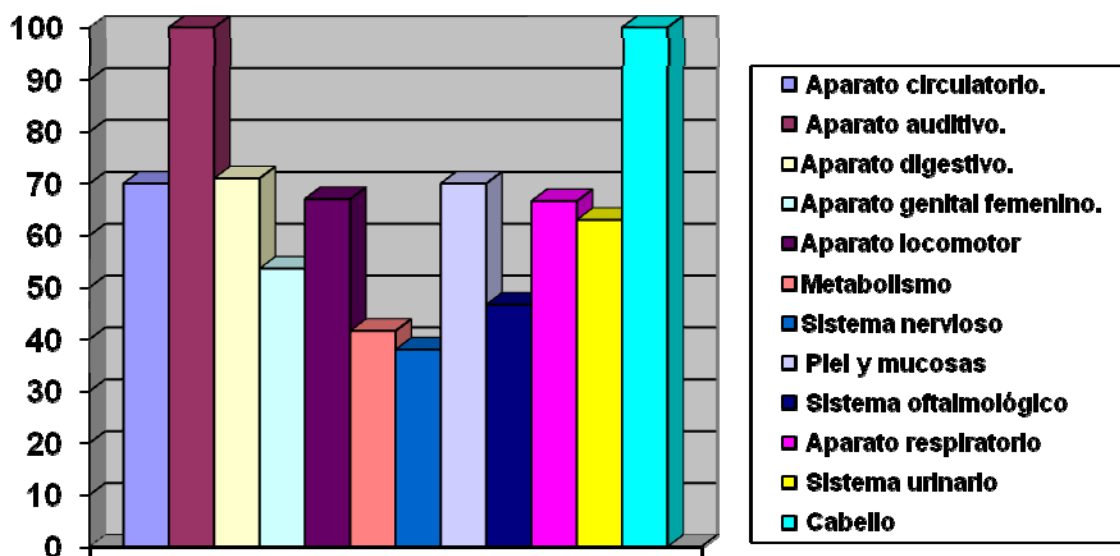


Gráfico 1. Nivel de coincidencia de los usos populares con las acciones farmacológicas de la fitoterapia científica ordenadas por aparatos.

El número de plantas utilizadas en cada sistema nos da una idea del nivel de utilización por aparatos. (Gráfico 2).

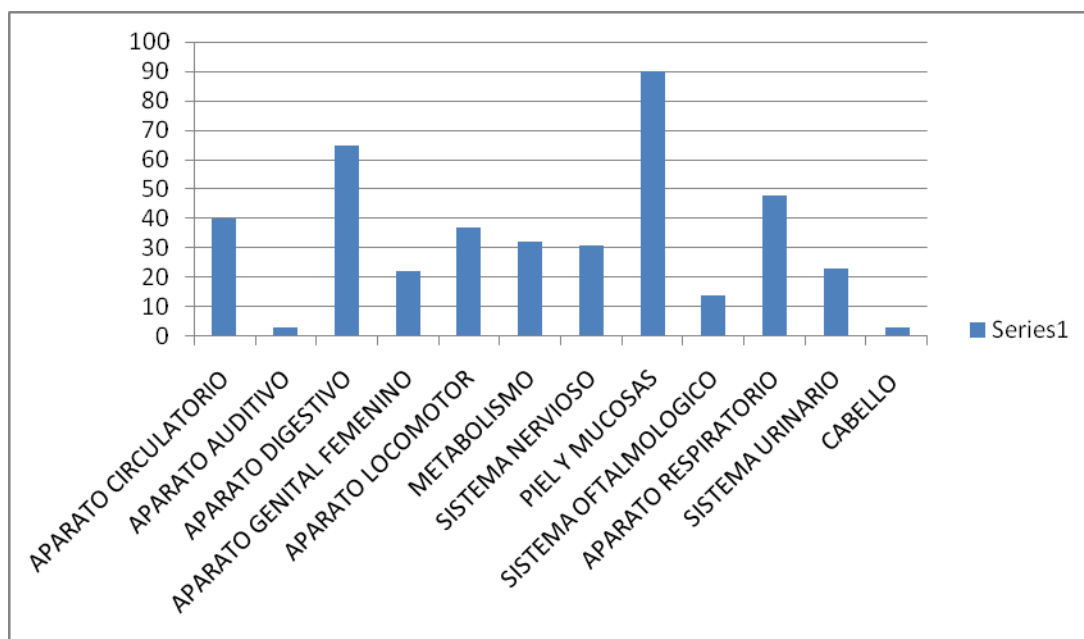


Gráfico 2. Número de plantas usadas por sistema.

Aunque en todos los sistemas son utilizadas plantas en mayor o menor medida para paliar o curar síntomas y/o enfermedades. Las patologías para las que más se utilizan en nuestro trabajo son el sistema de piel y mucosas (90) seguido del aparato digestivo (65) y el respiratorio (48).

Además desde el punto de vista de las acciones farmacológicas contrastadas más utilizadas, de manera coincidente con la farmacología científica, son por orden: la acción antiinflamatoria, que es la más utilizada con 94 usos contrastados, seguida de la acción cicatrizante con 43 y la acción antiséptica con 25.

A la vista de los resultados, nos damos cuenta que la aplicación de las plantas se hace sobre todo en patologías crónicas (reuma, hipertensión, estreñimiento, hemorroides, etc.) y, también, en patologías agudas de poca gravedad (cicatrización de heridas, maduración abscesos, catarros, problemas digestivos, etc.).

3.2.10. TABLAS DE ESPECIES EN RELACIÓN CON LOS GRUPOS PATOLÓGICOS

En el presente listado se procede a ordenar los usos que nuestros informantes nos han dado para los distintos órganos y se procede a hacer una lista de enfermedades en las que se indican las especies que son utilizadas para su tratamiento.

AFECCIONES DEL OIDO.

Otalgia

Calendula arvensis L.
Sambucus nigra L.

Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.

Anticinéctica

Ruta chalepensis L.

AFECCIONES OFTALMOLOGICAS

Conjuntivitis

Chamaemelum nobile (L.) All
Omphalodes nitida Hoffm. et Link
Sambucus nigra L.

Calendula arvensis L.
Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.

Pérdida de visión

Sambucus nigra L.

Otras afecciones oculares

Calendula arvensis L.
Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.
Cytisus scoparius (L.) Boiss
Matricaria chamomilla L.

Rosmarinus officinalis L.
Sambucus nigra L.
Urtica dioica L.

Chamaemelum nobile (L.) All.
Chelidonium majus L.
Foeniculum vulgare Miller.
Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.
Ruta chalepensis L.
Senecio serpens L.

AFECCIONES DEL CABELLO

Alopecia

Urtica dioica L.
Malva sylvestris L.
Foeniculum vulgare Miller.

Rosmarinus officinalis L.
Urtica urens L.

Caspa

Urtica dioica L.

AFECCIONES DEL APARATO CIRCULATORIO

Anemia

Nasturtium officinale R. Br.
Urtica dioica L.

Angina de pecho

Chelidonium majus L.

Hipertensión

Olea europaea L.
Lippia citriodora H.B. & K.
Ulex europaeus L.
Foeniculum vulgare Miller.
Chamaespartium tridentatum (L.) P.
Origanum vulgare L.

Crataegus monogyna Jacq.
Citrus deliciosa Ten.
Urtica dioica L.
Laurus nobilis L.
Glechoma hederacea L.
Ficus carica L.

Hipoviscosizante

Allium sativum L.

Trastornos circulatorios venosos

Urtica dioica L.
Taraxacum officinale Weber.

Lavatera cretica L.
Chamaespartium tridentatum (L.) P.
Aesculus hippocastanum L.
Ulex europaeus L.
Sambucus nigra L.

Rosmarinus officinalis L.
Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.
Ruscus aculeatus L.
Plantago lanceolata L.
Quercus robur L.
Ruta chalepensis L.
Allium sativum L.

Pies cansados

Chelidonium majus L.
Urtica dioica L.

Rumex acetosa L.
Verbascum thapsus L.

Tónico del corazón

Digitalis purpurea L.
Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.

Ulex europaeus L.
Crataegus monogyna Jacq.

Tónico circulatorio

Rosmarinus officinalis L.
Crataegus monogyna Jacq.

Urtica dioica L.
Chamaespartium tridentatum (L.) P. Gibbs.

Antihemorrágicas

Capsella bursa-pastoris (L.) Medicus. *Lamium maculatum* L.

Equisetum sp.

Hemorroides

Plantago lanceolata L.
Parietaria judaica L.
Malva sylvestris L.
Quercus robur L.

Plantago major L.
Lavatera cretica L.
Urtica dioica L.

Sabañones

Urtica dioica L.
Ruscus aculeatus L.
Eucaliptus globulus Labill.
Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy

Triticum aestivum L.
Citrus aurantium L.
Malva sylvestris L.

Taquicardias

Marrubium vulgare L.

AFECCIONES DEL APARATO DIGESTIVO

Estimulante del apetito

Foeniculum vulgare Miller.
Allium sativum L.

Lippia citriodora H.B. & K.

Halitosis

Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.

Laxante

Rosmarinus officinalis L.

Odontalgía

Thymus vulgaris L.
Solanum nigrum L.
Ruta chalepensis L.
Ficus carica L.
Solanum tuberosum L.
Juglans regia L.

Urtica dioica L.
Rosmarinus officinalis L.
Rubus ulmifolius Schott.
Malva sylvestris L.
Asparagus officinalis L.
Linum isitatissimum L.

Diarrea

Athyrium filix-femina (L.) Roth.
Castanea sativa Miller.
Glechoma hederacea L.
Papaver somniferum L.
Quercus robur L.
Rubus ulmifolius Schott.
Rumex pulcher L.
Ulex europaeus L.
Vaccinium myrtillus L.

Bidens aurea (Aiton) Sherff.
Foeniculum vulgare Miller.
Hypericum perforatum L.
Punica granatum L.
Rosa sp.
Rumex crispus L.
Ruta chalepensis L.
Urtica dioica L.
Zea mays L.

Digestivas

Bidens aurea (Aiton) Sherff.

Calamintha nepeta (L.) Savi.

Chamaemelum nobile (L.) All.
Convulvulus arvensis L.
Linum isitatissimum L.
Matricaria chamomilla L.
Mentha piperita L.
Rumex pulcher L.

Aerofagia

Matricaria chamomilla L.
Chamaemelum nobile (L.) All.
Chelidonium majus L.
Ilex aquifolium L.
Malva sylvestris L.
Mentha aquatica L.
Mentha suaveolens Ehrh.
Prunus avium L.
Rubus ulmifolius Schott.
Ruta chalepensis L.
Thymus vulgaris L.

Dispepsia

Lippia citriodora H.B. & K.
Chamaemelum nobile (L.) All.
Foeniculum vulgare Miller.
Linum isitatissimum L.
Malva sylvestris L.
Mentha suaveolens Ehrh.
Parietaria judaica L.
Ruta chalepensis L.
Santolina chamaecyparissus L.

Odontalgia

Ruta chalepensis L.
Rubus ulmifolius Schott.
Plantago major L.
Glechoma hederacea L.

Indigestión

Mentha aquatica L.
Citrus limon (L.) Burm fil.
Lippia citriodora H.B. & K.
Olea europaea L.
Chamaemelum nobile (L.) All.

Purgante

Euphorbia lathyris L.
Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.

Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.
Foeniculum vulgare Miller.
Lippia citriodora H.B. & K.
Mentha aquatica L.
Mentha suaveolens Ehrh.
Taraxacum officinale Weber.

Bidens aurea (Aiton) Sherff.
Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.
Foeniculum vulgare Miller
Lippia citriodora H.B. & K.
Matricaria chamomilla L.
Mentha piperita L.
Olea europaea L.
Rosmarinus officinalis L.
Rumex pulcher L.
Stellaria sp.
Zea mays L.

Bidens aurea (Aiton) Sherff.
Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.
Hypericum perforatum L.
Lippia citriodora H.B. & K.
Matricaria chamomilla L.
Olea europaea L.
Rosmarinus officinalis L.
Sambucus nigra L.
Zea mays L.

Allium sativum L.
Plantago lanceolata L.
Urtica dioica L.

Bidens aurea (Aiton) Sherff.
Ilex aquifolium L.
Matricaria chamomilla L.
Rosmarinus officinalis L.

Sambucus nigra L.
Adenocarpus complicatus (L.) Gay.

Ruminatorio

Chamaemelum nobile (L.) All.
Ilex aquifolium L.

Erica arborea L.
Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.

Laxante

Chelidonium majus L.
Cuscuta epithymum (L.) L.
Euphorbia lathyris L.
Frangula alnus Miller.
Linum isitatissimum L.
Pteridium aquilinum (L.) Kuhn.
Rumex acetosa L.
Verbascum thapsus L.

Convulvulus arvensis L.
Cytisus scoparius (L.) Boiss.
Ficus carica L.
Lavatera cretica L.
Malva sylvestris L.
Rosmarinus officinalis L.
Ruta chalepensis L.
Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.

Acidez

Rosmarinus officinalis L.

Úlcera de estómago

Urtica dioica L.
Malva sylvestris L.

Fisura anal

Parietaria judaica L.

Trastornos intestinales

Malva sylvestris L.
Origanum vulgare L.

APARATO GENITAL FEMENINO

Abortivo

Ruta chalepensis L.
Petroselinum crispum (Miller) A. W.
Hill.

Allium cepa L.
Zea mays L.

Dismenorrea

Ruta chalepensis L.
Lamium maculatum L.
Capsella bursa-pastoris (L.) Medicus.

Glechoma hederacea L.
Achillea millefolium L.

Emenágogo

Ruta chalepensis L.
Malva sylvestris L.
Parietaria judaica L.

Tanacetum parthenium (L.) Schultz
Bip.

Glechoma hederacea L.
Mercurialis annua L.
Petroselinum crispum (Miller) A. W.
Hill.

Galactógogo

Foeniculum vulgare Miller.

Grietas en pezón

Parietaria judaica L.

Lavados vaginales

Sambucus nigra L.

Juglans regia L.

Aphanes arvensis L.

Ruta chalepensis L.

Quistes

Achillea millefolium L.

Urtica dioica L.

Mamitis

Allium sativum L.

Chelidonium majus L.

Raphanus raphanistrum L.

Urtica dioica L.

Retención placentaria

Glechoma hederacea L.

Ruta chalepensis L.

Artemisia vulgaris L.

Secale cereale L.

Prolapso uterino

Glechoma hederacea L.

Allium sativum L.

Symphytum officinale L.

Chelidonium majus L.

APARATO URINARIO

Cistitis

Artemisia vulgaris L.

Vitis vinifera L.

Lamium maculatum L.

Calluna vulgaris (L.) Hull.

Zea mays L.

Diurético

Allium cepa L.

Asparagus officinalis L.

Chamaemelum nobile (L.) All.

Equisetum sp.

Glechoma hederacea L.

Malva sylvestris L.

Papaver rhoeas L.

Prunus avium L.

Rumex pulcher L.

Salvia verbenacea L.

Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.

Taraxacum officinale Weber.

Ulex europaeus L.

Zea mays L.

Apium graveolens L.

Betula alba L.

Cynodon dactylon (L.) Pers.

Fragaria vesca L.

Leucanthemum vulgare Lam.

Mercurialis annua L.

Parietaria judaica L.

Quercus robur L.

Ruta chalepensis L.

Sambucus nigra L.

Sonchus oleraceus L.

Thymus vulgaris L.

Urtica dioica L.

Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.

Prostatitis

Zea mays L.
Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.

Epilobium parviflorum Schreber.
Asparagus officinalis L.

Litiasis renal

Asparagus officinalis L.
Zea mays L.

Hematuria

Lippia citriodora H.B. & K.

Enfermedades venéreas

Zea mays L.

Infección vejiga

Epilobium parviflorum Schreber.

APARATO LOCOMOTOR

Dolores articulares

Ilex aquifolium L.
Chelidonium majus L.
Frangula alnus Miller.
Olea europaea L.
Plantago lanceolata L.
Rosmarinus officinalis L.
Symphytum officinale L.
Urtica urens L.
Zea mays L.

Arnica montana L.
Equisetum sp.
Juglans regia L.
Osmunda regalis L.
Ranunculus peltatus Schrank.
Salix alba L.
Urtica dioica L.
Verbascum thapsus L.
Petroselinum crispum (Miller) A. W. Hill.

Chamaespartium tridentatum (L.) P. Gibbs.

Inflamaciones articulares

Arnica montana L.
Urtica dioica L.
Verbascum thapsus L.

Fraxinus excelsior L.
Triticum aestivum L.
Linum isitatissimum L.

Reumatismo

Allium sativum L.
Arnica montana L.
Dryopteris filix-mas (L.) Schott.
Linum isitatissimum L.
Pinus pinaster Aiton.
Salix alba L.
Taraxacum officinale Weber.
Urtica urens L.
Chamaespartium tridentatum (L.) P.

Aloe ferox Miller.
Bryonia cretica L.
Fraxinus excelsior L.
Osmunda regalis L.
Ruta chalepensis L.
Sedum acre L.
Urtica dioica L.
Galium aparine L.

Gibbs.

Lumbago

Urtica dioica L.

Contusiones

Arnica montana L.

Eucaliptus globulus Labill.

Linum isitatissimum L.

Malva sylvestris L.

Urtica dioica L.

Senecio serpens L.

Sambucus nigra L.

Borago officinalis L.

Hedera helix L.

Ruta chalepensis L.

Aloe ferox Miller.

Lactuca virosa L.

Malus domestica Borkh.

Osmunda regalis L.

Urtica urens L.

Plantago major L.

Hypericum perforatum L.

Chelidonium majus L.

Plantago major L.

Esguinces

Urtica dioica L.

Espolón

Rumex pulcher L.

Osificantes

Prunus laurocerasus L.

Osmunda regalis L.

Linum isitatissimum L.

Salix alba L.

Inflamación cascós

Ficus carica L.

Hedera helix L.

Ruta chalepensis L.

Urtica dioica L.

SISTEMA METABOLICO

Hiperuricemia

Crataegus monogyna Jacq.

Betula alba L.

Alnus glutinosa (L.) Gaertner.

Bocio

Galium aparine L.

Plantago major L.

Scrophularia auriculata L.

Hipercolesterolemia

Laurus nobilis L.

Crataegus monogyna Jacq.

Triticum aestivum L.

Allium cepa L.

Solanum melongena L.

Veronica officinalis L.

Acción depurativa

Allium cepa L.

Betula alba L.

Rubus ulmifolius Schott.

Arnica montana L.

Cynara scolymus L.

Urtica dioica L.

Urtica urens L.
Fumaria officinalis L.
Taraxacum officinale Weber.

Zea mays L.
Citrus limon (L.) Burm fil.

Litiasis biliar

Ulex europaeus L.
Taraxacum officinale Weber.

Diabetes

Rosmarinus officinalis L.
Malva sylvestris L.

Cytisus scoparius (L.) Boiss.
Taraxacum officinale Weber.

Obesidad

Origanum vulgare L.
Zea mays L.

Fiebre

Allium cepa L.
Urtica dioica L.

Salix alba L.
Urtica urens L.

Para el frío

Urtica dioica L.

Hepatitis

Ulex europaeus L.
Ulex galli Planchon.

Hígado lento

Ulex europaeus L.
Equisetum sp.
Taraxacum officinale Weber.

Cynara scolymus L.
Rosmarinus officinalis L.
Chamaespartium tridentatum (L.) P. Gibbs.

Ictericia

Marrubium vulgare L.
Ulex europaeus L.

SISTEMA NERVIOSO

Depresión

Rosmarinus officinalis L.
Hypericum perforatum L.

Tónico

Mentha suaveolens Ehrh.

Jaquecas

Passiflora incarnata L.
Matricaria chamomilla L.
Passiflora incarnata L.

Lippia citriodora H.B. & K.
Mentha aquatica L.
Rosmarinus officinalis L.

Ruta chalepensis L.
Solanum tuberosum L.
Mentha suaveolens Ehrh.

Sambucus nigra L.
Ulex europaeus L.
Lithodora prostata (Loisel.) Griseb.

Hipnóticos

Valeriana officinalis L.
Papaver rhoeas L.

Lactuca virosa L.

Histeria

Ruta chalepensis L.

Epilepsia

Ilex aquifolium L.

Nervios

Lavandula officinalis Chaix.
Citrus sinensis (L.) Osbeck.
Hypericum perforatum L.
Lavatera cretica L.
Malva sylvestris L.
Papaver rhoeas L.
Passiflora incarnata L.
Ruta chalepensis L.
Tilia cordata Mill.
Crataegus monogyna Jacq.

Centranthus ruber (L.) DC.
Foeniculum vulgare Miller.
Laurus nobilis L.
Lippia citriodora H.B. & K.
Matricaria chamomilla L.
Papaver somniferum L.
Rosmarinus officinalis L.
Thymus vulgaris L.
Zea mays L.
Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.

Estimulante sexual

Fraxinus excelsior L.
Rosmarinus officinalis L.

Artemisia vulgaris L.

Estimulante defensas

Pimpinella major (L.) Hudson.

Resaca

Melissa officinalis L.

Mareos

Ruta chalepensis L.

PIEL Y MUCOSAS

Acné

Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.
Calendula arvensis L.

Callos

Senecio serpens L.
Chelidonium majus L.
Rosmarinus officinalis L.

Arum italicum Miller.
Euphorbia lathyris L.
Zea mays L.

Cicatrizante

Malva sylvestris L.
Allium cepa L.
Althaea officinalis L.
Calendula arvensis L.
Chamaemelum nobile (L.) All.
Citrus aurantium L.
Equisetum sp
Ficus carica L.
Hypericum perforatum L.
Lavatera cretica L.
Malva sylvestris L.
Mentha suaveolens Ehrh.
Osmunda regalis L.
Plantago coronopus L.
Plantago major L.
Rosa sp.
Ruta chalepensis L.
Sambucus nigra L.
Senecio serpens L.
Urtica dioica L.
Verbena officinalis L.
Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.

Achillea millefolium L.
Aloe ferox Miller .
Calamintha nepeta (L.) Savi.
Carpobrotus edulis (L.) N.E.Br.
Chelidonium majus L.
Convulvulus arvensis L.
Eucaliptus globulus Labill.
Hedera helix L.
Juglans regia L.
Leucanthemum vulgare Lam.
Mentha piperita L.
Omphalodes nitida Hoffm. et Link.
Pinus pinaster Aiton.
Plantago lanceolata L.
Quercus robur L.
Rosmarinus officinalis L.
Salix alba L.
Sedum album L.
Ulex europaeus L.
Urtica urens L.
Veronica officinalis L.

Antiséptica

Eucaliptus globulus Labill.
Lippia citriodora H.B. & K.
Mentha suaveolens Ehrh.
Sambucus nigra L.
Urtica dioica L.
Allium sativum L.
Melissa officinalis L.
Arnica montana L.

Laurus nobilis L.
Mentha piperita L.
Rosmarinus officinalis L.
Thymus vulgaris L.
Urtica urens L.
Ilex aquifolium L.
Ulex europaeus L.
Chamomilla suaveolens (Pursh) Rydb.

Eczemas

Lavatera cretica L.
Cytisus scoparius (L.) Boiss.
Rubus ulmifolius Schott.
Sambucus nigra L.

Althaea officinalis L.
Iris pseudacorus L.
Ruta chalepensis L.

Maduración de abscesos

Plantago major L.
Arum italicum Miller.
Chamaemelum nobile (L.) All.
Ficus carica L.
Lavatera cretica L.
Malva sylvestris L.
Osmunda regalis L.
Plantago major L.
Rumex crispus L.

Allium cepa L.
Avena sativa L.
Corylus avellana L.
Hedera helix L.
Lavatera cretica L.
Mentha piperita L.
Plantago lanceolata L.
Potamogeton natans L.
Rumex pulcher L.

Ruta chalepensis L.
Sambucus nigra L.
Triticum aestivum L.
Verbena officinalis L.
Brassica oleracea var. *acephala* DC.

Salvia verbenacea L.
Simethis mattiazii (Vand.) Sacc.
Verbascum thapsus L.
Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.
Chamaespartium tridentatum (L.) P. Gibbs.

Manchas

Osmunda regalis L.
Ficus carica L.
Omphalodes nitida Hoffm. et Link.

Chelidonium majus L.
Juglans regia L.

Olores de pies y sobacos

Salvia verbenacea L.

Picaduras

Plantago lanceolata L.
Raphanus raphanistrum L.
Sambucus nigra L.

Betula alba L.
Chelidonium majus L.

Emoliente

Calendula arvensis L.
Malva sylvestris L.
Solanum nigrum L.
Verbascum thapsus L.
Althaea officinalis L.
Helichrysum italicum (Roth) G. Don fil.

Ilex aquifolium L.
Parietaria judaica L.
Urtica dioica L.
Chelidonium majus L.
Plantago major L.

Antisudoral

Juglans regia L.
Quercus robur L.

Equisetum sp.
Salvia verbenacea L.

Quemaduras

Malva sylvestris L.
Chelidonium majus L.
Plantago lanceolata L.
Sambucus nigra L.
Ulmus glabra Hudson.

Aloe ferox Miller.
Chamaemelum nobile (L.) All.
Plantago major L.
Solanum tuberosum L.

Después de sol

Olea europaea L.

Soriasis

Ruta chalepensis L.
Dipsacus follonum L.

Verrugas

Chelidonium majus L.
Glaucium flavum Crantz .
Juncus acutus L.

Ficus carica L.
Ilex aquifolium L.
Juniperus communis L.

Lactuca virosa L.
Ruta chalepensis L.

Laurus nobilis L.
Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.

Disolver quistes

Arnica montana L.
Linum isitatissimum L.
Equisetum sp.

Despigmentante

Ficus carica L.

APARATO RESPIRATORIO

Afonía

Rosmarinus officinalis L.
Origanum vulgare L.

Asma

Chelidonium majus L.
Origanum vulgare L.

Valeriana officinalis L.
Rosmarinus officinalis L.

Bronquitis

Allium sativum L.
Cucurbita pepo L.
Laurus nobilis L.
Pinus pinaster Aiton.
Thymus vulgaris L.

Borago officinalis L.
Eucaliptus globulus Labill.
Malva sylvestris L.
Senecio serpens L.
Ulex europaeus L.

Rinitis

Eucaliptus globulus Labill.

Limpiar fosas nasales

Eucaliptus globulus Labill.

Catarros

Allium cepa L.
Althaea officinalis L.
Artemisia absinthium L.
Citrus aurantium L.
Eucaliptus globulus Labill.
Laurus nobilis L.
Lippia citriodora H.B. & K.
Mentha aquatica L.
Mentha suaveolens Ehrh.
Pinus pinaster Aiton.
Rosmarinus officinalis L.
Sambucus nigra L.
Thymus vulgaris L.

Allium sativum L.
Arnica montana L.
Borago officinalis L.
Citrus limon (L.) Burm fil.
Foeniculum vulgare Miller.
Linum isitatissimum L.
Matricaria chamomilla L.
Mentha piperita L.
Origanum vulgare L.
Plantago major L.
Ruta chalepensis L.
Senecio serpens L.
Ulex europaeus L.

Urtica dioica L.
Verbena officinalis L.
Chamaespartium tridentatum (L.) P.
Gibbs.

Balsámico

Eucaliptus globulus Labill.
Pinus pinaster Aiton.

Garganta

Eucaliptus globulus Labill.
Brassica nigra (L.) Koch.
Daucus carota L.
Foeniculum vulgare Miller
Origanum vulgare L.
Plantago lanceolata L.
Rosmarinus officinalis L.
Rumex pulcher L.
Salvia verbenacea L.
Ulex europaeus L.

Gripe

Eucaliptus globulus Labill.
Origanum vulgare L.
Urtica dioica L.

Pulmonía

Urtica dioica L.
Allium cepa L.
Eucaliptus globulus Labill.
Ulex europaeus L.

Tos

Origanum vulgare L.
Pinus pinaster Aiton.
Papaver rhoeas L.
Eucaliptus globulus Labill.
Malva sylvestris L.
Senecio serpens L.
Citrus limon (L.) Burm fil.
Glechoma hederacea L.
Laurus nobilis L.
Plantago coronopus L.
Rubus ulmifolius Schott.
Verbascum thapsus L.
Brassica oleracea var. *acephala* DC.

Para dejar fumar

Iris pseudacorus L.

Urtica urens L.
Vitis vinifera L.
Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.

Laurus nobilis L.

Allium cepa L.
Citrus limon (L.) Burm fil.
Ficus carica L.
Malva sylvestris L.
Pinus pinaster Aiton.
Plantago major L.
Rubus ulmifolius Schott.
Ruta chalepensis L.
Thymus vulgaris L.
Lavatera cretica L.

Allium cepa L.
Rosmarinus officinalis L.

Urtica urens L.
Borago officinalis L.
Linum isitatissimum L.

Rosmarinus officinalis L.
Drosera rotundifolia L.
Thymus vulgaris L.
Opuntia vulgaris Miller.
Ruta chalepensis L.
Allium cepa L.
Ficus carica L.
Hedera helix L.
Mentha piperita L.
Plantago lanceolata L.
Rumex pulcher L.
Umbiliculus rupestris (Salisb.) Dandy.

Para aromatizar

Eucaliptus globulus Labill.

Moquillo

Eucaliptus globulus Labill.

ENFERMEDADES INFECCIOSAS Y PARASITARIAS

Herpes

Cichorium intybus L.

Aloe ferox Miller.

Desparasitar

Urtica dioica L.

Lombrices y gusanos.

Allium sativum L.

Ficus carica L.

Santolina chamaecyparissus L.

Allium sativum L.

Dryopteris filix-mas (L.) Schott.

Mentha piperita L.

Ruta chalepensis L.

Rumex acetosa L.

Adenocarpus complicatus (L.) Gay.

Artemisia absinthium L.

Senecio vulgaris L.

Pinus pinaster Aiton.

Sarna

Geranium robertianum L.

Ruta chalepensis L.

Piojos

Allium sativum L.

SINTOMAS Y PROBLEMAS MORBIDOS MAL DEFINIDOS

Problemas digestivos

Osmunda regalis L.

Tanacetum vulgare L.

Cólicos

Ilex aquifolium L.

Prunus avium L.

Urtica dioica L.

Chelidonium majus L.

Ruta chalepensis L.

3.3 ESTUDIO MONOGRÁFICO.

3.3.1. Generalidades estudio monográfico.

Dado que las características de las plantas que tienen usos tradicionales son de familias muy diversas, se ha seguido un criterio de ordenación, a efectos puramente prácticos, que facilite la consulta. Para ello se han dispuesto en orden alfabético, por nombre científico.

Con motivo de sistematizar toda la información recopilada, para cada planta se ha elaborado una ficha modelo que contiene los siguientes apartados:

- 1- Datos botánicos.
- 2- Etnofarmacología.
- 3- Contratación bibliográfica.
- 4- Observaciones.
- 5- Bibliografía.

1-Datos botánicos.

-Nombre científico

Se ha utilizado el nombre científico de la planta conforme al Código Internacional de Nomenclatura Botánica.

-Familia.

Hace referencia a la familia botánica en la que se incluye la especie tratada.

-Nombres vernáculos.

En este apartado se han recogido los nombres populares que hemos recopilado de la bibliografía consultada y también los recogidos como parte de la información dada por nuestros encuestados indicando esta circunstancia en negrita.

Para su mejor comprensión, hemos seguido el criterio de ordenación por orden alfabético colocando, cuando existan, por separado los nombres vernáculos gallegos de los castellanos.

-Parte utilizada.

Se hace constar la parte o partes que se utilizan de la planta.

-Referencia como planta medicinal o de uso reconocido

Se indica solo en aquellas plantas que forman parte de la Real Farmacopea Española. 3ª Edición. Entre paréntesis el número de página.

-Descripción, distribución y ecología.

Se trata de una breve descripción de la planta y de donde la podemos encontrar.

2-Etnofarmacología.

Se incluyen 3 subapartados:

+Usos medicinales en los que se ha seguido un criterio de ordenación a efectos puramente prácticos por aparatos.

+Usos veterinarios. Aquí se recoge toda la información recopilada sobre usos destinados a los animales.

+Usos etnobotánicos. En este subapartado se recogen todos los usos etnobotánicos que no son Etnofarmacológicos.

En estos subapartados se hace un breve comentario acerca del uso de la especie donde se aclara, la parte de la planta utilizada, la forma en que se prepara para su administración, el tratamiento e incluso la duración del tratamiento, la dosis, los efectos secundarios y la toxicidad, siempre y cuando el o los informantes lo hayan comentado.

Se termina el párrafo de los usos citando el municipio donde se ha aludido a dicha información y entre paréntesis el número de informantes que nos han dado dicha aportación seguido de ref. (referencia/as). De esta manera uno puede hacerse una idea de la divulgación que tiene el remedio en toda la provincia.

3-Contrastación bibliográfica.

3.1- Referencias bibliográficas farmacológicas.

En este apartado se incluye un breve comentario en donde se relacionan los usos populares hallados, con los usos científicos conocidos y los principios activos que componen la planta. La finalidad de dicho apartado es proporcionar datos que pongan de manifiesto la justificación del uso como remedio popular. En definitiva, aclarar las coincidencias entre la Farmacología y la Etnofarmacología.

Para hacer este apartado se han consultado las siguientes obras: Font Quer (1961), Peris, J.B.; Stübing, G.; Vanaclocha, B. (1995), y Arteché García, A.; Gúenechea Salazar, J.I.; Uriarte Uribe, C.; Vanaclocha, B. (1994).

3.2-Referencias bibliográficas etnobotánicas.

Aquí, se indica si este uso local se puede generalizar a otras zonas donde existen estudios etnobotánicos o si se da algún uso destacable por su originalidad.

Al hacer este apartado se han consultado fundamentalmente las siguientes obras: Font Quer (1961), Martínez Lirola, M. J.; Gonzalez-Tejero García, M.R.; Molero Mesa, J. (1997), Blanco Castro, E. (1995), Mulet Pascual, L., (1991), SAN MIGUEL, ELIA (2004), SEGARRA I DURÁ, EDUARD (2008), todas ellas recogidas en la bibliografía general.

4-Observaciones.

En este apartado se recogen todas las peculiaridades que no son generalizables, es decir, cosas no importantes desde el punto de vista metodológico, pero que amplían la información. Siempre que proceda.

5-Bibliografía.

Al final de cada monografía se dispone de la bibliografía completa de cada ficha.

La idea es hacer que cada ficha sea utilizable autónomamente. De ahí este modo de proceder.

Al final del estudio se tiene un capítulo de bibliografía general donde se puede consultar toda la bibliografía utilizada para la realización del estudio agrupado por autores y por orden alfabético.

***Acacia dealbata* Link.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Acacia dealbata* Link.

Familia: *Leguminosae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Mimosa, acacia

Nombres vernáculos gallegos: alcacia.

Parte utilizada: Flores.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de porte considerable que en zonas de clima racionalmente lluvioso puede alcanzar los 30 m de altura. Su tronco es alto y llega a tener hasta 80 cm de grosor, con corteza delgada; casi lisa de color verde grisáceo. Copa alta, más o menos piramidal. De follaje persistente, sus hojas son compuestas bipinnadas con pequeñas glándulas en los raquis que al igual que las láminas y las ramillas son de color verdoso. Las hojas alcanzan 10 cm de largo y cuentan con 8-12 pares de pinnas. Flores de color amarillo pálido, reunidas en cabezas de 6-8mm de diámetro, dispuestas en panículas terminales o subterminales. Los frutos, legumbres, son aplanados, subconstrictos y ligeramente pilosotomentosos, miden de 9-12 cm y contienen de 8–12 semillas de color negro.

Se trata de un arbusto australiano de porte considerable que tiene mayores exigencias y demandas de humedad que otras acacias. En la Península Ibérica se encuentra ampliamente distribuido por su cultivo en jardinería. (ROMO, ANGEL M., 2001:230).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los asmáticos es peligroso acercarse a una mimosa en flor, porque puede desencadenar una crisis. As Pontes de García Rodríguez (1 ref).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la bibliografía etnobotánica contrastada no se ha encontrado ninguna cita o aplicación en cuanto a la inducción de crisis asmáticas por parte de la flor. Sin embargo, estos arbustos que se cultivan como ornamentales, son considerados como tóxicos, en veterinaria, por su alta riqueza en taninos, ya que

pueden causar un síndrome hematórico. Importante destacar la toxicidad de algunas especies congéneres americanas entre las que están: *Acacia berlandieri* Benth. tóxica por su contenido en la amina N-metil-difenil-etilamina que compite por la inactivación de la MAO. La *Acacia constricta*, *A. vernicosa* y *A. greggi*, son especies que se consideran productoras de ácido cianhídrico. (MULET PASCUAL, L.,1997: 519).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el caso de algunas acacias como *Acacia melanoxylon* han sido utilizadas por su interés tecnológico en la manufacturación de muebles y en la fabricación de ejes para los carros de bueyes por la dureza de su madera. (FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a, 1997:175.)

5-Bibliografía.

- FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a; “A cultura popular en Coristanco”. Concello de Coristanco, 1997.
- MULET PASCUAL, L “Flora toxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:519.
- ROMO, ANGEL M.; “Árboles de la Península Ibérica y Baleares”. 2edición. Editorial Planeta.2001:230.

***Achillea millefolium* L.**

1-Datos botánicos

Nombre científico: *Achillea millefolium* L.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: Milenrama, aquilea

Nombres vernáculos gallegos: Herba dos carpinteiros, herba dos golpes, herba das cortadelas, milfollas, milfollo.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2208).

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, Distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz de hasta 40cm, con hojas muy divididas en finos segmentos lineares mucronados. Capítulos pequeños reunidos en grandes corimbos, cada uno con flores tubulosas amarillas y liguladas blanco-rosáceas periféricas. Fruto en aquenio.

Subcosmopolita, en herbazales y prados frescos nitrificados (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:374).

Planta con óptimo eurosiberiano, en la provincia Atlántica se da en los pisos montano y subalpino. Distribución Euroasiática. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:153).

2-Etnofarmacología.

Aparato genital femenino.

Para disolver quistes.

Se preparan varios puñados de planta que se ponen en maceración 12 horas en bañera para baño, 20 minutos de tiempo de baño y después se sale se envuelve en una manta y se descansa sudando 1 hora. Fene (1 ref.).

Para cortar las hemorragias.

Se utiliza para cortar hemorragias de las mujeres en baños de asiento. Con el cocimiento de un puñado de milenrama. Coristanco (1 ref.).

Piel.

Para cicatrizar heridas.

Realizar una infusión de la planta para luego lavar la herida o poner compresas empapadas con la misma sobre la herida. Se hace una infusión de un puñado de sumidad florida de la planta en un litro de agua. Abegondo (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para cicatrización de heridas en animales.

Se ha utilizado para lavar las heridas del ganado. Para ello se hacía una infusión con un puñado de planta y se lavaban las heridas. Mañon (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El aceite esencial presenta azulenos, polifenoles y flavonoides, le confieren propiedades antiinflamatorias que junto con la presencia de taninos le dan a la planta una acción cicatrizante y hemostática de utilidad manifiesta (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:375). Importante tener en cuenta que la planta fresca es fotosensibilizante, pudiendo producir dermatitis de contacto. Acción especialmente debida al alfa y beta peroxiaquifólido presente en la planta fresca. (HAUSEN, B.M.; BREUER, J.; VEGLEWSKI, J. Et al., 1991:274-80)

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la investigación etnobotánica de las tierras de Gerona, al igual que en nuestro estudio, dan referencias de su empleo medicinal como vulneraria (cicatrizante) vía externa, además de cómo anticatarral, digestiva (para el dolor de barriga), hipoglucemiante y antihipertensora.(PARADA, M.; SELGA A.;BONET, M.A.;VALLES, J. ,2002: 57-58.).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), Emilio Blanco también nos habla sobre su utilización como antihemorrágica al aplicar el zumo de la planta fresca sobre la herida, a parte de cómo antihelmíntica, tomando la infusión de la flor (BLANCO CASTRO, E.,1995:132).

En Galicia ha sido también utilizada tradicionalmente por los peregrinos que hacían el Camino de Santiago para tratar las llagas de los pies. Para este uso se han utilizado pediluvios y compresas mojadas con una infusión de las hojas a la que se añadía miel (50 g de hojas en $\frac{3}{4}$ de litro de agua y 100g de miel) (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E., 1996: 33). También, para el tratamiento de las hemorragias, en cuyo caso se utiliza un emplasto de las hojas frescas sobre la herida sangrante sujetándolo todo con una venda. (MUGARZA, J., 1993: 87.). Incluso para reducir el cansancio y aliviar las heridas de los dedos de los pies se hacían decocciones de las flores y hojas (FRAGA VILA, M^a ISABEL, 2004:116)

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:132.
- FRAGA VILA, M^a ISABEL; Capítulo: Utilización de plantas silvestres en la curación de dolencias de los peregrinos. "El HOSPITAL REAL de Santiago de Compostela y LA HOSPITALIDAD en el camino de la Peregrinación. Xunta de Galicia. Xacobeo 2004:116.
- HAUSEN, B.M.; BREUER, J.; VEGLEWSKI, J. Et al., "alpha-Peroxyachifolid and other new sensitizing sesquiterpene lactones from yarrow (*Achillea millefolium* L., Compositae)", Contact Dermatitis, 24, 4: 274-80, 1991 Apr.
- MUGARZA, J.; "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería San Antonio, 1989:87.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:57-58.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:374-375.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:153.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:33.

***Adenocarpus complicatus* (L.) Gay.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Adenocarpus complicatus* (L.) Gay.

Familia: *Leguminosae*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: no se conoce

Nombres vernáculos gallegos: codeso, piorno.

Parte utilizada: brotes y hojas.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto que puede alcanzar 3 metros de altura. Ramas estriadas longitudinalmente, largas y flexibles, cuando son jóvenes son plateadas y están cubiertas de pelo. Hojas trifoliadas, con folíolos de 0,5-1,5 cm., pecíolo casi tan largo como el folíolo, lanceoladas y algo ensanchadas en el ápice, a veces se pliegan sobre si mismas. Por el envés están cubiertas de pelillos, y por el haz son lampiñas (sin pelos). No son muy abundantes. Las flores son numerosas en racimos terminales, están en la axila de una bráctea caediza, pedicelos (pedúnculos) con dos bractéolas caedizas. Cáliz bilabiado, el superior mas corto que el inferior y está dividido en dos lóbulos triangulares, no tiene glándulas y está cubierto de pelos cortos y finos. Corola amariposada, amarilla que puede ser anaranjado. Tiene 10 estambres soldados. Florece desde abril-mayo hasta septiembre.

Es una legumbre alargada, entre las semillas queda aplastada, está cubierta de abultamientos glandulosos. Abunda en terrenos silíceos (graníticos, gneis, arcillas, etc.). Es un arbusto que está formando parte de matorrales, o con otros arbustos como: tojo, zarza, cytissus, etc. En Galicia es abundante. (www.apinguela.com (página del Instituto IES Monforte de Lemos).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para quitar las lombrices.

Se hacía una infusión de una cucharada sopera colmada de planta troceada. Carballo (1 ref.). Incluso para las lombrices en los niños se hacían infusiones con un puñado pequeño de los brotes de las ramas. Monfero (1 ref.)

Usos Veterinarios.

Para quitar las lombrices.

Han sido utilizadas para quitarles las lombrices a los cerdos utilizando una infusión de un puñado generoso de brotes de codeso en un litro de agua que se les da a beber. Monfero (1 ref.). También cuando se tiene que purgar a los conejos se les da codeso sólo, como si fuera pienso, durante uno o dos días. Ames (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para hacer cestas (cestería).

Con las ramas tiernas y los brotes se hacen cestas. Se nos comenta que estas cestas son muy duras y no se pudren con el tiempo, aunque también es más difícil de trabajar que otros arbustos. Oroso (1 ref.) y As pontes de García Rodríguez (3 ref.).

Para hacer escobas.

Antiguamente se utilizaban las ramas de codeso para hacer escobas, atando las mismas a un palo. Ames (2 ref.), Rois (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Ordes (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No tenemos datos sobre la composición química de esta planta.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No es frecuente su utilización, solo hemos encontrado referencias sobre su utilización en el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) donde se cita como alimento para los animales (planta forrajera). BLANCO CASTRO, E., 1995:97).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:97.
- www.apinguela.com (página del Instituto IES Monforte de Lemos)).

***Aesculus hippocastanum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Aesculus hippocastanum* L.

Familia: *Hipocastanaceae*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: Castaño de Indias.

Nombres vernáculos gallegos: Castiñeiro de Indias.

Parte utilizada: Las semillas (castañas).

Descripción, distribución y ecología

Árbol de 20-25 m con hojas opuestas, pecioladas y compuestas, con 5-7 foliolos ovalados y dentados. Flores blancas manchadas de rojo y amarillo reunidas en inflorescencias cónicas erguidas. Fruto en cápsula espinosa dehiscente conteniendo tres grandes semillas que recuerdan a una castaña .

Originario de Asia Menor y Central, se cultiva en jardinería y se naturaliza en casi toda Europa. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:201).

2-Etnofarmacología

Aparato circulatorio

Para activar la circulación.

Se hace una infusión con una cucharada sopera de castañas de indias secas y troceadas. Se nos avisa que es para tomar con la comida pues sienta fuerte sobre todo en estómagos débiles. Las castañas se suelen recoger a finales del verano y se tienen que secar bien para que no se enmohezcan. Betanzos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

También ha sido comentado el hecho de que la gente la lleva en el bolsillo para quitar la envidia, ya que colocándola cerca se dice que: “uno no es envidiado ni tiene envidia a nadie”. Por eso se les llama también “Castañas de la Envidia”. Oroso (1 ref.), Muxía (2 ref.), Carballo (1 ref.), Cambre (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Coristanco (1 ref.), O Pino (1 ref.).

Incluso hay gente que cree que llevándola en el bolsillo no solo evita la envidia sino también el mal de ojo, meigallos, etc. Por ello estas personas la utilizan como amuleto. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El efecto antiinflamatorio venotónico y vasoprotector capilarotropo producido por el gran contenido de las semillas en saponósidos triterpénicos (aescina) y glucósidos cumarínicos (Esculósido y esculetósido) producen un aumento de resistencia de las paredes capilares junto con una reducción de su permeabilidad. Esto produce una mejora de la circulación en general y de la circulación venosa en particular. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B, 1995:201).

3.2-Referencias etnobotánicas.

No es frecuente la utilización del *Aesculus hippocastanum* L. en medicina popular, tan solo hemos encontrado referencias sobre su utilización a este nivel en el estudio etnobotánico de Mulet sobre la provincia de Castellón, donde también es citada para problemas circulatorios específicos, concretamente la cita como antihemorroidal, incluso como antirreumática. Y además, al igual que nosotros, narra el empleo del fruto como amuleto esotérico. (MULET PASCUAL, L., 1991, 46-47).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L.“ “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991,46-47.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:201.

***Allium cepa* L.**

1-Datos botánicos

Nombre científico: *Allium cepa* L.

Familia: *Liliaceae*

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: Cebolla.

Nombres vernáculos gallegos: Cebola.

Parte utilizada: Bulbo.

Descripción, distribución y ecología.

Planta bulbosa, herbácea, con tallos huecos y hojas cilíndricas algo carnosas. Flores rosado-verdosas dispuestas en Umbela densa.

Originaria de las zonas templadas de Palestina y Asia Occidental, hoy en día esta ampliamente distribuida para su cultivo, existiendo numerosas variedades. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995: 209).

2-Etnofarmacología.

Aparato genital femenino.

Para abortar.

La corteza externa de la cebolla cocida la tomaban como abortivo. Arteixo (1 ref.).

Aparato respiratorio.

Para los catarros, gripes.

Se utiliza de dos maneras:

- Para tomar se hace hervir en agua caliente la cebolla durante un tiempo y cuando se atempera se añade miel y se toma en los catarros las veces que hagan falta. O Pino (1 ref.), Santiso (1 ref.).
- Para cortar, filetear o rallar una cebolla y ponerla al lado de la persona enferma para que inhale los vapores de la cebolla. Ortigueira (1 ref.). Incluso si la persona no aguanta el olor a cebolla se puede poner cuando la persona enferma este acostada durmiendo o con los ojos cerrados. Mañón (1 ref.), Carballo (1 ref.).

Para la tos.

También se puede filetear o rallar una cebolla y ponerla al lado de la persona enferma para dejar de toser al inhalar los vapores de la cebolla. Carballo (1 ref.).

Para la inflamación de garganta.

Se ponen a calentar las hojas de cebolla y en caliente se colocan en la garganta. Carballo (1 ref.).

Se pela la cebolla y se trocea haciendo una papilla a la que se añade miel. Esta especie de jarabe se toma a cucharadas. Carballo (1 ref.).

Piel y mucosas.

Para cicatrizar heridas.

Se puede preparar la siguiente receta para curar las heridas abiertas, que consiste en freír (poco tiempo) la cebolla en una sartén añadiendo también unas ramitas de ruda y al final se añade un poco de cera virgen, seguidamente se filtra (antes de que se enfríe) en un recipiente de boca ancha. Se trata de una crema muy eficaz para heridas, aplicándola un par de veces al día. Ponteceso (1 ref.).

Para madurar abscesos.

Se utilizan hojas del bulbo de la cebolla después de pelada a las que se le añade miel y se pone a modo de emplasto en la zona del absceso o grano ("Carafuncho"). Coristanco (1 ref.). También, se puede utilizar la cebolla cocida con la miel sobre el absceso. Carballo (1 ref.)

Se puede utilizar la cáscara de cebolla con harina de maíz y miel. Todo esto mezclado se calienta en la cocina y se pone a modo de emplasto en el absceso. Muxía (2 ref.).

Metabolismo

Para bajar el colesterol.

Se toma por la mañana el agua de una cebolla mediana que ha estado a remojo (macerando) en agua tibia toda la noche. Cedeira (2 ref.).

Para depurar.

Se toma caldo de cebolla por las mañanas. Paderne (1 ref.), Cambre (1 ref.).

Para bajar la fiebre.

Se pone una cebolla que tiene que recogerse en la luna de Agosto. Esta cebolla cortada se pone en contacto con las plantas de los pies en forma de emplasto.) Arzua (1 ref.).

Aparato urinario.

Para orinar.

El caldo de la cebolla (el agua de cebolla) después de dejarla cocer durante un rato se utiliza para orinar en aquellas personas que tienden a retener líquidos. Paderne (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Se trata de una planta muy utilizada en la medicina popular para tratar multitud de afecciones. Contiene aceite esencial (0.015%) rico en compuestos azufrados (entre los que destacan capaenos, principalmente sulfóxido de S-(1-propenil) L-(+) cisteína que es un isómero de la aliína), fructosanos (hasta un

40%) y flavonoides (quercetol y derivados). En base a esta composición se le atribuyen las siguientes acciones farmacológicas acordes con los usos Etnofarmacológicos recogidos: Diurético (azotúrico, clorúrico, uricosúrico), bactericida, hipocolesteremiante, expectorante, broncodilatador además de ser antifúngico, hipoglucemiante suave, hipolipemiante, anticoagulante y antihelmíntico.

Está contraindicado por su acción anticoagulante en hemoptisis, hematemesis, melenas y hematurias. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995: 209).

Es importante tener en cuenta que en las personas los aceites volátiles del bulbo ocasionan una actividad antitiroidea, este efecto se da sobre todo con el consumo de los bulbos crudos (MULET PASCUAL, L., 1997: 467).

Conviene destacar que el uso como abortivo del agua del cocimiento de la piel de fuera de la cebolla no tiene, según nuestros conocimientos, ningún tipo de justificación farmacológica.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En los estudios etnobotánicos hechos en Les Guilleries y L'Alt Empordá a sido utilizada como resolutive, antitusígena (vía inhalatoria), antihemorroidal (emplasto), descongestiva nasal, hipouricémica, anticatarral, antigripal, expectorante y antibronquítica (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002,59-60.).

En el Parque Natural de Cabo de Gata-Nijar (Almería) se utiliza para: tratar los forúnculos (emplasto), como diurético, como depurativo y para los resfriados (por inhalación). (MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J., 1997:337-338).

En la provincia de Castellón además se utiliza como protector gástrico, antitumoral, contraveneno, antiespasmódica, hipocolesteremiante, cordial, antirreumática, estimulante, antitálgica y febrífuga. (MULET PASCUAL, L., 1991.50-52).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) popularmente se utiliza como antiinflamatoria, antiséptica, antitusígena, hipoglucemiante y revulsiva (SEGARRA I DURÁ, EDUARD, 2008:151)

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:337-338.
- MULET PASCUAL, L "Flora toxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:467.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:50-52.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:59-60.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:209.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:151.

***Allium sativum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Allium sativum* L.

Familia: *Liliaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Ajo.

Nombres vernáculos gallegos: Allo.

Parte utilizada: Bulbo.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 747).

Descripción, distribución y ecología.

Planta vivaz bulbosa de hasta 50 cm, con largas hojas cilíndricas. Flores, por lo general estériles, blanco rosadas, en umbelas, quedando antes de la floración envueltas por una bráctea membranosa terminada en una punta aguda. Fruto en cápsula triangular

Originario de Asia Central, actualmente cultivado en zonas templadas de todo el mundo y eventualmente naturalizado (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOXA, B., 1995:123).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para las bronquitis.

Antiguamente, cuando no existían todavía antibióticos se usaban los dientes de ajo crudos por su efecto antibiótico. Coristanco (1 ref.).

Para los catarros.

Se utiliza un diente de ajo, triturado o no, al día. Teo (1 ref.), Sar (1 ref.)

Aparato circulatorio.

Para bajar la tensión.

Se toma todos los días un diente de ajo triturado y crudo. Arteixo (1 ref.).

Para mejorar la circulación.

Mejora la circulación de la sangre comiendo un diente de ajo crudo al día. Rois (1 ref.).

Metabolismo.

Para bajar el colesterol.

Se toma un diente de ajo crudo todos los días. Si no se quiere oler a ajo lo mejor es tomarlo por la noche. Arteixo (1 ref.).

Para aumentar la fiebre.

Cuando se quería tener fiebre se ponía un diente de ajo debajo del sobaco y les subía la fiebre, de esta manera se saltaban las guardias en la mili (Cuartel de Ferrol) los soldados. Oleiros (1 ref.).

Sistema nervioso.

Como tónico.

Tomar un diente de ajo triturado por las mañanas. As pontes García Rodríguez (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para estimular el apetito.

Tomar un diente de ajo triturado antes de la comida. Coristanco (1 ref.).

Para el dolor de muelas.

Colocando un diente de ajo cerca de la muela donde tenemos el dolor. Santa Comba (1 ref.).

Locomotor

Para el reuma.

Se trituran ajos y se dejan macerar en aguardiente del país haciendo un aguardiente de ajos con el que se da friegas (de 4-5 veces al día) en las zonas del reuma para quitar el dolor. Ferrol (1 ref.).

Se toma todos los días, un diente de ajos en una tostada de pan. Cedeira (2 ref.).

Parasitosis

Para expulsar las lombrices.

Se utilizan tópicamente de varias maneras:

Se trituran unos dientes de ajos con ruda y con esta papilla se frota alrededor del ombligo describiendo círculos que no se tienen que juntar. Santiago de Compostela (1 ref.).

Se puede triturar unas cabezas de ajos y poner cerca para olerlas y de esta manera eliminar las lombrices. Somozas (1 ref.).

Pasando un diente de ajo por la frente del que tiene lombrices. Arzua (2 ref.).

Se utiliza internamente, machacando (esmagando) unos dientes de ajo con leche. Tomar varios días seguidos. Boimorto (1 ref.).

Para los piojos.

Machacar ajo con un mortero y mezclarlo con vinagre y sal y poner donde hay piojos. Fene (1 ref.).

Piel

Para desinfectar una herida.

Se utiliza unos dientes de ajos que se cortan en trocitos y se ponen encima de la piel en la zona de la herida infectada a modo de emplasto. Bergondo (1 ref.).

Aparato genital femenino.

Para la matriz caída.

Se ponen ajos macerados con ortigas machacadas y esta pasta se pone en el vientre en forma de emplasto. Fene (1 ref.).

Usos veterinarios.

Se utilizan para curar las mastitis de las vacas procediendo a poner un ajo machacado en aceite a macerar durante unos días y luego se mezcla con pingo (grasa sin sal) esto se le pone a las ubres de la vaca con mastitis varias veces al día hasta que vuelva a dar leche. Mañón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como condimento en la cocina se puede utilizar en multitud de platos donde aporta un toque de sabor distinto. Toques (1 ref.).

También es utilizado para evitar las meigerias (brujerías) y para tener suerte. Con estos fines, los ajos, se llevan colgados al cuello a modo de collar o en el bolsillo. El mejor para este fin, el ajo macho (cuando la cabeza de ajo esta formada por un solo diente). Incluso nos informan que antaño, se ponían detrás de la puerta de entrada en las casas. Teo (1 ref.), Culleredo (1 ref.).

3-Contrastacion bibliográfica.

3.1 Referencias bibliográficas farmacológicas

El ajo fresco contiene aceite esencial cuyo componente principal es la aliína. Responsable del efecto antiséptico, bacteriostático, bactericida cuya acción es directamente imputable a su uso en bronquitis, catarros, mamitis (aquí lo mezclan con grasa sin sal (pingo), incluso en el dolor de muelas (parodontopatías) en uso tópico.

El sinergismo entre la alicina y la adenosina le da el efecto hipocolesterolemizante además de antiateromatoso.

El efecto antiagregante plaquetario, debido a los ajoneos, unido a la vasodilatación periférica producida por el aceite esencial, justifica, un ligero efecto hipotensor, una mejor circulación sistémica y un cierto efecto tónico general.

La actividad parasiticida queda justificada por el efecto del aceite esencial eficaz para eliminar lombrices, cuando es utilizado vía interna. Por tanto, en las aplicaciones halladas, la acción de eliminar lombrices aplicando una pasta de ajo sobre el ombligo o pasar el ajo por la frente, así como inhalar los vapores de ajo no parecen adecuadas en cuanto a la forma de utilización (vía de aplicación).

El efecto antirreumático quizás se deba a un efecto complejo de varias acciones como son la diurética (debido a las fructosazas y al aceite esencial), la antiséptica, bacteriostática y antiviral así como las acciones farmacológicas encaminadas a la activación de la circulación antes tratadas. PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:123-124).

3.2-Referencias etnobotánicas.

Se trata de una planta muy utilizada en la medicina popular para tratar multitud de afecciones: catarros, bronquitis, como expectorante, tos, antirreumática, la gota, la obesidad, la hipertensión, el colesterol alto, diabetes, parasitosis intestinales, hemorroides, entre las principales. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:61-62) (MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J., 1997:337-338). (PIO FONT QUER ,1985:887)(SEGARRA I DURÁ, EDUARD, 2008:153).

Es una de las plantas más utilizadas para espantar todos los males. Así se ha utilizado para refregar a los animales cuando se iban a vender, también se les ponía a las vacas cuando acababan de parir, incluso se salía de casa con un diente de ajo en el bolsillo. El uso del ajo en Galicia ha sido muy importante en muchos ritos contra las meigas. (PEREZ FRANCO, N.; SANCHEZ MEITIN, L., 2006: 328).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:337-338.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:61-62.
- PEREZ FRANCO, N.; SANCHEZ MEITIN, L.; "A festa no Aire". Edita Concello de Xove. 2006:328.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOVA-VALENCIA.1995:123-124.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscorides renovado" Ed. Labor 1985:887.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:153.

***Alnus glutinosa* (L.) Gaertner.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Alnus glutinosa* (L.) Gaertner.

Familia: *Betulaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Aliso

Nombres vernáculos gallegos: Abeneiro, Ameneiro, amierio, amineiro, arche, humeiro, pau do demo, **samoeiro**,

Parte utilizada: Hoja, corteza, tronco.

Descripción, distribución y ecología

Árbol monoico caducifolio, de hasta 20 m de altura, de tronco derecho, con corteza primero lisa y de color pardo-grisáceo y posteriormente con hendiduras y más oscura; copa densa; yemas glabras, pediceladas, de color pardo violáceo. Hojas pecioladas, obtusas o emarginadas en el ápice, viscosas con el limbo abobado-orbicular, doblemente dentado en su margen. Amentos femeninos (II-VI) negruzcos, ovoides, con las brácteas leñosas.

Forma bosques riparios; especialmente, en ríos atlánticos de curso regular, aunque algunos discurren y desemboquen en la Región mediterránea como ocurre con algunos de la Iberia nororiental. En la Península Ibérica occidental, las alisedas ocupan igualmente, los márgenes de ríos y bordes de cursos continuos, cuando estos cauces atraviesan los pisos supra y oromediterráneo, entre el nivel del mar y 1650 m. Distribución lete-eurosiberiana (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001: 225).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para bajar el ácido úrico.

Se tuestan las hojas y luego se hace una infusión. Se debe tomar esta preparación durante varios meses para ver resultados. Oroso (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Se ha utilizado la corteza de ameneiro, para teñir la ropa. Aranga (1 ref.) Y también, su madera sirve para hacer zuecos que salen de un color rojizo. Normalmente se suelen tinter de otros colores. Cedeira (4 ref.), Ortigueira (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas contienen azúcares y la materia glutinosa que las recubre que se compone de glutanol y glutinol, ácido glutínico y ácido glutinólico. (PI FONT QUER, 1985:100-101)

No existe justificación bibliográfica suficiente para relacionar estos principios con el uso de la infusión del polvo de tostado de las hojas para bajar el ácido úrico.

La corteza es rica en taninos (10-20%) y tiene una materia colorante roja del tipo glucosídico lo que si justifica su uso para teñir la ropa.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En los estudios etnobotánicos hechos en la Sierra del Caurel (Lugo) encontramos los mismos usos populares: La corteza como complemento para los tintes y también se cita el uso de la madera del *Alnus glutinosa* (L.) Gaertner en la fabricación de galochas (zuecos). (BLANCO CASTRO, E., 1995: 80).

En el tratado etnobotánico de “Les Terres Gironines” también cita como uso del *Alnus glutinosa* (L.) Gaertner como leña para quemar. Aunque hace la observación de que su madera no es de buena calidad, pues no arde bien. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:63).

Para Pio Font Quer el aliso es un remedio popular a diversas enfermedades como pies doloridos (pediluvios del decocto de las hojas), para endurecer las encías (en enjuagues), contra las fiebres tercianas y cuartanas (como si de la corteza de quina se tratase). También ha utilizado como galactófugo (poniendo cataplasmas de hojas frescas en pechos) para provocar la retirada de la leche. (PIO FONT QUER, 1985:100-101).

También, su madera, aunque es fácilmente atacada por la polilla, resiste bien el agua y no se pudre por ello se emplea en la construcción de molinos, puentes, aparte de para hacer zuecos. (GARCIA, XOSE RAMON, 1979:143-144).

Ha sido muy utilizada por los peregrinos, en el Camino de Santiago, para relajar los pies de las largas caminatas. Haciendo un emplasto en todo el pie con las hojas (cuanto mas viscosas mejor). Se deja toda la noche y se quita a la mañana siguiente. También, han sido utilizadas sus hojas frescas machacadas para aplicar sobre heridas, úlceras o llagas, cambiándolas 2 veces al día. (MUGARZA, J., 1993:25).

También las decocciones concentradas de las hojas se utilizaban para lavar las camas y matar las pulgas que en ellas había. También las ramas jóvenes, con hojas cargadas de rocío, se colocaban en el interior de las habitaciones para atrapar moscas, pulgas y piojos en la masa viscosa que recubre las hojas (FRAGA VILA, M^a ISABEL, 2004:122)

5-Bibliografía

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:80.
- FRAGA VILA, M^a ISABEL; Capítulo: Utilización de plantas silvestres en la curación de dolencias de los peregrinos. “El HOSPITAL REAL de Santiago de Compostela y LA HOSPITALIDAD en el camino de la Peregrinación. Xunta de Galicia. Xacobeo 2004:122.
- GARCIA, XOSE RAMON. “Flora de Galicia”. Editorial Follas Novas.1979:143-144.
- MUGARZA, J. “Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago”. Ediciones de Librería de San Antonio.1993:25.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:63.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:225.
- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscorides renovado” Ed. Labor 1985:101-102.

***Aloe ferox* Miller.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Aloe ferox* Miller.

Familia: *Liliaceae*

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: Aloe, aloe vera

Nombres vernáculos gallegos: no se conocen

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 777).

Parte utilizada: las hojas

Descripción, distribución y ecología.

Planta de hojas carnosas, fuertemente cotinizadas y espinosas, dispuestas en manojo sobre un tronco leñoso. Flores en espiga, de color amarillo o rojo.

Originaria de Sudáfrica y Kenia donde crece espontánea. Distribuyéndose su cultivo por Curaçao, Venezuela, Texas, Arizona, Florida. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B, 1995:141). Recientemente se están realizando cultivos en algunas zonas de España (Almería, Murcia, Islas Baleares e Islas Canarias).

2-Etnofarmacología

Piel.

Para cicatrizar heridas.

Se abre las hojas carnosas y el gel del interior se pone encima de la herida a modo de emplasto. Santa Comba (2 ref.), Rois (1 ref.).

Para cicatrizar heridas herpéticas.

Se abre las hojas carnosas y el gel del interior se pone encima de la herida herpética a modo de emplasto. Arteixo (1 ref.).

Para disolver hematomas.

Poner el gel del aloe en la zona del hematoma. Santa Comba (2 ref.).

Para las quemaduras.

Poner el gel de la hoja en emplasto sobre la zona de la quemadura. Santiago de Compostela (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Ribeira (1 ref.).

Locomotor

Para el reuma.

Preparando con alcohol y trozos de hoja de aloe en maceración una loción para poner tópicamente en las zonas de dolor. Muros (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

De las hojas se extrae el gel o extracto glicerinado o glicólico que es la parte más abundante en mucílagos con una importante acción farmacológica antiinflamatoria tópica, demulcente y cicatrizante. Estos principios activos hacen justificados los usos etnobotánicos encontrados del tipo: cicatrización de heridas, cicatrización de quemaduras así como también son de aplicación para dermatitis, eccemas y un alto número de patologías de piel que cursen con inflamación. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B, 1995:141).

La acción antirreumática, probablemente este justificada por una parte por la ligera acción activadora de la circulación (friegas de alcohol) y por otra parte por la disolución de mucílagos que tienen un efecto antiinflamatorio.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Existen referencias del uso popular de esta planta también como cicatrizante de heridas (acción vulneraria) en las investigaciones etnobotánicas realizadas en el Parque Natural Cabo de Gata –Níjar (Almería), además de como antiverrucoso, y repelente en el proceso del destete. (MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J., 1997:342-343).

También, se dan aplicaciones populares recogidas en estudios etnobotánicos a especies del mismo género como el *Aloe saponaria* Haw. que en el estudio etnobotánico en la provincia de Castellón donde la cita como vulneraria (cicatrizante) a parte de cómo antiséptica, hemostática y demulcente (MULET PASCUAL, L., 1991:58). Y en la provincia de Valencia en el estudio etnobotánico de Gatova, se recogen usos populares como el de antihistamínico, como agente cosmético, repitelizante y desinfectante para heridas y quemaduras, y como laxante y rubefaciente (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:155). Y del *Aloe maculata* All., que en el estudio etnobotánico de la plana interior del L'Alt Empordá y de Les Guilleries (Cataluña) se dan referencias de su uso popular, además de como vulnerario, como anticatarral, y antiinflamatorio intestinal. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002: 63).

En Marruecos se ha utilizado en medicina tradicional como: antiséptico vía externa, además de cómo purgante, vermífugo, colagogo, tónico amargo (BELLAKHDAR, J., 1978).

Por último, Pio Font Quer en su libro "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado", nos cita el uso de las diversas especies del género aloe indicando que en función de la dosis pueden tener efectos purgantes (a dosis suficientemente elevadas) o facultades estomacales o aperitivas (a dosis menores).

Entre las aplicaciones referidas en nuestro trabajo de la aplicación reumática en la que se utiliza la formulación del aloe con alcohol, no hemos encontrado ninguna aplicación similar en la bibliografía contrastada.

5-Bibliografía.

- BELLAKHDAR, J.; “Médecine traditionnelle et Toxicologie Ouestsahariennes. Contribution à l’Etude de la Pharmacopée Marocaine. Ed. Techniques Nord- africaines. Rabat. 1978.
- MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:342-343.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:58.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:63.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:141.
- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscórides renovado” Ed. Labor 1985: 884-886.
- SEGARRA DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:155.

***Althaea officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Althaea officinalis* L.

Familia: *Malvaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Altea, malvadisco, malvavisco.

Nombres vernáculos gallegos: Alteia, malvarisco.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 790).

Parte utilizada: Flor, raíz.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz, con tallo robusto de hasta 2 m, tomentoso-blanquecino. Hojas acorazonadas con 3-5 lóbulos y corto pecíolo. Flores grandes, blanco-rosadas, situadas en la axila de las hojas. Fruto característico en poliaquenio.

Planta helofítica Euroasiática, propia de lugares húmedos en general, bordes de cursos de agua, marismas y zonas pantanosas. Se cultiva para su explotación como planta medicinal. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:359).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para catarros.

Se hacen vahos con un puñado de trozos de raíz de altea en agua hirviendo. Curtis (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar heridas.

Se hace un cocimiento con un puñado de trozos de raíz de altea y se lava la herida con dicho cocimiento. Betanzos (1 ref.).

Para eczemas.

Se hace un cocimiento tanto de flores como de raíz se aplica en paños en la zona. Betanzos (1 ref.).

Para rozaduras.

Se pone un emplasto de las flores de altea en la zona rozada. Betanzos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Otro uso botánico referido es para evitar las brujerías (meigerias), para ello, cuando se acababa de labrar la tierra en la parte de arriba se ponían ramas de altea para espantar las meigas. Muxía (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La abundancia de principios activos como mucílagos glucurónicos y galacturónicos en la raíz a concentraciones de hasta el 30% justifican las acciones farmacológicas como antiinflamatorio, demulcente, protector de mucosas, Béquico y expectorante directamente relacionadas con los usos populares recogidos. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:359).

3.2-Referencias etnobotánicas.

A nivel etnobotánico existen algunas referencias sobre su uso en la plana interior del L'Alt Empordá y de Les Guilleries (Cataluña) donde ha sido utilizada como antiinflamatoria, además, de anticatarral, antiinflamatoria bronquial, antitusígena, analgésica, antirreumática, antidontálgica y para preparar licores de hierbas (ratafia). (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002: 64).

También, en el estudio etnobotánico de la provincia de Castellón se cita aunque dándole otras utilizaciones populares tales como ser laxante ligero, analgésico y como resolutive. (MULET PASCUAL, L.1991: 58-59).

También Pio Font Quer en su libro "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado" aporta algunos usos distintos como: para ablandar forúnculos y abscesos utilizando cataplasmas de la planta en caliente o las flores aderezadas con aceite de oliva para regularizar las funciones intestinales por su efecto ligeramente laxante y para ablandar la tos. (PIO FONT QUER, 1985:405-406).

No hemos encontrado ninguna referencia sobre utilizaciones mágicas o supersticiosas en la bibliografía contrastada.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:58-59.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:64.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOVA-VALENCIA.1995:359.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado". Ed. Labor 1985:405-406.

***Anthemis arvensis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Anthemis arvensis* L.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: manzanilla borde.

Nombres vernáculos gallegos: gamarza, macela, macela silvestre, magarcela, margarida bastarda, pampillo.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne, de 0,1-0,3 m, rizomatosa, de tendencia cespitosa, aromática, pubescente, con tallos ramificados, erectos. Hojas 2-3 pinnatisectas con laciniás lineares y tono verde-blancuzco. Capítulos (VII a IX) terminales con receptáculo cónico, de 1-2 cm de diámetro, brácteas en 2-3 series, ampliamente argentado-escariosas, flores de disco no apendiculadas en la base. Numerosas flores liguladas todas blancas. Aquenios amarillentos, sin vilano, no alados.

Planta distribuida fundamentalmente por el sector atlántico de la Región Mediterránea. Es frecuente en la mitad occidental de la Península Ibérica entre el mar y 1600 m. Crece en pastizales húmedos, nitrificados y pisoteados, sobre suelos bien drenados y de carácter ácido (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:182).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Sus flores junto con las de la caléndula (*Calendula arvensis* L.) y el crisantemo (*Chrysanthemum segetum* L.) para hacer ramos de plantas en San Juan para adornar las esquinas de las casas, puertas, ventanas y evitar a las brujas. Arteixo (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Probablemente como sus otros congeneres contenga, aunque en menores proporciones, un aceite esencial rico en ésteres mono y bifuncionales ácidos y alcoholes alifáticos de bajo peso molecular. Lactonas sesquiterpénicas

y flavonoides. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:182). Tiene un aroma de peor calidad que la otra macela gallega que es la *Chamaemelum nobile* (L.) All. (= *Anthemis nobilis* L.) Por lo que se considera como margarita de tercera clase (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E., 1996:384).

3.2-Referencias etnobotánicas.

Se trata de una planta que suele confundirse con la manzanilla común, aunque al tener muy poco aceite esencial se trata de una manzanilla poco aromática y de pocas propiedades que comúnmente es llamada manzanilla bastarda. (PIO FONT QUER, 1985:802-803).

Es una planta que Blanco reseña en las investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) escribiendo que se toma y que es confundida con la manzanilla aunque no aporta ningún uso especial. (BLANCO CASTRO, E., 1995:114).

En la bibliografía consultada se recoge otra especie de este género que es la *Anthemis cotula* L. en el estudio etnobotánico de la plana interior del L'Alt Empordà y de Les Guilleries (Cataluña) donde no se expone ningún uso aunque se hace el comentario de que no debe confundirse con la manzanilla porque no tiene aplicaciones medicinales. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:66).

No tenemos ninguna referencia contrastada como uso de adorno en floreros o mágico.

4-Observaciones.

Tanto *Anthemis arvensis* L. como *Calendula arvensis* L. reciben el mismo nombre vernáculo gallego: pampillo.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:114.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:66.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:182.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado". Ed. Labor 1985:802-803.

- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guia de plantas medicinais de Galicia". Galaxia.1996:384.

***Aphanes arvensis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Aphanes arvensis* L.

Familia: *Rosaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Alquimila arvense.

Nombres vernáculos gallegos: Patilobo, pé de león.

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba, de 0,02-0,25 m, sin tallos subterráneos desarrollados; raíz delgada, de color verde grisáceo. Hojas profundamente divididas en 3 segmentos, cada uno a su vez, dividido en 3-5 lóbulos, provistas de estípulas pequeñas (2-3x3-5 mm), incisas. Flores (IV-VII) verdoso-amarillentas, en general de menos de 2 mm de longitud, con sépalos ascendentes, cuando fructíferos erectos; 1-2 estambres.

Mala hierba de cultivos cerealísticos y prados terofíticos, frecuente en la Provincia Atlántica y en algunas comarcas lluviosas mediterráneas. Planta de distribución Eurosiberiana en sentido amplio. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:541).

2-Etnofarmacología.

Aparato genital femenino.

Para el flujo blanco

En lavados vaginales el cocimiento de la planta se ha utilizado cuando existe flujo blanco. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Aunque no se tienen datos sobre la composición química de esta planta, parece tener taninos hidrosolubles (6-8%). (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:541), lo que podría justificar su empleo en caso de infecciones vaginales.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No es frecuente la utilización de esta planta en medicina popular. Sólo se han encontrado referencias de su uso en Pio Font Quer, 1985 donde se describe como una planta astringente y tónica. Además en el tratado de plantas medicinales de Peris, J.B.; Stübing, G.; Romo, A., 2001, se referencian los

siguientes usos etnofarmacológicos: diurético astringente en el tratamiento de litiasis renal, disurias y edemas de origen hepático o renal.

5-Bibliografía.

- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001: 541.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado" Ed. Labor 1985:325-326.

***Apium graveolens* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Apium graveolens* L.

Familia: *Apiaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: apio, apio acuático, apio bravo, apio de agua, apio palustre.

Nombres vernáculos gallegos: Aipo, ampio, arupio, herba da fistola.

Parte utilizada: hojas y sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba aromática de 0,3-0,8 m, no estolonífera, erecta o raramente postrado ascendente, glabra y reluciente. Tallos huecos. Hojas adultas divididas en folíolos en general trilobados, con la parte superior inciso- dentada y la inferior cuneada, entera, hojas superiores a menudo opuestas. Umbelas cortamente pedunculadas o subsésiles con 6-12 radios desiguales, involucro e involucelulos. Flores (V-IX) blancuzcas. Fruto esferoidal, con 5 costillas primarias prominentes.

Vive en juncuales y herbazales, desarrollados sobre suelos húmedos, ricos en nutrientes y a veces subhalófilos. En la Península Ibérica es frecuente en las zonas marítimas rarificándose frecuentemente hacia el interior. Sin embargo crece entre el nivel del mar y los 1200 m. Planta de distribución mediterránea-euroasiática, que en la actualidad casi se puede considerar subcosmopolita. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:115).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario.

Para eliminar líquidos.

Se prepara una infusión de un puñado de planta y también se puede utilizar en la preparación de ensaladas y guisos. Carballo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para cocinar como condimento.

Para añadir a las comidas y para adobar carnes y pescados. Betanzos (1 ref.), Ribeira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Sus frutos contienen aceite esencial, rico en sesquiterpenos, monoterpenos, ptálicos y esteres cumarínicos. Las hojas frescas contienen un aceite esencial rico en monoterpenos, monoterpenonas, esteres terpénicos y ptálicos. En las raíces tiene también la presencia de aceite esencial con terpenos, ptálicos y furocumarinas.

El apiósido le da la acción diurética, eliminadora de líquidos.

3.2- Referencias etnobotánicas.

Pio Font Quer, considera como virtud más sobresaliente del apio: la diurética. Incluso afirma “un buen puchero con apio abundante, hace mear al más reacio” (PIO FONT QUER ,1985:488).

Por otra parte en los estudios etnobotánicos en las provincias de Huesca, Murcia y Granada también se contempla su acción como diurético. (MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J., 1997:211-212).

Como condimento para cocinar es su uso más generalizado sobre todo en la cuenca mediterránea.

Blanco en su estudio etnobotánico del Caurel comenta que es usado como antihemorroidal, antiespasmódico y en dismenorreas. (BLANCO CASTRO, E., 1995:66).

En el estudio etnobotánico de las tierras de Gerona, a parte de su aplicación alimentaria y diurética, se utiliza como cicatrizante y tranquilizante (vía interna) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:66)

Mulet en su estudio de etnobotánica castellonense la indica además como hipocolesteremiante, detoxicante y anticatarral. (MULET PASCUAL, L., 1991:68).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:66.
- MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:211-212.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:68.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:66.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001.
- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscórides renovado”. Ed. Labor 1985:488.

***Apium nodiflorum* (L.) Lag.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Apium nodiflorum* (L.) Lag.

Familia: *Apiaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: no se conocen

Nombres vernáculos gallegos: berraza, berro femia, brizo, labarza.

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Descripción, Distribución y ecología.

Planta perenne con tallos procumbentes ó ascendentes, de hasta 100 cm huecos y finamente asurcados, que enraízan en los nudos inferiores. Las hojas son pinnadas, con 7-13 segmentos de 10-60mm, de lanceolados a ovados algo lobulados. Las flores se reúnen en inflorescencias de tipo umbela, compuestas, con los pedúnculos más cortos que los 3-12 radios, que en ocasiones faltan; las brácteas también suelen faltar, o son hasta 2, y las bractéolas, entre 4 y 7, son ovadas ó lanceoladas, con un margen membranoso y blanquecino. El fruto es un mericarpo de 1,5-2mm, mas largo que ancho, ovoide, lateralmente comprimido con 5 costillas gruesas. Florece de abril a junio.

Crece en general en zonas húmedas (suelos encharcados), orillas de ríos y riachuelos (Fuente: www.Asturnatura.com).

2-Etnofarmacología.

Toxicidad.

No se debe dar de forraje a los conejos porque mueren envenenados. Coristanco (1 ref.).

Hay que tener cuidado porque se parece al berro y es muy tóxica. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se tienen referencias bibliográficas de su composición en sustancias activas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se recoge la advertencia de que se confunde con el berro, pero no se come (BLANCO CASTRO, E.).

4-Observaciones

Se suele confundir al coger el *Nasturtium officinale* L. (los berros), debido a que son muy parecidas las hojas, no así las flores que son diferentes.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:134.
- www.Asturnatura.com

***Armeria maritima* (Miller) Willd.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Armeria maritima* (Miller) Willd.

Familia: *Plumbaginaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: no se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: armeria, caravel mariño, carqueixa mariña, cravo mariño, herba de namorar, **herba empreñadeira**, **herba namoradeira**, herba namoreira.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea perenne, con cepa ramificada. Hojas en mata basal, lineales y planas, de 30-80 x 0.6 – 2mm, con 1-2 nervios, ápice obtuso, glabras o ciliadas en el nervio medio y márgenes. Inflorescencia en glómulo terminal con un involucro de 8-13 brácteas de color cobrizo, glabras. Que se prolongan en una vaina involucral de 6-25 mm, rugosa en la zona superior. Flores en cimas escorpioideas, cubiertas por brácteas especulares verdosas, a menudo con una mancha subapical purpúrea o ocrácea. Corola con pétalos rosa, soldados en la base.

Se distribuye en los roquedos, sobre todo en el litoral. En las costas del oeste de Europa hasta el norte del río Duero. (SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L., 1998:219).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para atraer la suerte.

Se utiliza para atraer la buena suerte. Se suele ofrecer cuando estas llegando al templo de San Andrés de Teixido, hay quien la lleva consigo o la tiene en casa detrás de la puerta. Ferrol (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Esta planta contiene una sustancia naftoquinónica: la plumbagina, que ejerce una acción antibiótica sobre los gérmenes esféricos- gram + - tales como los neumococos, estreptococos y estafilococos, pero puede resultar muy irritante para la piel. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E., 1996:294).

3.2-Referencias etnobotánicas.

No existen referencias ni medicinales ni mágicas sobre su utilización a nivel popular en la bibliografía etnobotánica contrastada.

4-Observaciones.

Los nombres vulgares de esta planta (“herba enamoradeira”, “herba empreñadeira”, “herba de namorar”) están particularmente relacionados con las prácticas mágicas relacionadas con el matrimonio y el embarazo. Circunscribiéndose su uso principalmente en la zona de: “Costa da Morte” de la Provincia de La Coruña. Sobre todo en los alrededores de San Andrés de Teixido, donde en la romería anual muchas personal acuden en busca de fertilidad. Su utilización pues, tiene más un componente mágico en relación con el lugar sagrado de San Andrés de Teixido, que una utilización medicinal. (PEREIRA POZA, ANTONIO, 2001:128).

Una planta afín es la *Armeria pubigera* (Desf.) Boiss., la cual recibe las mismas denominaciones vernáculas gallegas y aplicaciones que la *Armeria maritima* (Miller) Willd. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E., 1996:294).

5-Bibliografía.

- PEREIRA POZA, ANTONIO. “Ritos de embarazo e parto en Galicia”. Cuadernos do seminario de Sargadelos nº89. Edicións do Castro.Sada. A Coruña. 2001:128.
- SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L. “Guía da flora do litoral galego”. Edicións Xerais.1998:219.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ,A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.“Guía de plantas medicinais de Galicia”. Galaxia.1996:294.

***Arnica montana* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Arnica montana* L.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Árnica

Nombres vernáculos gallegos: herba cheirenta, herba da papeira, tabaco de montaña, talpica.

Parte utilizada: flores y sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 868).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea (20-70 cm) con un tallo único en cuya base se sitúa una roseta de hojas lanceoladas. Capítulos terminales y solitarios con flores amarillas, las de la fila más periférica liguladas y flosculosas el resto. Fruto en aquenio

De distribución euroasiática, se da en pastizales de montaña sobre suelos pobres en bases (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:158).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Como depurativa.

Se hace un cocimiento de la planta entera, para tomarla. Se utiliza de una a dos veces al día. Arteixo (1 ref.).

Para el catarro.

Se hace una infusión de las flores de árnica para tomar en caso de catarro. Boimorto (1 ref.).

Locomotor

Para el dolor de huesos.

Para los dolores articulares se prepara:

- Un macerado de árnica en aceite de oliva (aceite de árnica) que se aplica a las zonas magulladas. Se prepara con un puñado de flores de árnica en un litro de aceite y dejar macerar todo agitando de vez en cuando. Ferrol (1 ref.).

- Un macerado de árnica en alcohol para dar friegas en las zonas doloridas preparado con un puñado de flores de árnica en un litro de alcohol. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Betanzos (1 ref.), Melide (1 ref.).

Para el reuma.

Existen productos como cremas a base de árnica que son cómodos y eficaces para los problemas reumáticos. Aranga (1 ref.).

Piel

Como desinfectante.

Para lavar heridas y evitar que se infecten se hacía un cocimiento de la planta y luego se lavaba la herida. Cedeira (1 ref.).

Para las magulladuras, contusiones y hematomas.

Se hace un cocimiento de un puñado pequeño de flores de árnica y se lava la zona contusionada. Toques (1 ref.),

También se pueden impregnar paños del preparado y ponerlo en las zonas a tratar. Curtis (1 ref.).

Uso veterinario

Para ablandar bultos o tumores.

Se prepara un cocimiento de un puñado de flores de árnica, una vez filtrado se le añade pingo (grasa sin sal). Este preparado se pone en la zona del bulto o tumor para ablandarlo. Mañón (1 ref.).

Para las magulladuras.

Se utiliza bien poniendo un emplasto de la planta en la zona magullada Santa Comba o mojando un paño con la infusión que ponemos en la zona que queremos tratar Santa Comba (1 ref.).

Para las inflamaciones articulares.

Para las inflamaciones de las articulaciones a las vacas, se les hacía un cocimiento y se les ponía un paño impregnado con el líquido y con los restos de planta en los pies cuando tenían inflamaciones y andaban cojas. Ordes (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Se trata de una planta herbácea cuya composición alberga lactonas sesquiterpénicas (helenalina), triterpenos pentacíclicos (arnidiol, faradiol), Aceite esencial (timol y esteres de timol), Flavonoides (flavonas, flavonoles), taninos, ácidos fenilcarboxilicos (ácido caféico y clorogénico), cumarinas (umbeliferona, escopoletina), polisacáridos (ácidos urónicos), carotenos (alfa y beta carotenos) y fitoesteroles.

En base a esta composición se le atribuyen las siguientes acciones farmacológicas: rubefaciente (por acción del aceite esencial y las lactonas sesquiterpénicas), espasmolítico (por los triterpenos y flavonoides), colerético (por el aceite esencial, los flavonoides y los ácidos fenólicos), y por último: antieczematoso, antihistamínico, antiinflamatorio, antiartrítico, antineurálgico y antibacteriano por las lactonas sesquiterpénicas (0.2-0.5%).

Estas acciones farmacológicas justifican usos como: dolores articulares, reuma, magulladuras, inflamaciones, contusiones, hematomas y como desinfectante. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:158).

Conviene tener en cuenta, que el árnica, se trata de una planta con cierta toxicidad, por vía interna, pudiendo producir problemas digestivos, alteraciones nerviosas (alucinaciones, vértigos) y colapsos, por lo que no es aconsejable su empleo como depurativa. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:376).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la plana interior del L'Alt Empordá y de Les Guilleries (Cataluña) se encuentran referencias de su uso popular como antiequimótica (friegas en zona de equimosis de un macerado de árnica en vino) y formando parte de mezclas de plantas analgésicas. PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:68).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) también se encuentran referencias siendo utilizada popularmente en emplastos como vulnerarios y antihemorrágico. (BLANCO CASTRO, E., 1995:81).

4-Observaciones:

Se nos informa que es importante tener en cuenta que se debe cortar la planta en menguante de la luna de Agosto. Curtis (1 ref.).

También, se nos informa que el árnica, cuando se toma, puede ser fuerte y producir sarpullidos por todo el cuerpo Negreira (1 ref.).

Hace 25 años la recolección de árnica en Galicia se situaba en una media de 100 toneladas anuales. El saqueo indiscriminado de los campos ha disminuido su población.

Esta especie formaba parte, entre 1837 y 1840, de la huerta de plantas medicinales anexa al Hospital Real de Santiago. Esta huerta tenía como función abastecer la botica. La selección y uso de la misma era una de las funciones del farmacéutico del Hospital (FRAGA VILA, M^a ISABEL, 2004:126)

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:81.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:68.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:158.

- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinais de Galicia". Galaxia.1996:376.
- FRAGA VILA, M^a ISABEL; Capítulo: Utilización de plantas silvestres en la curación de dolencias de los peregrinos. "El HOSPITAL REAL de Santiago de Compostela y LA HOSPITALIDAD en el camino de la Peregrinación. Xunta de Galicia. Xacobeo 2004:126.

***Artemisia absinthium* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Artemisia absinthium* L.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Ajenjo, artemisa

Nombres vernáculos gallegos: Absintio, artemisia, asente, asentes, asento, **asenxo**, herba lombrigueira, herba de Nosa Señora.

Parte utilizada: Hojas y sumidades floridas.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz mediante órganos subterráneos, de olor característico y aspecto blanco-grisáceo. Tallos erectos angulosos y ramificados. Hojas pecioladas de tripinnatisectas a enteras en el ápice. Inflorescencias en racimos unilaterales, de capítulos pequeños y esféricos de color amarillento. Fruto en aquenio liso, de pequeño tamaño.

De distribución Euroasiática y Norteafricana, introducida en América del Norte. Gusta de suelos nitrificados y ambientales frescos (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:121).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros

Se toma licor de asentes, en unos vasos más pequeños que los chupitos. Arzua (2 ref.).

Se cocían unas ramas y se ponían calientes en el pecho y se tapaban para no coger frío dejando el emplastro hasta que se enfriara. Pontedeume (1 ref.).

Parasitosis

Para eliminar las lombrices.

Se hace una infusión de asentes y se mezcla con unto, con este preparado se frota alrededor del ombligo en redondos sin juntar. Santiago de Compostela (1 ref.).

Se pone una ramita de asentes debajo de la almohada tanto de niños como de adultos. Teo (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

Se hace una infusión poco cargada (una pizca para un vaso) y se toma a primera hora de la mañana 2-3 días seguidos. Sobrado (1 ref.), Trazo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación

Aunque el licor de Absenta está prohibido, hay gente que lo hace casero. Nuestro informante conoce a gente que lo fabrica. Dice que es muy fuerte. Arteixo (1 ref.).

Para quitar las enfermedades.

Se ponen ramas de asento, romero y ruda para hacer un cocimiento con el que hacemos un pediluvio, porque se nos dice que tira de la maldad hacia abajo y quita la enfermedad. Santa Comba (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Esta planta herbácea contiene en su composición:

-Aceite esencial (0.2–1.5%) con: tuyona (35-40%), tuyol (9%), monoterpenos (limoneno), sesquiterpenos (azulenos);

-Principios amargos: las más importantes son las lactonas sesquiterpénicas entre las que destacan la absintina, anabsintina, artabsina, etc.

Estos principios activos justifican algunas de los usos como el efecto vermífugo, especialmente frente a nematodos por las lactonas sesquiterpénicas. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:121).

No se ha encontrado ningún principio activo que justifique el uso anticatarral del ajeno con la bibliografía científica consultada.

Con la *Artemisia absinthium* L. se prepara por destilación un licor denominado absenta, actualmente prohibido por su toxicidad. Su consumo habitual conduce al absentismo (alteración nerviosa crónica que cursa con trastornos nerviosos, disturbios hepáticos y gástricos. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:121-122).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la Etnobotánica castellanense se utiliza en la medicina popular, además de, cómo vermífugo, hipotensor, hipoglucemiante, abortivo, colagogo, colerético, aperitivo, hepatoprotector, febrífugo, antiespasmódico y tónico amargo. (MULET PASCUAL, L., 1991:74).

En la investigación etnobotánica de las sierras del Caurel (Lugo) es utilizada también como antihelmíntica (para el dolor de barriga en niños con lombrices), como digestiva y tónico estomacal. (BLANCO CASTRO, E., 1995:82).

En el estudio etnobotánico de la plana interior del L'Alt Empordá y de Les Guilleries (Gerona) es utilizada como antihelmíntica (con usos externo y interno), emética, emenagoga, abortiva, digestiva, para preparar bebidas (ratafia) y como parte de la fórmula de mezclas de plantas analgésicas, antihistamínicas y

depurativas sanguíneas. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:68-69).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:82.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:74.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:68-69.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:121.

***Artemisia vulgaris* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Artemisia vulgaris* L.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Artemisa

Nombres vernáculos gallegos: artemexón, artemixa, artemixe, axenxo, Herba de Nosa Señora, herba de Santa María, herba madroa

Parte utilizada: hojas y sumidades floridas.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne pluricaule, de 0,6-2 m de altura, erecta, de olor desagradable. Hojas alternas, pecioladas 1-2 pinnatipartidas con los segmentos lobulados o divididos, discoloras (con su haz verde y su envés blancuzco, debido a la abundante presencia de tricomas tectores característicos). Capítulos (VI-IX) ovoides agrupados en amplia panícula, con una fila externa de flores femeninas filiformes y varias internas de flores bisexuales tubulosas, con la corola amarillenta

Crece en herbazales nitrófilos, desarrollados sobre suelos profundos y húmedos. En la Península Ibérica, está repartidas por toda la provincia Atlántica, de donde se irradia a la Región Mediterránea (especialmente al tercio superior peninsular), en donde forma parte de las etapas degradativas de las ripisilvas (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:164).

2-Etnofarmacología.

Aparato nervioso

Para tener más fuerza

Se mastican las hojas para dar fuerza, pues tiene un efecto "tónico", según nos informan. Arteixo (2 ref.).

Aparato urinario

Para infecciones de orina.

Se utiliza el cocimiento de la planta, mejor si es florida, para tomar. Trazo (1 ref.).

Usos veterinarios.

Se daba en el momento de parir un cocimiento de un puñado de la planta a las vacas para "librar bien"; es decir para expulsar o sacar bien la placenta. Ordes (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Esta planta contiene trazas de aceite esencial (con cineol y tuyona) y lactonas sesquiterpénicas (vulgarina). A altas dosis puede resultar tóxica.

Se ha empleado como aperitivo, eupéptico, acciones que pueden dar cierto efecto tónico general aunque no sea una planta tónica clásica. ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B., 1994:90-91).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la investigación etnobotánica de la plana interior del L´Alt Empordá y de Les Guilleries (Gerona) se utiliza como emenagoga vía interna. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:70).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:90-91.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l´Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:70.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:164.

***Arum italicum* Miller.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Arum italicum* Miller.

Familia: *Araceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: **Aro**, hierba de Aarón, jaro, jarro, jarillo, humillo, jumillo, cala, candiles, pie de becerro, rabaicán o rabiacana, hierba del juicio del año, llave del año, flor de la primavera, hierba del quemado. (PIO FONT QUER, 1985:960).

Nombres vernáculos gallegos: Charo, **herba das anadas**, herba do xaro, herba do xerro, velas do diaño, xairo, xearo (LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; NIÑO RICOI, E., 1992:125).

Parte utilizada: Hojas y tubérculos.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de floración primaveral, con las hojas hastadas. Con el limbo de unos 0.15-0.35 m, con venaciones blancas o uniformemente verdes (rara vez con manchas negruzcas), gruesas, con los lóbulos basales divergentes, las cuales aparecen a finales del otoño. Espata en forma de cucurucho, de un color blanco verdoso por fuera y amarillenta por dentro, mucho más larga que el espádice. Apéndice terminal del espádice de color amarillo, más largo que la zona estéril inmediata. Flores (IV-V) sin cubierta floral. Bayas rojizas y espiga fructífera de 10-15 cm.

Se desarrolla sobre suelos profundos, con humedad edáfica, frecuentemente en el estrato herbáceo de ripisilvas nitrificadas, especialmente olmedas y fresnedas. También, en sus orlas espinosas y en otras etapas degradativas (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:639).

Se trata de un geófito esciófilo exigente en suelos y en humedad edáfica, que forma parte en el territorio estudiado especialmente de la plana litoral cuaternaria del estrato herbáceo de olmedas y sus etapas degradativas (MULET PASCUAL, L., 1997:84.)

2-Etnofarmacología.

Piel

Para eliminar callos.

Se utilizan los tubérculos machacados en contacto con los callos durante toda la noche. Mañón (1 ref.).

Para madurar abscesos.

Se utilizan las hojas calientes en forma de emplastos sobre el absceso para madurarlo. Mañón (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La composición química del *Arum italicum* Miller., tan frecuente en España, es poco menos que desconocida. (PIO FONT QUER ,1985:960).

Por vía externa ha sido empleado, al igual que se nos ha comentado, en callos además de para quemaduras y sabañones. El zumo de la planta provoca vesículas en la piel y mucosas con las que entra en contacto. Esta puede que sea la justificación de su utilización en la maduración de abscesos.

Por vía interna no es recomendable su uso por su toxicidad. Se supone que el principio tóxico es un saponósido (aroina o aronina) que se encuentran en todas las partes de la planta. También se ha encontrado glucósidos cianogenéticos y oxalato cálcico que pueden actuar como agentes tóxicos.

Especial cuidado tenemos que tener con las bayas, rojas cuando están maduras, de color rojo (por la sustancia colorante licopina) y los niños que se encuentran atraídos por el color rojo escarlata de sus frutos y su sabor dulce. Se conocen casos mortales de intoxicaciones infantiles por comer sus bayas. (MULET PASCUAL, L., 1997:84-85).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la plana interior del L'Alt Empordá y de Les Guilleries (Gerona) es utilizada, la parte aérea, para la alimentación animal (truchas –truges-). (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. 2002:70).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) también se comenta su toxicidad y añadiendo que no la toma el ganado (BLANCO CASTRO, E., 1995:157).

4-Observaciones.

El nombre vulgar de “herba das anadas” se debe a que los campesinos gallegos predecían la abundancia o penuria de las cosechas según la evolución de sus flores. Las femeninas para la cogida del maíz, las masculinas para la del trigo, y los estériles para la del centeno. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E., 1996:98).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:157.
- LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; NIÑO RICOI, E.; “Nomenclatura vernácula da flora vascular galega”. Colección investigación y desenvolvemento N^o 4. Servicio de Estudos e Publicacións da Consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia, 1992:125.
- MULET PASCUAL, L “Flora toxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:84-85.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:70.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:639.
- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscórides renovado”. Ed. Labor 1985:960.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guía de plantas medicinais de Galicia”. Galaxia.1996:98.

***Asparagus officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Asparagus officinalis* L.

Familia: *Liliaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: esparraguera, espárrago.

Nombres vernáculos gallegos: Aspárago, asparragueira, espargo, espargueira (NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J., 1994:115-116).

Parte utilizada: Rizoma y turiones (brotes jóvenes).

Descripción, distribución y ecología.

Planta vivaz de hasta 1,5 m de altura, con rizoma corto del que nacen brotes carnosos (turiones) y raíces. Hojas reducidas a escamas membranosas, de cuya axila parten ramitas filiformes. Flores amarillentas solitarias o en pareja. Fruto en baya de color rojo.

Posiblemente originaria de Oriente, se cultiva con profusión sobre suelos arenosos para la recolección de turiones. Con frecuencia se naturaliza en medios psamófilos (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995,264).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para orinar

Se utilizan como diuréticos Tanto tomándolos como bebiendo su infusión si son verdes. Paderne (1 ref.).

Para las piedras de riñón.

El cocimiento de la planta (un puñado por taza) dicen que rompe y disuelve las piedras de riñón. Fene (1 ref.).

Aparato digestivo

Para las encías.

Se utiliza la raíz restregándose por las encías y los dientes cuando se siente dolor de encías. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Su uso como diurético se puede justificar en base a la presencia de inulina y saponósidos. Importante tener en cuenta que los saponósidos actúan irritando el parénquima renal, lo que ha hecho pensar que la ingesta de espárragos no aumenta la cantidad de orina que produce el riñón sino que provoca un aumento del número de micciones como consecuencia a esta irritación del parénquima renal. (PIO FONT QUER, 1985:899).

El uso de la raíz, para restregarla por las encías con el fin de descongestionarlas o fortalecerlas, podría estar justificado por la presencia de flavonoides (rutósido, quercetol, kenferol) de marcada acción antiinflamatoria (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995,264).

En cuanto al uso de la disolución de las piedras en riñón no se ha encontrado contratación bibliográfica aunque es muy probable que la misma acción diurética sea beneficiosa en principio para que no se hagan más grandes las litiasis existentes.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Las propiedades diuréticas de los espárragos son bien conocidas por todo el territorio nacional. A nivel etnobotánico existen citas de otras especies del género como *A. acutifolius* del que se usa la parte aérea para hacer coronas. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:71). También, se utiliza como estimulante de la circulación, además, de cómo diurético en Gátova (Valencia) (SEGARRA I DURÁ, EDUARD, 2008:157-158).

El *A. albus* L. que se utiliza como vasodilatador en sabañones, como espasmolítico en litiasis biliar y como diurético en afecciones renales. El *A. densiflorus* (Sprengeri) utilizado como antifúngico-antieczematoso, mediante la fricción de la esparraguera con la zona afectada. (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J., 1997.343-345).

4-Observaciones.

Su ingesta produce, pasado cierto tiempo, un olor desagradable característico en la orina debido a la presencia del metil-mercaptano, procedente de la hidrólisis de determinados derivados azufrados.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997.343-345.
- NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J. "Catalogo da flora vascular galega". Colección investigación y desenvolvemento Nº 5. Servicio de Estudios e Publicacións da consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia.1994:115-116.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:71.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995, 264.
- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscórides renovado”. Ed. Labor 1985:899.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:157-158.

***Asphodelus albus* Miller.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Asphodelus albus* Miller.

Familia: *Liliaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: gamón, asfodelus.

Nombres vernáculos gallegos: abóitega, abórtega, abriota, abrodiga, abroia, abroita, abrótea, **abrótega**, abrótena, albrotia, asfodelo, breca, brotia, cadavo, **gamota**, gavizo, herba do gando, limbrieiro, mórtegas, nunú, oruopesa, pé de pita, petuga. (LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; NIÑO RICOI, E.,1992:116).

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, perenne, con rizoma y raíces tuberosas gruesas. Los tallos son rígidos de hasta 1 m y rematan en una inflorescencia espiciforme, con flores blancas y a menudo ramificada en la parte inferior. Hojas rígidas numerosas en roseta basal, lineal-agudas, de 1-2 cm de anchura, con sección en forma de V. Brácteas florales pardo-negroides, bastante más largas que las flores en el momento de la floración. Periantio infundibuliforme, dividido casi hasta su base en 6 sépalos patentes cada uno de ellos de aproximadamente 3 cm de longitud, con una línea central más oscura. Androceo con 6 estambres, ovario supero con tres carpelos soldados, trilocular, estilo delgado y estigma mazudo. Fruto en cápsula de 1.5 cm de longitud, con 7-8 costillas transversales.

Se trata de un geófito de dispersión mediterránea-atlántica que en Galicia se encuentra con frecuencia en la Provincia de La Coruña. Crece en medio de tojos, helechos, pastizales y muchas veces en zonas incendiadas repetidamente sobre suelos sueltos o pobres en nutrientes, derivados de rocas sílicas en los pisos colino, montano bajo y supramediterráneo, por debajo de los 1200 m. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.,1996:101).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos

Para forraje de animales

Para alimento de forraje. Los jabalíes la comen porque les da energía. Aranga (1ref.).

Para jugar.

Los frutos de las abrotegas se utilizaban como munición de los tiratacos (cerbatanas). Con las ramas de Saúco se hacían cerbatanas ya que son huecas y para desembozar se utilizaba una ramita de Mirto. Había que tener cuidado pues hacían daño los proyectiles. Arteixo (1 ref.) y Dodro (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los tubérculos contienen asfodelina y asfodelósido. Es conocida su toxicidad al emplearla como forraje de animales aunque parece ser que los cerdos son los únicos animales que la toleran como alimento (MULET PASCUAL, L., 1997:89). Lo cual justifica que los jabalíes (*Sus scrofa*) la utilicen como alimento.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Encontramos referencias etnobotánicas en el estudio etnobotánico de la sierra del Caurel (Lugo), en el que se recoge el uso de forrajera para los cerdos (BLANCO CASTRO, E., 1995:75). Uso que también nos ha sido comentado en este trabajo.

También tenemos usos de especies distintas de *Asphodelus* en el estudio etnobotánico de la provincia de Castellón como: El *A. ramosus* L. citado como antieczematoso y antihemorroidal y el *A. fistulosus* L. se utiliza en Moró (La Plana Alta de Castellón) como forraje para dar de comer a los cerdos (MULET PASCUAL, L., 1991:82-83). Uso que concuerda con uno de los usos que se nos ha dado. Aunque también, Dioscórides pone de manifiesto que “trae mucho veneno” y comprueba que ningún animal se la come. (PIO FONT QUER, 1985:909).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:75.
- LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; NIÑO RICOI, E.; “Nomenclatura vernácula da flora vascular galega”. Colección investigación y desenvolvemento Nº 4. Servicio de Estudios e Publicacións da Consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia, 1992:116.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:82-83.
- MULET PASCUAL, L “Flora toxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:89
- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscórides renovado” Ed. Labor 1985:909.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guía de plantas medicinais de Galicia”. Galaxia.1996:101.

***Athyrium filix-femina* (L.) Roth.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Athyrium filix-femina* (L.) Roth.

Familia: *Athyriaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: No se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: fenta, fenta fémea, fento femia, fento manso, fieita.

Parte utilizada: Frondes.

Descripción, distribución y ecología.

Rizoma corto, escamoso de frondes que pueden llegar al metro. Los pecíolos no llevan escamas. La fronde se divide en foliolos y estos en lóbulos algo dentados. Los soros van alojados en ángulo haciendo un pequeño grano en cada lóbulo. Necesita de una cierta humedad y no demasiada luz. Suele crecer debajo de los árboles, en las riberas de los ríos, en piedras y muros. Es muy común en La Coruña. (GARCIA, XOSE RAMON; 1979:189).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Para las diarreas

Se usa haciendo un cocimiento del tallo para tomar el agua. Monfero (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer ramos

Se utilizaban para poner en medio de las flores para dar más tono verde. Ribeira (1 ref.).

Para las camas del ganado.

Para hacer las camas del ganado se utilizaban las frondes del fento femia. Ortigueira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se tienen referencias bibliográficas de su composición en sustancias activas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se han encontrado referencias ni etnofarmacológicas, ni etnobotánicas en las tesis contrastadas. Por lo que su utilización en caso de diarreas, recogido en el presente trabajo se trata de un uso novedoso.

En el libro “A cultura popular en Coristanco” en el capítulo dedicado a las plantas medicinales mencionan el uso de la fieita utilizándose los brotes para curar las heridas por puntas o clavos, machacando la planta y colocando el líquido que se extrae en la herida (FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a.; 1997:175).

5-Bibliografía.

- FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a; “A cultura popular en Coristanco”. Concello de Coristanco, 1997:175.
- GARCIA, XOSE RAMON. “Flora de Galicia”. Editorial Follas Novas.1979:189.

***Avena sativa* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Avena sativa* L.

Familia: Poaceae.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Avena

Nombres vernáculos gallegos: Avea

Parte utilizada: semillas

Descripción, distribución y ecología.

Planta anual, de 50-150 cm de altura, con hojas alternas, anchas y planas. Inflorescencia en panícula de espículas. Glumelas de las espículas glabras o glabrescentes, con raquis de las espículas que no se desarticula en la madurez.

Se cultiva en la mayor parte de los países con clima templado, en donde a menudo se subesponaeniza en yermos y bordes de caminos. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:162).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para madurar abscesos

Para ablandar y madurar abscesos o forúnculos se utiliza las cataplasmas de avena. Ortigueira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Sustancias activas como el almidón, lípidos, polifenoles (flavonas), las sales minerales (hierro, calcio, magnesio, fósforo, potasio), vitaminas (A, B1, B2, PP, E y D) justifican su uso externo como demulcente en eczemas, dermatosis, urticaria y prurito. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:162). (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B., 1994:93). Estas acciones van encaminadas a descongestionar, hidratar y desinflamar la zona tratada lo que probablemente puede ayudar a ablandar y madurar el absceso.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Han sido constatados otros usos etnobotánicos como laxante, en el estudio de “Les Terres Gironines” (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:72). También, en La Plana Alta de Castellón se utiliza como emoliente en los “dolores de costado” tomando como bebida única diaria un litro de caldo obtenido de la cocción de dos puñados de caldo en dos litros de agua. (MULET PASCUAL, L., 1991:84).

No hemos encontrado ninguna referencia en la bibliografía consultada sobre la utilización de la avena para madurar abscesos en la piel.

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; “Fitoterapia. Vademécum de prescripción”. Ed. CITA 1994:93.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:84.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:72.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:162.

***Betula alba* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Betula alba* L.

Familia: *Betulaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Abedul.

Nombres vernáculos gallegos: abidoeiro, abedugo, abedulo, abidueiro, berdoeiro, bideiro, **bidueiro**, **budio**, bidoeira (LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; NIÑO RICOI, E., 1992:34).

Parte utilizada: hojas, madera.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 692).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de hasta 30 m, con corteza blanco-plateada en las ramas jóvenes. Hojas pecioladas, acorazonadas en la base, finamente dentadas. Flores unisexuales, reunidas en amentos colgantes de color verde-amarillento. Frutos alados (sámaras).

Se trata de un árbol silicícola euroasiático, propio de las zonas templado-frías del hemisferio norte, en bosques aclarados (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:105). Crece en las cuatro provincias gallegas, aunque es mucho más abundante en las provincias de La Coruña y Lugo.

En la provincia de La Coruña por debajo de los 300 metros busca compensación edáfica, situándose en las vegas de los arroyos o en lugares encharcados en suelos del tipo pseudoglei. Por encima de los 300 metros forma parte de bosques

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para orinar.

Se utilizaba como diurético el cocimiento de las hojas. Coristanco (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

La sabia del bidueiro es buena para el riñón y, también, la recogen para hacer cosmética. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Metabolismo

Como depurativa.

Se utilizan las hojas de abedul como purificador de la sangre, Coristanco (1 ref.).

Se utiliza la sabia de abedul diluida en agua como depurativo. Betanzos (1 ref.).

Para la gota.

Se utiliza la sabia de abedul diluida en agua para eliminar ácido úrico y mantener a ralla las crisis gotosas. Betanzos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para construir agujas.

Se utilizaba para hacer agujas con las que luego se trabajaban las redes de pesca para repararlas. Cedeira (2 ref.).

Para construir carros.

Su madera es muy dura, por ello se utilizaba en utensilios que tuvieran mucho desgaste como en la construcción de carros y ejes. Más concretamente para construir los ejes de los carros que es donde más se utilizaba su madera. Vimianzo (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Cerdido (2 ref.), Oleiros (1 ref.).

Para la construcción de cestos en cestería.

Se utilizan las ramas jóvenes que se recogen en la primavera y se preparan para hacer cestos. Vimianzo (1 ref.).

Como hierbas sanjuaneras.

En la noche de San Juan las ramas de bidueiros y otras para espantar las meigas (brujas). Mazaricos (2 ref.).

Para leña

Se utilizaba como leña sobre todo ramas y tronquitos. Vimianzo (1 ref.).

Para las picaduras de ortigas.

Se restriegan las hojas en la zona de la picadura de ortigas hasta poner verde la zona. Sobrado (1 ref.).

Como sombra insana.

Lo dice porque al recostarse debajo de un bidueiro le daba como sueño y por ello cree que el bidueiro es insano. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para pescar truchas.

Nos dicen que se utilizaba el zumo encarnado de la corteza picada mezclado con pimiento picante. Dando como explicación que lo les ocurre a las truchas es que saltan porque les falta oxígeno y entonces se ven donde están y se cogen. Esto se hacía en un “rego pequeño” (pequeños riachuelos) no en ríos grandes y este tipo de prácticas está prohibido. Oroso (1 ref.).

Para hacer zuecos.

Su madera se utilizaba para hacer zuecos. Santiago de Compostela (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Cerdido (5 ref.), Negreira (1 ref.), Cedeira (2 ref.).

Se utilizaba por su madera más blanca para hacer zuecos a las mujeres que luego se llevaban a misa los domingos. Cedeira (2 ref.), Mañón (1 ref.), Ferrol (1 ref.).

Habían tipos de zocos distintos: las chinelas (que eran los zuecos más escotados, la boca era larga y tan solo tapaba los dedos del pie. Solía ser un

zapato de mujer) y las madreñas o madroas que eran para poner cuando estabas calzado. Ortigueira (1 ref.), Vilasantar (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas contienen aceite esencial (0.04-1%) conteniendo hasta un 98% de monotropitósido que se hidroliza en salicilato de metilo, Flavonoides (hiperósido, rutósido, quercitrósido, miricitrósido) lo que justifica una acción farmacológica diurética (Flavonoides), antiinflamatoria y analgésica (aceite esencial) que confirma la forma de utilización de la planta en caso de gota, como diurético y depurativo. ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B., 1994:57).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) Blanco Castro, constata el uso de su savia como vulneraria y además explica el uso de su madera para la fabricación de galochas (calzado de madera tradicional tipo zueco). (BLANCO CASTRO, E., 1995:73).

También, existen otros estudios etnobotánicos como los de las tierras de Gerona donde se constata la utilización de la *Betula pendula* Roth. para hacer muebles (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:73).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:57.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:73.
- LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; NIÑO RICOI, E.; "Nomenclatura vernácula da flora vascular galega". Colección investigación y desenvolvemento N^o 4. Servicio de Estudios e Publicacións da Consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia, 1992:34.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:73.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:105.

***Bidens aurea* (Aiton) Sherff.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Bidens aurea* (Aiton) Sherff.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Té bravo

Nombres vernáculos gallegos: té, bidentes.

Parte utilizada: hojas y sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne, casi glabra. Tallos de 50-180 cm. Hojas opuestas, lineales-lanceoladas, lanceoladas o profundamente divididas en lóbulos lineales acuminados y irregularmente serrados. Flores en capítulos solitarios sobre pedúnculos erguidos. Brácteas involucradas en dos hileras. 5 ó 6 flores en una fila, liguladas, amarillas con líneas purpúreas y estériles. Fruto en aquenio cuneiforme, de 4-7 mm.

Florece en los bordes de los caminos. Naturalizada en toda Europa. Originaria de América Central. (SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L., 1998:160).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para las digestiones pesadas.

Para remediar las indigestiones, consecuentes a transgresiones dietéticas (empachos), generalmente manifestados como dolor de estomago, estomago ocupado. Se hace un cocimiento de la planta entera para tomar varias veces al día. Coristanco (2 ref.), Rianxo (2 ref.), Ribeira (2 ref.), Carballo (1 ref.), Muxía (1 ref.), Dodro (2 ref.), Vimianzo (1 ref.), Cesuras (1 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para las diarreas en las vacas.

Cuando las vacas tienen diarreas se hace un cocimiento de la planta. Vimianzo (1 ref.), Coristanco (1 ref.).

Para las indigestiones.

Cuando los animales tienen indigestiones (empachos) generalmente se manifiestan con dolores en el vientre y gases. Se les prepara un cocimiento de la planta para dar al animal. Noia (1 ref.), Vimianzo (3 ref.), Carballo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No tenemos datos sobre la composición química de esta planta.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Se usa con por el mismo uso etnobotánico en el Caurel (Lugo) y amplias zonas de España, como digestivo-estomacal. (BLANCO CASTRO, E., 1995:147).

5-Bibliografía.

- SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L. "Guía da flora do litoral galego". Edicións Xerais.1998:160.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:147.

***Borago officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Borago officinalis* L.

Familia: *Borraginaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Borraja

Nombres vernáculos gallegos: borraxa, borraxe, burraxa, soaxe

Parte utilizada: Flores y sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual de 30-70 cm de altura, con tallos huecos, toda ella cubierta de grandes pelos rígidos. Hojas basales ovales, elípticas, con largo pecíolo, mientras que las superiores abrazan al tallo. Flores pedunculadas y colgantes, por lo general azuladas y más raramente blancas. Fruto en tetraquenio, que en la madurez se separa en cuatro núculas.

Es originaria de Asia Menor, es frecuente en campos, caminos y otros medios nitrificados de Europa y Norte de África (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:179).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros y los bronquios.

Se hacen cocimientos de la planta entera o de las flores varias veces al día. En algunos casos se añade unas cucharadas de miel al tomarse. Coristanco (1 ref.), Toques (1 ref.), Mañón (1 ref.), Ortigueira (1 ref.).

Piel

Para contusiones

En forma de emplastos de la planta en la zona de la contusión. Abegondo (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para las pulmonías de los animales se utilizaban cocimientos de planta de borraja y té bravo dando a beber varias veces al día. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El uso para los catarros y bronquitis se puede justificar en base a la presencia en las flores de mucílagos junto con los Flavonoides y la alantoína que dan acciones farmacológicas del tipo: antiinflamatoria, demulcente, reepitelizante, diurética y diaforética. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:179).

El uso para curar contusiones en forma de emplastos de la planta en la zona a tratar es también justificable por la acción demulcente y antiinflamatoria de los principios activos ya expuestos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En los estudios etnobotánicos hechos en la provincia de Gerona ha sido utilizada, al igual que en nuestro estudio, como anticatarral, además de como hipotensora y en aplicaciones alimentarias (las hojas se toman cocidas). (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:73).

El Ayuntamiento de Coristanco (La Coruña) en su libro "A cultura popular de Coristanco" también narra la utilización de la borraja para curar los catarros y la tos además, de curar la pulmonía de las vacas. (FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a; 1997:175). Usos que nos han dado nuestros informantes.

En la etnobotánica de Gátova (Valencia), se describe como usos populares los de antihistamínica, antiinflamatoria y diurética (SEGARRA I DURÁ, EDUARD, 2008:73-74).

5-Bibliografía.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:73.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:179.
- FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a; "A cultura popular en Coristanco". Concello de Coristanco, 1997:175.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:73-74.

***Brassica nigra* (L.) Koch.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Brassica nigra* (L.) Koch.

Familia: *Cruciferaeae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Mostaza negra

Nombres vernáculos gallegos: mostrada negra, **xebra**, xiebra.

Parte utilizada: semillas.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea bienal, de hasta un metro de altura, con las hojas de la base y medias divididas, y las superiores enteras y lanceoladas. Flores grandes, reunidas en racimos de color amarillo. Fruto en silícula, adpreso al tallo.

Es originaria de Europa centro-meridional y norte de África. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:378).

2-Etnofarmacología.

Usos veterinarios

Para la garganta

Para las laringitis, en vacas se emplean fomentos (aplicación bien caliente) sobre la garganta. Friccionar la región con mostaza negra disuelta en agua fría (la harina de la semilla se fricciona con agua). Carral (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El empleo de fomentos de mostaza negra sobre la garganta en casos de faringitis en animales está justificado en base a la existencia de compuestos azufrados y nitrogenados (sinigrósido o alil-glucosinolato) que por hidrólisis producen una fuerte reacción inflamatoria cutánea utilizada como terapia derivativa. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:378).

3.2-Referencias etnobotánicas.

Existen referencias del uso de esta planta en el estudio de etnobotánica de la Sierra del Caurel (Lugo) donde su uso es el de sedante para los nervios,

machacando la planta y poniéndola a modo de emplasto en la planta de los pies. (BLANCO CASTRO, E., 1995:121).

En los estudios etnobotánicos de las tierras de Gerona es utilizada la harina de mostaza en mezclas de plantas antipiréticas y antipneumónicas. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:75).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:121.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:75.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:378.

***Brassica oleracea* L. var. *acephala* DC.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Brassica oleracea* L. var. *acephala* DC.

Familia: *Cruciferaeae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: col, **berza gallega.**

Nombres vernáculos gallegos: bertón, **berza galega**, coellas, coia, **couba**, Coubella, couve galega, orto.(NIÑO RICOI, E.;LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J., 1994:50).

Parte utilizada: hojas y sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta glabra, de 0,4-1,5 m , a menudo fruticulosa de color verde glauco, con tallo cubierto de cicatrices foliares. Hojas grandes, oblongas y algo carnosas, con limbo irregularmente inciso, sésiles, formando rosetas. Flores (III-VI) grandes con 4 sépalos erectos y 4 pétalos amarillos. Fruto en silicua.

Cultivada y con frecuencia subespontánea en medios nitrificados con suelos profundos y húmedos. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:242). Prefiere las zonas de la costa y resiste mejor el frío que las altas temperaturas. (ORDÁS, A. "La horticultura española". Ediciones de horticultura. Reus, Tarragona, España. 2000:146-147)

2-Etnofarmacología.

Piel

Para la maduración de abscesos.

Se utilizan las hojas calientes para aplicar en la zona del absceso a modo de emplasto para así ir madurándolos. Vimianzo (1 ref.)

Usos veterinarios.

Para la tos.

Se quemaba el tallo y las cenizas se utilizaban para aplicar a los cerdos en la garganta. Monfero (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para poner debajo del pan.

Las hojas de berza se utilizaban en los pueblos para ponerlas debajo del pan de brona (pan de maíz). Carballo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Tanto por vía interna como externa es cicatrizante debido a su contenido en vitamina U, además de tener un efecto demulcente y emoliente por su contenido en mucílagos, que hace que se relajen y se ablanden las partes inflamadas tratadas. Así pues, el uso de las hojas calientes en la maduración de abscesos puede ser justificable desde el punto de vista de la composición en sustancias activas que presenta la hoja. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:242).

En cuanto al uso veterinario de utilizar la ceniza del tallo para aplicar a los cerdos en la garganta contra la tos no se ha encontrado justificación posible con la bibliografía farmacológica científica contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Existen referencias de usos etnobotánicos dentro de la misma variedad de esta planta en distintos trabajos desarrollados a lo largo de la geografía española, así:

En los estudios etnobotánicos del “L’Alt Empordà i de les Guilleries” (Gerona) se encuentran entre los usos populares recogidos el de resolutiva para la maduración de forúnculos, mediante la utilización de hoja caliente (“rescaltejada”) que lo recubre para que este madure y reviente. Aplicación equivalente a la recogida por nosotros en cuanto a uso y forma de actuación. Además también aporta otros usos como antiequimótica (aplicando la hoja directamente sobre el moratón) y como antidiarreica en uso veterinario. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:74).

En las investigaciones etnobotánicas de la Sierra del Caurel (Lugo) Blanco nos habla de la importancia que a nivel de alimentación ha tenido y aún sigue teniendo actualmente en la Galicia rural. También recoge como uso medicinal de esta planta su efecto antiulceroso (utilizando jugo de las hojas jóvenes), además del uso forrajero que se hace de la planta, donde dice que “la berza constituye la alimentación básica de los cochos (cerdos)”. (BLANCO CASTRO, E., 1995:84).

También hay referencias de la *Brassica oleracea* L. aunque no se especifica la variedad, en las investigaciones etnobotánicas del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería), donde es utilizada como antiespasmódica para aliviar cólicos gastrointestinales empleando las hojas en emplastos sobre el vientre. También existen referencias en la etnobotánica de Gátova (Valencia) como cicatrizante, desinfectante y rehidratante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:76).

4-Observaciones.

Esta planta junto con el grelo (*Brassica rapa* L.) son indiscutiblemente las dos verduras que más tradición culinaria y consumo tienen en Galicia.

El consumo de grandes cantidades de berzas en poblaciones mal alimentadas puede dar lugar a trastornos en el funcionamiento de la tiroides con aparición del bocio. Las sustancias bociógenas (principalmente ión tiocianato) que se han identificado son: glucosinolatos de sinigrina, glucobrasicina, progoitrina, gluconapina, neoglucobrasicina, glucoiberina y glucobrasicanapina. El contenido en tiocianato va a variar según la parte de la planta (máximo en hojas jóvenes) y la época del año (máxima cantidad en septiembre y octubre). (MULET PASCUAL, L., 1997:101).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:84.
- MULET PASCUAL, L “Flora toxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:101.
- NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J. “Catalogo da flora vascular galega”. Colección investigación y desenvolvemento N^o 5. Servicio de Estudios e Publicacións da Consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia.1994:50.
- ORDÁS, A. “ La horticultura española”. Ediciones de horticultura. Reus, Tarragona, España. 2000:146-147.
- PARADA, M.; SELGA A.;BONET, M.A.;VALLES, J.“Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:74
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:242.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:76.

***Bryonia cretica* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Bryonia cretica* L.

Familia: *Cucurbitaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: brionia, nueza, nueza blanca, espárragos de cruz.

Nombres vernáculos gallegos: boudaña, cabeceira brava, cabeceira da raposa, caiño, herba dos lamparóns, herba papeira, nabo caiño, navo da norza, nabo de boudaña, naboda, Souza, **saltasebes** (NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J., 1994:74).

Parte utilizada: frutos

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de 1-3 m, con raíz engrosada en tubérculos, trepadora, con tallos delgados provistos de zarcillos opuestos a las hojas, estas peciolados, divididos en 3-5 segmentos lobulados, de ápice obtuso y cubiertas de pelos rígidos. Flores (V-VII), verdosas, pentámeras y unisexuales, dispuestas en fascículos axilares y en pies diferentes. Fruto en baya globulosa, de color rojizo en la madurez

Entra a formar parte como planta lianoide de bosques caducifolios riparios y sus orlas espinosas, sobre suelos profundos y húmedos con óptimo en medios más o menos nitrificados y umbrosos, entre el nivel del mar y 1625 m. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:295).

2-Etnofarmacología.

Aparato Locomotor

Para el reuma.

Los frutos de color rojo, son bolas que se ponen a macerar en aceite después de unas semanas macerando, se utiliza el aceite para dar friegas en la piel en dolores reumáticos. Son rubefacientes, dan calor. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

También se utilizan los frutos maduros frotándolos en la zona del dolor. Boimorto (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Se trata de una planta que tiene en su composición química sustancias como triterpenos, aceite esencial, principios amargos (cucurbitacinas), ácidos grasos polihidroxilados y lectinas (briodiofina). Estos principios por uso interno son purgantes drásticos e incluso pueden ser eméticos y por vía externa, convenientemente diluida se emplea como revulsiva y vesicante en el tratamiento del reumatismo articular (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:295). De esta manera podemos justificar el uso encontrado por nosotros en el que se utiliza una maceración de bayas en aceite (oleato) para utilizar el aceite y dar friegas en las zonas de dolor.

No conviene nunca utilizar directamente el zumo de los frutos o tubérculos sobre la piel, ya que puede provocar necrosis celular.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Existen referencias de usos etnobotánicos de la *Bryonia cretica* L. en el L'Alt Empordá i de les Guilleries (Gerona) donde se utiliza como resolutive usándose la planta en emplasto en la zona infectada y además, como antiséptica y cicatrizante entrando a formar parte de formulas de plantas resolutivas y vulnerarias. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J., 2002:74).

4-Observaciones.

Se trata de una planta tóxica que antiguamente formó parte de alguna farmacopea. Por vía interna a dosis bajas es un purgante muy fuerte. Si no se dosifica adecuadamente puede provocar diarreas coleriformes y hemorragias intestinales. Con la ingestión de 15 frutos puede morir un niño incluso algunos autores consideran esta cantidad mortal incluso para un adulto (otros consideran la dosis mortal en adultos entre 40-50 frutos).

En la raíz existen sustancias (cucurbitacinas) con acción citotóxica y anticancerosa que se encuentran en fase de investigación. (MULET PASCUAL, L., 1997:101).

Actualmente, es muy empleada en homeopatía contra afecciones pulmonares y problemas reumáticos. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E., 1996:257).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L "Flora toxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:101.
- NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J. "Catalogo da flora vascular galega". Colección investigación y desenvolvemento Nº 5. Servicio de Estudios e Publicacións da consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia.1994:74.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:74.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:295.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guía de plantas medicinais de Galicia”. Galaxia.1996:257.

***Buxus sempervirens* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Buxus sempervirens* L.

Familia: *Buxaceae*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: boj , bujo, boje.

Nombres vernáculos gallegos: boxe, buxe, **buxo**, mirta.

Parte utilizada: hojas, madera.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto monoico perennifolio denso, de 0,5-2,5 m, con hojas opuestas, decusadas, enteras, obadas, duras y lustrosas, por lo general emarginadas en el ápice. Flores (II-IV) poco vistosas y dispuestas en glomérulos axilares con una flor central femenina rodeada por flores masculinas que presentan una envuelta de 4 piezas y 4 estambres. El fruto es capsular, de forma ovoide, con 3 cuernecitos apicales, y contiene 6 semillas negras y brillantes

Se puede encontrar en el estrato arbustivo de robledales, hayedos, pinares y carrascales frescos, así como en umbrías frescas. NO es infrecuente en los roquedos formando parte de la vegetación rupícola de cantiles umbrosos y crestas venteadas. A veces forma parte también de las orlas espinosas y matorrales de sustitución de bosques caducifolios de zonas montañosas. Fuera del ambiente nemoral sus hojas adquieren durante el invierno un intenso color rojizo, entre 100 y 2100 m Distribución submediterránea. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:258).

2-Etnofarmacología.

Toxicidad.

Es un arbusto que puede convertirse en un árbol. Todo él es tóxico, empezando por sus flores y las ramas son tóxicas para el ganado. Dodro (1 ref.), Mañón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para el domingo de Ramos.

El domingo de ramos se llevan a la iglesia ramas de Buxo, loureiro (laurel), olivo, etc. para bendecirlas y luego se guardan en casa. Mazaricos (1 ref.) y Santa Comba (1ref.).

Para hacer instrumentos musicales.

Su madera para hacer instrumentos. Como por ejemplo gaitas, turroñolas (castañuelas) y las baquetas que de este material dan un sonido distinto.

Es una madera muy resistente y muy compacta, que además queda lisa frotándola con otra madera de boj o incluso con un paño de lana. Es importante que este muy seca para trabajarla. Dodro (1 ref.), Carnota (1 ref.) y Negreira (1 ref.).

Para hacer herramientas.

Para hacer mangos de azadas, palas. Incluso es tan dura que se ha utilizado mucho para hacer los cepillos de los carpinteros. Carnota (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Debido a la presencia de alcaloides de estructura esteroídica (auxina), aceite esencial y resina es una planta peligrosa que puede producir intoxicaciones. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:258). La presencia de estos principios justifica la información dada de que se trata de un arbusto o árbol que es todo tóxico y incluso las ramas los son para el ganado.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Existen referencias de usos etnobotánicos del *Buxus sempervirens*. en L'Alt Empordà i de les Guilleries (Gerona) donde se utiliza en infusión para afecciones reumáticas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:75).

También, Blanco en su estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) la cita para utilizar su madera para la fabricación de mangos de cuchillo y de instrumentos musicales (gaitas). (BLANCO CASTRO, E., 1995:85). Usos etnobotánicos que también han quedado referenciados en nuestro estudio.

5-Observaciones.

Se han visto adulteraciones –falsificaciones- de las hojas de boldo con las de boj con el consiguiente peligro de toxicidad. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:258).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:85.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:75.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:258.

***Calamintha nepeta* (L.) Savi.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Calamintha nepeta* (L.) Savi.

Familia: *Labiatae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: No se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: Herba das aceitonas, **nébeda**, néboda, nepeta, néveda mayor, **névoda**.

Parte utilizada: La sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta muy ramificada, con las ramas bastante largas, herbáceas, pero con la base leñosa. Las hojas, de más de un centímetro de largo, son ovadas con el margen débilmente dentado, de color verde negruzco por el haz y lanuginosas y blanquecinas por el envés, de olor y sabor de menta. Las flores se agrupan en las axilas de las hojas superiores, son de color blanco a violáceo o morado con un largo tubo que sobresale del cáliz. Vive en lugares forestales húmedos. Florece en verano y en otoño (Fuente: www.herbariovirtual.uib.es (Universitat de les Illes Balears)).

Crece en bosques poco espesos, setos y ribazos, lugares incultos, al pie de muros, etc.

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Para mejorar la digestión

Se toma infusiones de las hojas o la planta entera a modo de infusiones digestivas, o incluso para las digestiones pesadas. A veces por su sabor agradable se toma la infusión como postre o en vez del café. Arteixo (2 ref.).

Piel

Como cicatrizante.

Se utilizan las hojas frescas y limpias para poner en forma de emplastos encima de las heridas. Monfero (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

En alimentación

Debido a su sabor dulzón, agradable quien la conoce la utiliza por su sabor. Puede utilizarse añadiendo al agua de cocción de las patatas unas ramitas (Oleiros (1 ref.)), puede añadirse a los bolos de harina de maíz (Ribeira

(1 ref.)) o incluso añadir unas hojas a la tortilla para darle un sabor más rico (Touro (1 ref.), Boqueixón (1 ref.))

Para cocer castañas, es para lo que más se utiliza, en este caso se ponen las castañas a cocer en agua a la que se añade unas ramitas de néveda. Aranga (2 ref.), Cedeira (5 ref.), Carral (1 ref.), Arteixo (3 ref.), Betanzos (2 ref.), Vilarmador (1 ref.), Ribeira (2 ref.), A Capela (1 ref.), Cerdido (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Dumbria (1 ref.), Lousame (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Vedra(1 ref.), Ordes (2 ref.), Carballo (1 ref.), Culleredo (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

También se utiliza la néveda para hacer embutido de cerdo: longanizas, morcillas. A las que se añaden ramitas trituradas de la planta y son mezcladas con la masa antes de proceder a rellenar. Camariñas (2 ref.).Vimianzo (3 ref.), Muxía (3 ref.), Cerdido (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En su composición tiene aceite esencial que contiene hasta el 57% de pulegona, l-mentona y l-alfa-pineno.

La presencia de pulegona en el aceite esencial dota a la planta de acción farmacológica estomáquica que justifica su uso popular como digestiva (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.1995:83).

El uso como cicatrizante se puede explicar con la presencia del efecto antiséptico del aceite esencial (pinenos).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea en medicina popular como astringente, digestiva, para el parto, para el dolor menstrual, para las picaduras de ortigas y para el catarro (SAN MIGUEL, ELIA. 2004:247).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza con el nombre de poleo, nombre que se da a otros taxones (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:248).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del congénere *Calamintha sylvatica* Bromf. que se utiliza popularmente como antiespasmódica y antihelmíntica. Además, de cómo condimento (BLANCO CASTRO, E.; 1995:122).También tenemos referencias del empleo de este congénere en la etnobotánica castellanense donde se emplea como tónico estomacal y refrescante bucal (MULET PASCUAL, L.; 1991: 97). En la etnobotánica de Gátova (Valencia) se nombran usos populares de la *Calamintha officinalis* Moench como carminativa y digestiva (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:134).

4-Observaciones.

Asimismo es conocida como neveda a la *Calamintha clinopodium* Benth.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:122.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:248.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:97.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:83.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias). Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:247.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:134.
- www.herbariovirtual.uib.es (Universitat de les Illes Balears).

***Calendula arvensis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Calendula arvensis* L.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: caléndula

Nombres vernáculos gallegos: herba do podador, ollo de boi, pampillo, pampullo

Parte utilizada: capítulos florales.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual, de 0,1- 0,4 m, difusa, pubescente, de color verde claro, con numerosas hojas sésiles, oblongo-lanceoladas, subenteras y alternas. Flores (I-XII) amarillas o amarillo-anaranjadas, agrupadas en capítulos terminales solitarios. Frutos sin vilano, arqueados y provistos de pequeños apéndices espinosos sobre el dorso.

Crece en campos de cultivo, en herbazales arvenses y en ocasiones ruderal-viarios, yermos alterados y otros medios subnitrófilos, entre el nivel del mar y 2300 m . Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:167).

2-Etnofarmacología.

Aparato auditivo

Para la inflamación de oídos

Se introduce una cantidad de flor de caléndula en aceite de oliva a macerar y después se usa ese aceite para poner unas gotas dentro del oído. Coristanco (1 ref.).

Oftalmología

Para la inflamación de los ojos

Para las conjuntivitis se hacen lavados oculares con una infusión de un pequeño puñado de las flores para un vaso. Dicen que tiene un efecto antibiótico. Abegondo (1 ref.).

Piel

Para el acné

Se utiliza la infusión de las flores en algodoncitos ó compresas para poner en la cara o espalda donde se tengan los granos inflamados. Ferrol (1 ref.).

Para cicatrizar heridas.

Utiliza la caléndula machacada y mezclada con cera de abeja virgen para hacer un cerato que coloca en la herida varias veces al día. Arteixo (1 ref.).

También se utiliza la infusión de las flores para lavar las heridas. Cesuras (1 ref.).

Para inflamaciones en piel.

Las flores de caléndula se utilizan para quitar la inflamación mediante compresas empapadas de una infusión de las flores de caléndula; cargada (un puñado pequeño por vaso de infusión). Monfero (1 ref.) y Fene (1 ref.)

Para la soriasis.

Incluso en brotes de soriasis da buenos resultados a nivel de piel, poniendo compresas de una infusión de caléndula en la zona soriática. Toques (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Se utiliza como una hierba de San Juan, cogiendo la sumidad florida y se arreglan con ella; entre otras plantas, con flor en floreros o ramos que se ponen en las esquinas de las casas, ventanas, puertas. Incluso se deja a remojo toda la noche de San Juan para lavarse la cara a la mañana siguiente y así tener un mejor cutis todo el año (según la creencia). Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la composición química de los capítulos florales entran a formar parte los flavonoides y carotenoides como antiedematosos, antiinflamatorios, cicatrizantes y reepitelizantes y los saponósidos triterpénicos que presentan una acción viricida, al menos in vitro, frente a al rinovirus.(PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.1995:188). Lo que justificarían sus usos, para conjuntivitis, otitis, dermatitis, psoriasis, acné y la cicatrización de heridas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Se han encontrado referencias de la *Calendula arvensis* L. en el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) donde es utilizada como alimento para los animales (uso forrajero) y con fines culinarios en alimentación humana. (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J., 1997:319-320).

También, ha sido utilizada la *Calendula arvensis* L., al igual que la *Calendula officinalis* L. en dermatitis y eczemas uso tópico en las investigaciones etnobotánicas de Gerona. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J., 2002:76). En el tratado de etnobotánica farmacéutica de Gatova la *C. arvensis* L.

es utilizada popularmente como cicatrizante, desinfectante y hemostático; mientras la *C. officinalis* L. es usada como antiácido, tranquilizante, colorante, antiulceroso, antiinflamatoria, cicatrizante, emenagogo y cosmético (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:49-50).

Mientras que en el estudio etnobotánico de la provincia de Castellón, Mulet hace referencia únicamente a la utilización de la *Calendula officinalis* L., de la que comenta su empleo como vulneraria, cicatrizante y analgésica (usos encontrados en el presente estudio), además, de como colerética, emenagoga, antidismenoréica y hipocolesteremiante. (MULET PASCUAL, L., 1991:97-98).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:319-320.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:97-98.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:76.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares” Ediciones Jaguar2001:167.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:188.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:49-50.

***Calluna vulgaris* (L.) Hull.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Calluna vulgaris* (L.) Hull.

Familia: *Ericaceae*

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: bermeja, brecina, brezo común, querihuela, quirihuela.

Nombres vernáculos gallegos: **carpanza**, carpaza, carrasca, carrasco, **queiroa**, queiroga, queirua, queiruga, queiruga de cruz, quiroa, quiroga, urze, urce do monte, **uz montés**.(NIÑO RICOI, E.;LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.,1994:81-82).

Parte utilizada: sumidades floridas.

Descripción, distribución y ecología.

Subarbusto tortuoso, con abundantes ramas pardo- rojizas provistas de pequeñas hojas persistentes y sentadas dispuestas en cuatro filas longitudinales. Flores de color rosado en racimos. Fruto en cápsula.

Crece en matorrales seriales sobre suelos silíceos del hemisferio norte (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:181).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para las cistitis.

Para las infecciones de orina, se hace una infusión de Queiroa con un puñado de ramitas. Arteixo (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los principios activos de la *Calluna vulgaris* son, fundamentalmente, los taninos, que se comportan como astringentes y vulnerarios, el arbutósido; que es un heterósido, el cual se comporta como un antiséptico urinario y los flavonoides que le dan un efecto diurético con lo queda plenamente justificado su uso en cistitis.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Se han detectado usos de esta planta en el estudio etnobotánico de la provincia de Castellón donde se ha empleado como diurética (al igual que en nuestro estudio) y adelgazante tomando decoctos de la parte aérea de la planta. (MULET PASCUAL, L., 1991:98).

También, se ha encontrado una referencia en el estudio etnobotánico de las tierras de Gerona (plana interior de L'Alt Empordà i de les Guilleries) donde se testimonia que un informante la recolecta para venderla, pero no sabía para que se usaba. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J., 2002:76)

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:98.
- NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J. "Catalogo da flora vascular galega". Colección investigación y desenvolvemento Nº 5. Servicio de Estudios e Publicacións da consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia.1994:81-82.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:76
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:181.

***Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medicus.

Familia: *Cruciferaeae*

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: pan y quesillo, **bolsa de pastor.**

Nombres vernáculos gallegos: bolsa de pastor, **herba dos dentes, pan e queixiño,** panqueixo, poutas de zorro

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea con tallo erecto-ascendente de hasta 40 cm de altura. Hojas basales en roseta, más o menos dentadas, las medias y superiores sentadas y enteras o ligeramente dentadas. Flores blanco-rosadas, en racimos. Fruto en silícula pedicelada, de forma triangular.

Es una planta nitrófila subcosmopolita, que gusta de prados secos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B., 1995:178).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para cortar las hemorragias.

Se utiliza el cocimiento de un puñado pequeño en un vaso de agua para cortar las pequeñas hemorragias. Coristanco (1 ref.).

Aparato genital femenino.

Para las reglas excesivas.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida a razón de una pizca a un puñado pequeño en un vaso de agua. Tomando de 1-2 infusiones al día, varios días. Arteixo (1 ref.) y Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La presencia de aminos vasoactivos (tiramina, colina, histamina), flavonoides y taninos, le confieren propiedades vasoconstrictoras, hemostáticas y cicatrizantes acordes al uso de hemorragias de cualquier etiología hacen que los usos encontrados: reglas excesivas y para cortar hemorragias estén más que

justificados. (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B., 1994:102).

3.2-Referencias etnobotánicas.

Existen referencias etnobotánicas del uso de esta planta a nivel de la provincia de Castellón donde se emplea popularmente como antiinflamatoria, antiséptica antiotálgica, en prostatitis, en nefritis y como hipotensora. (MULET PASCUAL, L., 1991:99-100).

En el estudio etnobotánico de Girona se enuncia su empleo popular como antimenorrágica. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:77). Uso que además coincide con uno de los hallados por nosotros.

En el Recetario usado por los antiguos peregrinos del Camino de Santiago se utiliza el cocimiento de la planta fresca para tomar 3 veces al día en caso de metrorragias y, también, en el tratamiento contra la supuración de los oídos - poner unas gotas del zumo colado de las hojas frescas cada 4 horas- (MUGARZA, J.; 1993:36-37).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), Blanco la nombra aunque no da ningún uso especial (BLANCO CASTRO, E., 1995:85).

En la etnobotánica de Gátova (Valencia) es utilizada popularmente como capilarotro y hemostático (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:77).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:102.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:85.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:36-37.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:99-100.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:77.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:178.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:77.

***Capsicum annum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Capsicum annum* L.

Familia: *Solanaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cayena, guindillo de las indias, pimentón picante, pimiento picante.

Nombres vernáculos gallegos: pimenteiro, pemento, pemento picante, pimento.

Parte utilizada: Fruto maduro desecado.

Descripción, distribución y ecología.

Planta subleñosa de porte arbustivo. Hojas oblongas, verde-brillantes, de cuya axila parten flores solitarias blancas. Fruto en baya poco carnosa y de color y forma variable, conteniendo numerosas semillas amarillentas.

Originario de América del sur y cultivados por todo el mundo en zonas de clima templado-cálido (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:205).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para pesca ilegal

Para atontar truchas se utiliza la cáscara de abedul con pimiento picante, se pica todo y se echa a una charca pequeña. Dice nuestro informante que lo que les ocurre es que saltan porque les falta oxígeno y entonces se ven donde están y se cogen. Esto se hace en un riachuelo pequeño no en ríos grandes. Oroso (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La presencia de capsaicinoides de efecto rubefaciente actúan como revulsivos cutáneos y han sido utilizados en patologías como reumatismos articulares, neuralgias, mialgias, artritis y alopecias. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:205). Quizás este efecto rubefaciente sea el que produce que los peces estén incómodos y salten.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Han quedado registrados algunos usos de la medicina tradicional popular en el estudio etnobotánico del Parque Natural Cabo de Gata-Níjar (Almería)

donde se han utilizado en el tratamiento de diarreas, alopecias y en veterinaria para el prolapso uterino. (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J., 1997:2979).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:2979.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:205.

***Carpobrotus edulis* (L.) N.E.Br.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Carpobrotus edulis* (L.) N.E.Br.

Familia: *Aizoaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: carpobrotus, hierba del cuchillo.

Nombres vernáculos gallegos: herba do coitelo, bálsamo.

Parte utilizada: hojas.

Descripción, distribución y ecología.

Planta perenne, robusta, y reptante, frecuentemente cespitosa, con hojas estrechas y carnosas que tienen sección triangular y con flores grandes de color amarillo o lila de 8–10 cm de diámetro. Estambres numerosos, amarillos. (POLUNIN, OLEG; SMYTHIES E.B.; “Guía de campo de las flores de España Portugal y sudoeste de Francia.” Editorial Omega.1981.178).

Es una planta mediterránea-saharo- indiana que forma parte de herbazales terófitos crasicuales desarrollados sobre suelos halonitrófilos del sur peninsular y zonas costeras edafoxerófilas de las Islas Baleares. Entre el nivel del mar y 100 m. Naturalizada. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:106).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para cicatrizar heridas

Se utiliza abriendo las hojas carnosas y poniendo la parte gelosa sobre la herida, o sobre los cortes. Teo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Debido a la presencia de mucílagos en su composición química, muestran acciones farmacológicas de tipo emoliente y antiinflamatorio que junto con las sales minerales y los ácidos orgánicos presentan las propiedades que determinan su uso terapéutico como demulcente (hidratantes y suavizantes) más que cicatrizante propiamente dicho. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:106).

3.2-Referencias etnobotánicas.

Se han recogido referencias de la utilización de esta planta por la medicina popular tradicional en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería). Sus usos locales son en jardinería (utilizándola como planta ornamental) y para la retención de taludes. (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. ,1997:113).

En el estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón, referencia su uso como demulcente y vulneraria con las hojas mondadas y picadas en emplastos sobre la piel, en las heridas y quemaduras. (MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:101). Siendo éste uso equivalente al expuesto en el presente estudio.

4-Observaciones.

Es una de las plantas más frecuentemente utilizada para la fijación de taludes y dunas en obras viarias de ahí su amplia distribución.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:113.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:101.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:106.
- POLUNIN, OLEG; SMYTHIES E.B.; "Guía de campo de las flores de España Portugal y sudoeste de Francia." Editorial Omega.1981:178.

***Castanea sativa* Miller.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Castanea sativa* Miller.

Familia: *Fagaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: castaño

Nombres vernáculos gallegos: castañeiro, castiro, castiñeiro, restre

Parte utilizada: hojas, frutos y madera.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol caducifolio de hasta 30 m de altura, con hojas lanceoladas, coráceas y relucientes, con bordes dentado- aserrados. Flores masculinas y femeninas en inflorescencias amentiformes. Frutos ("castañas") rodeados por una cúpula espinosa

Dan lugar a bosques caducifolios sobre suelos silíceos y clima de subhúmedo a húmedo. Ampliamente cultivado en la mayor parte del mundo templado (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:200).

2-Etnofarmacología.

Usos veterinarios.

Para diarreas

Sobre todo para diarreas de cerdos se les daba las mondas (cascaras de las castañas) ó se les hacía un cocimiento de la mondas de los frutos de las castañas (conocidos aquí como "tonos") en proporción de un puñado por cada litro de agua. Ortigueira (1 ref.), Mañón (1 ref.), Camariñas (1 ref.) y Carballo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación humana.

Desde tiempos remotos las castañas siempre fueron utilizadas para la alimentación humana y se tienen aun hoy algunos platos en la gastronomía, fruto del gran uso del que se hizo antaño. Muxía (2 ref.), Negreira (1 ref.), Touro (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Brión (1 ref.) y Vedra (1 ref.), Mesía (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Fue muy importante el papel que hizo la castaña en el pasado en las épocas de hambre porque no se estropeaban mucho y aguantaban bien hasta la cosecha próxima y a veces más. Ames (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Vimianzo (1 ref.) y Muxía (1 ref.), Pontedeume (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

Existen multitud de platos típicos donde entran las castañas, incluso los Zonchos, que son castañas cocidas con la piel. Cedeira (2 ref.)

Para alimentación de animales.

Con las castañas se ceba a los animales como los cerdos. Lousame (1 ref.)

Para usos madereros.

Su madera es de buena calidad y es fuerte (Frades (1 ref.)). Era muy utilizada en carpintería para hacer: Carros: Cerdido (1 ref.); Los muebles y las vigas de las casas: Lousame (1 ref.), Padrón (1 ref.) Cerdido (1 ref.), Pontedeume (1 ref.) y Cesuras (1 ref.).

Para leña.

Su madera es una leña de primera calidad para el horno. Oza dos Ríos (1 ref.).

Como sombra insana.

Se nos dice que la sombra del castaño es insana, no sabía la causa, probablemente por la primavera y las alergias. Carballo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas (hasta un 9%), la corteza y el leño del árbol son ricas en taninos a dosis respetables (hasta un 16% según la edad de árbol). La presencia de taninos acredita sobradamente la acción astringente y antidiarreica como virtudes medicinales (PIO FONT QUER, 1985:104-105).

No he encontrado ningún dato de composición en taninos de las cortezas (mondas) de las castañas, aunque probablemente tengan una riqueza de taninos al menos similar o mayor lo que hace que su uso como antidiarreico quede justificado.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se recogen varias aplicaciones de medicina popular tradicional concretamente para el tratamiento de la diabetes y de la hipercolesterolemia. Para ambos casos se procede a hacer un cocimiento de la corteza del tronco, haciendo una toma por la mañana en ayunas. (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J., 1997:105-106).

Blanco, en su estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) lo recoge en su catalogo florístico diciendo que se trata de un "árbol de uso prácticamente integral en la zona" hablando de sus usos madereros, en cestería, como combustible y para la formación de carbón, como forrajera en animales y para alimentación en humanos; Y las hojas secas para hacer las camas al ganado.

4-Observaciones.

Durante siglos, el castaño fue la base de la alimentación para muchos pueblos, hasta ese momento los castaños se mantenían limpios y muy cuidados. Eran tan importantes que permitían a las familias sobrevivir en épocas de hambruna y pasaban de padres a hijos siendo fácil encontrar ejemplares centenarios. Las enfermedades y la llegada de la patata, con sus posibilidades culinarias y alimentarias, hicieron mermar su importancia.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:105-106.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:200.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado". Ed. Labor 1985.104-105.

***Centranthus ruber* (L.) DC.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Centranthus ruber* (L.) DC.

Familia: *Valerianaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: alfeñiques, milamores, valeriana roja, hierba de San Jorge.

Nombres vernáculos gallegos: Alfinete, herba dos muros, valeriana roxa.

Parte utilizada: raíz

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, perenne, de 0,3-0,8 m, pluricaule con tallos glabros, cilíndricos, fistulosos, estriados longitudinalmente y de color verde glauco. Hojas enteras, las inferiores pecioladas, aovado-lanceoladas y opuestas y las superiores sésiles y más pequeñas. Flores (II-XI) aromáticas, muy numerosas, en cimas densas terminales; corola tubular, blanco-rosada o purpúrea, estrecha y prolongada en su base en un espolón fino.

Es una planta que coloniza taludes pedregosos, pedreras, pie de cantiles y otros medios glareícolas nitrificados y removidos, pero que mantienen cierta humedad edáfica. Es más frecuente en comarcas litorales térmicas y con ombroclima subhúmedo o húmedo (pisos termo y mesomediterráneo). (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:620).

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para relajarse.

Como relajante se utiliza el cocimiento de la raíz, en proporción de un puñado pequeño por vaso de agua. A Coruña (1 ref.). El cocimiento de sumidad florida de la planta en proporción de un puñado por vaso de agua. Muxía (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La presencia de valepotriatos y aceite esencial rico en ácido valerianico (de olor característico) nos confirma su acción farmacológica como sedante en alteraciones nerviosas y por tanto justifica su uso como relajante tanto de la raíz

como de la sumidad florida (menor concentración de principios activos). (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:620).

3.2-Referencias etnobotánicas.

No tenemos referencias bibliográficas etnobotánicas sobre su utilización en otras zonas.

5-Bibliografía.

- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:620.

***Ceterach officinarum* Willd.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ceterach officinarum* Willd.

Familia: *Polypodiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: doradilla, hierba dorada

Nombres vernáculos gallegos: cerveriña, **douradiña**, fenta pequeniña, fento pequeniño, herba de ouro

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Helecho con rizoma corto, grueso y cespitoso cubierto de muchas páleas negras de margen ciliado. Frondes de 0,005-0,02 m, persistentes, dispuestas en grupos o fascículos densos y con un corto pecíolo que no llega a superar la tercera parte de la longitud del limbo, que es de lanceolado a obovado-lanceolado, de contorno lobulado, con lóbulos o pinnas alternas, enteras o crenadas, obtusas y redondeadas en el ápice, verde intenso por su haz y ferrugíneo-dorado por su envés. Soros alargados, cubiertos por escamas rojizas, con aspecto pajizo. Esporas (I-XII) de color castaño oscuro, que se forman a lo largo de todo el año.

Vive en grietas de roquedos, muros o en repisas anchas, preferiblemente sobre substratos básicos y en lugares umbrosos, frecuentemente con abundantes criptoprecipitaciones, en casi toda la Península Ibérica e Islas Baleares (se rarifica en territorios semiáridos). Distribución subcosmopolita (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:79)

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para los riñones.

La única especificación que se hace es que la planta se utilizaba para los riñones haciendo una infusión de las hojas. Oleiros (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No tenemos datos sobre la composición química de esta planta.

3.2-Referencias etnobotánicas.

A pesar de ser una planta poco estudiada a nivel farmacológico existen referencias de su uso en medicina tradicional popular en el estudio etnobotánico de Gerona donde recopilan información sobre sus usos como: anticatarral,

antihipertensora, depurativa sanguínea (haciendo una novena), antipirética y vasotónica. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J., 2002:83-84). También en el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) es utilizado popularmente como diurético y hipotensor (SEGARRA, I. & DURÁ, E.; 2008:191).

5-Bibliografía.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:83-84.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:79.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:191.

***Chamaemelum nobile* (L.) All.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Chamaemelum nobile* (L.) All.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: manzanilla romana

Nombres vernáculos gallegos: camomila, camomila romana, macela, macela dourada, macela galega, magarcela, marcela

Parte utilizada: sumidad florida, capítulos.

Descripción, distribución y ecología.

Planta vellosa, de 8-30 cm, con tallos postrado-erectos y hojas finamente divididas en lóbulos agudos, de color glauco. Capítulos terminales semiesféricos, aromáticos, con receptáculo macizo; numerosas flores liguladas blancas, raras las tubulosa, amarillas en el centro del capítulo (en las variedades cultivadas).

Es una planta originaria de Europa Central, donde se cultiva ampliamente con fines medicinales. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:363)

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Para las digestiones difíciles

Para mejorar las digestiones difíciles se hace una infusión con un puñado de la parte aérea de la planta seca o de la sumidad florida si la hay. Tomar una taza de la infusión cada vez que se presentan los síntomas. Boqueixón (1 ref.), Cedeira (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.) y Negreira (1 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Se prepara una infusión con un puñado de las flores de la planta seca o de la sumidad florida fresca. Tomar 2-3 veces al día. Rianxo (1 ref.), Monfero (1 ref.), Cedeira (2 ref.), Ordes (3 ref.), Ames (1 ref.) y Santiago de Compostela (1 ref.).

Para el dolor de estómago.

Se prepara una infusión con un puñado de flores de la planta seca o de la sumidad florida fresca. Tomar 2-3 veces al día. Dodro (1 ref.), Cerdido (3 ref.), Moeche (1 ref.), Monfero (2 ref.), Ribeira (1 ref.), Cedeira (1 ref.), A capela (2 ref.), Toques (1 ref.), Rois (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Teo (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Santiso (1 ref.) y Irixoa (1 ref.).

Para los gases.

Para los niños pequeños para los gases en infusión. Cedeira (1 ref.).

Oftalmología

Para las conjuntivitis.

Se hace una infusión con un puñado de la parte aérea de la planta seca, o de la sumidad florida si la hay, poniéndose un paño empapado en la infusión con el ojo cerrado. Negreira (1 ref.)

También se pueden lavar los ojos con la infusión directamente. Cerdido (2 ref.),

Para ojos irritados.

Se hace una infusión de la sumidad florida o flores y se lavan los ojos con la infusión hecha cuando esté atemperada. Mañón (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Malpica (1 ref.), Ordes (2 ref.), Sobrado (1 ref.), Negreira (1 ref.) y Rois (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

Piel

Como cicatrizante.

Para cicatrizar las heridas se hace una infusión de la sumidad florida a razón de un puñado pequeño por vaso y se lava la herida con la infusión. Mañón (1 ref.)

Para el tratamiento de ampollas y lastimaduras.

Como cicatrizante de ampollas, lastimaduras en los pies se utiliza poniendo un trozo de hoja sin rascar en la zona de la dureza o la ampolla (antes se la pincha y se quita la piel) y la deja toda la noche. Carballo (1 ref.).

Para maduración de abscesos.

Se utilizaban los vapores de manera que dieran directamente a la zona del absceso. Se hacían con una olla de agua hirviendo a la que se añadía unos puñados de planta. Ordes (1 ref.).

Veterinario

Para las indigestiones.

Para las vacas cuando “se les ve mal” (cuando no rumian). Cuando sufren de indigestión con gases. Se les da una infusión bien cargada (1 puñado grande de flores de manzanilla o sumidad florida en un litro de agua una o más veces hasta mejorar. Monfero (1 ref.), Ortegá (1 ref.), Orosó (1 ref.). A veces se añadía un poco de aguardiente a la infusión. Camariñas (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La sumidad florida y sobre todo los capítulos florales tienen en su composición principios activos del tipo: flavonoides (quercetol, luteolol), láctonas sesquiterpénicas (germacranolidos) y aceite esencial (alcoholes terpénicos, farnesol, etc.). En base a esta composición se le atribuyen acciones farmacológicas del tipo antiinflamatorio, antiséptico, antiespasmódico y estimulante digestivo acordes con los usos etnofarmacológicos encontrados.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Existen referencias de usos tradicionales populares de la manzanilla romana en el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo). Donde Blanco comenta su utilización como digestiva y estomacal, añadiendo que su uso es generalizado y común para los dolores de estómago. (BLANCO CASTRO, E., 1995:118-119). Curiosamente este uso lo hemos constatado en el presente trabajo a nivel veterinario (para las indigestiones de las vacas).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:118-119.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:363.

***Chamaespartium tridentatum* (L.) P. Gibbs.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Chamaespartium tridentatum* (L.) P. Gibbs.

Familia: *Leguminosae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: carquesia,

Nombres vernáculos gallegos: Carpaza, carqueixa, carqueixa lavacuncas, lavacuncas.

Parte utilizada: Flores y sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta leñosa y rígida con tallos alados. Carece de hojas propiamente dichas y las flores se hayan reunidas en ramilletes más cortos y apretados al final de los tallos. El nombre *tridentatum* alude a las ramitas terminadas comúnmente en tres dientes apicales.

Se cría en los suelos sin cal de la mitad occidental de la Península, comprendidos Portugal y Galicia, y desde las costas cantábricas hasta Cádiz. (PIO FONT QUER, 1985:358).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio.

Para bajar la tensión.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida de la planta para bajar la tensión. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para la circulación.

Se utiliza el cocimiento de un puñado de sumidad florida de carqueixa para la circulación. No especifica más. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para el dolor de piernas por problemas circulatorios se utilizan lavados de pies donde el cocimiento cuando esta atemperado se pone en un recipiente donde caben los pies, dejándolos un tiempo dentro del seno de la infusión (pediluvios). As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Metabolismo

Para los problemas de hígado.

Se toma la infusión de la flor de carqueixa una vez al día. Pontedeume (1 ref.).

Aparato locomotor.

Para el reuma.

Para este menester se prepara un cocimiento de un puñado de la sumidad florida de la planta por vaso. Tomar todos los días una toma. Para los problemas de reuma y dolor. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Monfero (1 ref.).

También a veces a parte de tomar la infusión también se complementa el tratamiento con unos baños de carqueixa. Unos puñados en una olla si se lavan los pies o las articulaciones que duelen o más cantidad si preparan un baño para el cuerpo entero en la bañera. Oleiros (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Ordes (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Monfero (1 ref.), Toques (1 ref.).

Aparato respiratorio

Para los catarros.

El cocimiento de la sumidad florida de la planta a razón de un puñado por vaso de agua 2-3 vedes al día, se utilizaba para combatir catarros. Ferrol (1 ref.).

Usos Veterinarios.

Para maduración de abscesos.

Se utilizaba la planta para frotar con la sumidad florida los bultos de los animales y después poner un emplasto de la misma vendado en el animal. Santiago de Compostela (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Apícolas

Es una planta melífera, las abejas son atraídas por sus flores. Se suelen poner colmenas cerca de donde hay carqueixa. Brión (1 ref.).

Como acondicionador del cabello.

Para acondicionador del cabello se hacía cocimiento de flor y se lavaba el cabello como si fuera la última agua de lavado. Teo (1 ref.).

Para hacer carbón.

Se arrancaban y se quemaban los arbustos para hacer de ellos carbón. Boqueixón (1 ref.).

Para hacer escobas.

Se arrancaban las ramas y se ataban a un palo, de esta manera se hacían las escobas antiguamente. Dodro (1 ref.), Touro (1 ref.), Lousame (1 ref.) y Teo (1 ref.).

Para encender fuego.

En caso de encender una hoguera, las ramas secas de carqueixa arden rápido, por ello se ha utilizado para cuando había que encender fuego. Teo (1 ref.), Lousame (1 ref.).

Para lavar el piso.

Cuando los pisos eran de madera, se utilizaba la sumidad florida para fregar los pisos. Se hacía con un puñado una especie de cepillo y se fregaban

los suelos con esto. Entonces no había fregonas. Vimianzo (1 ref.), Zas (1 ref.), Boiro (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No tenemos datos sobre la composición química de esta planta.

3.2-Referencias etnobotánicas.

La única referencia sobre su utilización etnobotánica la encontramos en el estudio de Blanco en la Sierra del Caurel (Lugo) donde expone su utilización como hipotensora, antirreumática, diurética, sedante y vasoactiva (para mejorar la circulación). También se utiliza para hacer las camas del ganado y como forrajera. (BLANCO CASTRO, E. 1995:90).

Importante tener en cuenta que a excepción del empleo de la carqueixa como sedante, el resto de los usos se repiten en nuestro estudio. Ampliándose el uso veterinario de madurar los abscesos y también es de interés la ampliación de aplicaciones etnobotánicas de la planta para hacer escobas, lavar el piso, acondicionar el cabello o hacer carbón.

4-Observaciones.

Es interesante ver que esta planta que ha sido y es tan utilizada a nivel popular no es conocida en los manuales de fitoterapia científica. Fue el padre Fr. Martín Sarmiento (1695-1772) quien escribió una separata titulada: "Disertación sobre las virtudes y uso de la planta llamada carquesa" publicada en Madrid en 1787. En ella se da información de los múltiples usos etnobotánicos de la planta como: forrajera, melífera, para leña, para fregar los platos y usos etnofarmacológicos, entre los que destacan: "para purificar la sangre, como sudorífico, laxante, para los golpes, la gota, el reumatismo". Según el Padre Sarmiento la carqueixa servía para curar muchas enfermedades. (SARMIENTO, MARTÍN, Fr., 1787(1759).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:90.
- Pio Font Quer en su libro "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado" Ed. Labor 1985:358.
- SARMIENTO, MARTÍN, Fr.; "Disertación sobre las virtudes y uso de la planta llamada carquesa". Imprenta Hilario Santos. Madrid.1787 (1759).

***Chamomilla suaveolens* (Pursh.) Rydb.**

1-Datos botánicos

Nombre científico: *Chamomilla suaveolens* (Pursh.) Rydb.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: manzanilla

Nombres vernáculos gallegos: margarida

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual, de 5-35 cm, erecta muy aromática, con ramas rígidas. Tallo ascendente, muy ramificado y folioso. Hojas lampiñas, 2-3 veces divididas en segmentos lineales. Flores en capítulos cónicos verdes o amarillas-verdosas, sin lígulas. Androceo formado por 5 estambres de filamentos libres pero unidos por las anteras formando un tubo. Gineceo unilocular y uniovulado, con un estilo que pasa a través del tubo formado por las anteras terminando en un estigma bifido. Fruto ovoide.

Florece desde final de primavera hasta el otoño (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:385).

Se haya por tierras cultivadas, caminos, senderos y cunetas sobre suelos frescos derivados de rocas silíceas (MUGARDA, J.; 1993:76). Su área natural es el Noroeste de Asia y Oeste de América del Norte. En la zona estudiada se encuentra en los pisos colino y montano de ombroclima húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:387).

La primera referencia encontrada es de LAINZ, 1967(LAINZ, M.; 12:1-51).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Para la digestión difícil.

En digestiones difíciles tomar una infusión de un puñado pequeño de planta con flores después de comer. Monfero (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Cuando se tiene dolor de barriga preparar una infusión de un puñado de plata en 1 litro de agua y tomar durante el día. Oleiros (1 ref.) y Monfero (1 ref.).

Dolor de estómago

Tomar una infusión preparada con un puñado pequeño o una cucharada sopera de planta. Tomar varias veces al día hasta que desaparezca. Vimianzo (1 ref.), Curtis (1 ref.), Cedeira (1 ref.) y Cerdido (1 ref.), A Laracha (1 ref.), Trazo (1 ref.), Mesía (1 ref.), Pontedeume (1 ref.), Narón (1 ref.), Tordoia (1 ref.)

Sistema Auditivo.

Para los oídos inflamados.

Se hace una infusión cargada con la planta y se colocan unas gotas dentro del oído. Fene (1 ref.).

Sistema nervioso.

Para los nervios.

Se hace una infusión de las flores para los nervios. Cerceda (1 ref.).

Sistema oftalmológico.

Para los ojos inflamados.

Se utiliza una infusión de un puñado pequeño de las cabezuelas de la planta. Se lavan los ojos, varias veces al día. Vimianzo (1 ref.), Curtis (1 ref.) y Ribeira (1 ref.).

Para las conjuntivitis.

Se hace una infusión de la planta con la que se lavan los ojos. Ponteceso (1 ref.).

Piel

Para que no se infecten las heridas.

Se utiliza la infusión de la planta para lavar las heridas y evitar que se infecten. Narón (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Mesía (1 ref.).

Usos veterinarios.

En oftalmología.

Se utiliza la infusión cargada para cuando los animales (vacas, caballos, etc.) tienen los ojos irritados. Cesuras (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene polifenoles y aceite esencial. RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:387).

La acción antiespasmódica se debe a los polifenoles que contiene y la acción antiinflamatoria se debe a la presencia del aceite esencial.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se ha utilizado como digestiva y estomacal en dispepsia, muy común para los dolores de estómago. Sus usos son análogos a la *Chamaemelum nobile* L. (BLANCO CASTRO, E.; 1995:119).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago, para el tratamiento del malestar estomacal, contra la irritación de la piel, tonificante del organismo y legañas en los ojos (MUGARZA, J.; 1993:76-77).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:119.
- LAINZ, M. “Aportaciones al conocimiento de la flora gallega, V. Anal. Inst. Forestal Madrid 12:1-51.
- MUGARZA, J. “Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago”. Ediciones de Librería de San Antonio.1993:76-77.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guía de plantas medicinales de Galicia”. Galaxia.1996:385-387.

***Chelidonium majus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Chelidonium majus* L.

Familia: *Papaveraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: celidonia, hierba de las golondrinas, hierba verruguera.

Nombres vernáculos gallegos: andoriña, celedonia, ceruda, cilidonia, ciridoña, herba andoriña, herba ceruda, herba da andoriña, herba das verrugas, herba leiteira, leiteriña.

Parte utilizada: sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1092).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de hasta 90 cm de altura, con látex amarillo que oscurece al oxidarse. Tallos velludos, reticulados; hojas profundamente divididas, verdes por la faz, glaucas por el envés, blandas. Flores dispuestas en umbelas, pequeñas, con cuatro pétalos amarillos. Fruto en silicua glabra.

Del Reino Holártico, se da en zonas con suelos hidromorfos y nitrificados. (PERIS, J .B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:211-212).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para la angina de pecho.

Se prepara un cocimiento con una pizca de sumidad florida por vaso. Se nos indica que es peligroso tomarla. El uso está muy desdibujado puesto que no se acuerda de la posología. Coristanco (1 ref.).

Para la hinchazón de piernas.

Se frota con el látex de la celidonia las piernas. Monfero (2 ref.) y Oroso (2 ref.).

Aparato respiratorio.

Para el asma.

Solo tenemos un informante que nos dice que se puede tomar para el asma. Nos indica que el uso interno de esta planta es peligroso. Coristanco (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para los cólicos.

Se utiliza los cocimientos de unos trozos de la planta y tomar medio vaso. Se trata de un uso desdibujado, no se acuerda de cuantas tomas y de cuánto tiempo tomar. Oroso (1 ref.).

Aparato locomotor

Dolor en articulaciones

Se puede utilizar dando friegas de la planta por la articulación dolorida. Sobrado (1 ref.). O simplemente machacar la planta y ponerla en forma de cataplasma en la zona donde tengamos el dolor. Carral (1 ref.).

Piel

Para las durezas y callos.

Se utiliza el látex que suelta la planta cuando se hace una incisión. Con él se toca sólo la zona de las durezas y los callos que se van reblandeciendo. Carral (1 ref.) y Touro (1 ref.).

Para las magulladuras

Se utilizaba el látex directamente pasándolo por encima de la zona contusionada. Dodro (1 ref.).

Cicatrizante de heridas.

Se utiliza el látex amarillo-anaranjado que sale al hacer una incisión en la planta para poner en contacto con la herida. Ponteceso (1 ref.), Monfero (1 ref.), Arteixo (2 ref.), Mazaricos (3 ref.), Betanzos (1 ref.), Toques (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Carballo (1 ref.), Noia (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Santiso (1 ref.), Teo (1 ref.), Lousame (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.), A Laracha (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Poniendo cataplasmas de hojas de celidonia que se calientan y se ponen en contacto con la herida toda la noche, poniendo una venda por encima. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Cambre (1 ref.).

Haciendo una infusión de la planta y lavando las heridas con dicha solución. Cambre (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Para las manchas de la piel.

Se utiliza el látex puro frotándolo directamente en la mancha. Betanzos (1 ref.), Vedra (1 ref.), Lousame (1 ref.),

Algunos incluso especifican que tipo de manchas son susceptibles de eliminarse con el látex, así dicen que funciona cuando son lo que llaman roseta. Arteixo (1 ref.). Para las ronchas en la cara, sobre todo las que se producen en verano. Carballo (1 ref.). Y para las llamadas “empisas”. Dodro (1 ref.).

Para las quemaduras

Se utiliza poniendo una hoja limpia encima de la quemadura sin rascar a modo de emplasto y cambiarlo cada cierto tiempo. Carballo (1 ref.).

También se utiliza el agua de las infusiones. El látex puro se puede utilizar pero pica y quema mucho, aunque elimina la sensación de fuego de la inflamación en la quemadura. A Coruña (1 ref.).

Para las picaduras

En el caso de las picaduras de los insectos, se utiliza unas gotas de látex de celidonia encima de la picadura. Coristanco (1 ref.).

Para quitar las verrugas.

Con el látex amarillento se va dando toquecitos en la verruga hasta que se seca y cae. Monfero (4 ref.), Aranga (4 ref.), Ponteceso (1 ref.), Coristanco (1 ref.), Noia 81 ref.), Ferrol (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Curtis (1 ref.), AS Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Touro (2 ref.), Boqueixón (2 ref.), Ordes (1 ref.), Teo (1 ref.), Ames (2 ref.), Camariñas (1 ref.), Toques (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Oroso (2 ref.), A Capela (1 ref.), Carballo (1 ref.), O pino (1 ref.), Rois (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Arteixo (2 ref.), Betanzos (2 ref.), Culleredo (1 ref.), Malpica de Bergantiños (1 ref.), Trazo (2 ref.), Bergondo (1 ref.), Pontedeume (2 ref.), Frades (1 ref.), Val do Dubra (2 ref.), Mesía (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Oftalmología

Para las infecciones de los ojos.

Nos comenta haberla visto usar varias veces para las infecciones de los ojos y para los golpes en los ojos. Aquí se utiliza el látex diluido. Monfero (1 ref.).

Usos Veterinarios

Se lava con el látex el rabo de los cerditos para que no se les caiga. Oroso (2 ref.). También se utiliza como cicatrizante de heridas para ello se lava la herida y se toca con el látex varias veces para que cicatrice antes. Muxía (1 ref.) y Santa Comba (1 ref.).

En caso de mastitis (cuando a las vacas se le inflaman las ubres) Se hacían friegas con celidonia en las ubres. Cuando las vacas tenían lo que denominaban “palmoeira” la ubre se hinchaba y dejaban de comer entonces se les daba friegas de celidonia. Ordes (1 ref.).

Cuando el ganado estaba mal le daban a beber un cocimiento de la planta celidonia. A Laracha (1 ref.).

Para limpiar a los animales después del parto se les lavaba con una infusión de celidonia. Narón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Nos dicen que es una planta tóxica que no conviene ni tocar. Boqueixón (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Todas las partes de la planta contienen más de 10 alcaloides distintos. Se trata de una planta tóxica en la que se recomienda ser muy cauto en su uso, sobre todo vía oral, en este caso nunca se deben sobrepasar las dosis recomendadas ni prescribir tratamientos prolongados. El látex contiene alcaloides bencilisoquinoleínicos (chelidonina, sanguinarina, quelidonina berberina, protopina, etc.) de propiedades antimicóticos y antibacterianas que justifican su empleo contra las verrugas y convenientemente diluido para las infecciones en los ojos. Además junto con los flavonoides y enzimas proteolíticas también se le pueden acreditar propiedades de cicatrización de heridas, dolor en

articulaciones, tratamiento de reblandecimiento de callos y durezas, manchas en la piel, cicatrización de heridas, hinchazón de piernas y mastitis.

La quelidonina tiene propiedades espasmolíticas sobre la musculatura lisa, teniendo una acción sedante, analgésica lo que probablemente justifica su utilización en cólicos, angina de pecho y asma.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) se utiliza como cicatrizante para las heridas y para quitar verrugas durezas y callos con aplicación directa del zumo de la planta, al igual que en nuestro estudio. Asimismo señala otros usos como antidiarreica, antihelmíntica, en timpanitis y en cataratas. Diciendo que actualmente su uso se suele restringir a los animales. (BLANCO CASTRO, E., 1995:93-94).

En el estudio etnobotánico de las tierras de Gerona, también expone su aplicación como antiséptico oftalmológico por medio de la preparación de una infusión de flores de aplicación tópica. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J., 2002:84).

Se han encontrado referencias del uso de la celidonia en el estudio de Mulet, donde recoge el empleo que se hace de ella como antiverrucosa y para enfermedades de los ojos (decocto al 1%). (MULET PASCUAL, L., 1991: 116-117).

Por otra parte en el recetario utilizado por los antiguos peregrinos de los caminos de Santiago también encontramos ejemplos de su empleo para: resolver la inflamación de brazos o pies (sin que llegue a formarse pus), para el tratamiento de resfriados, asma, bronquitis catarros y una receta para quitar verrugas y callos con el látex fresco (MUGARZA, J., 1993:40-41). También se podía utilizar el látex seco que se guardaba en frascos y se diluía en vinagre (FRAGA VILA, M^a ISABEL; 2004:134).

También ha sido utilizada popularmente como cáustica para quitar verrugas y laxante en Gátova (Valencia) (SEGARRA I DURÁ, EDUARD;. 2008:176).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:93-94.
- FRAGA VILA, M^a ISABEL; Capítulo: Utilización de plantas silvestres en la curación de dolencias de los peregrinos. "El HOSPITAL REAL de Santiago de Compostela y LA HOSPITALIDAD en el camino de la Peregrinación. Xunta de Galicia. Xacobeo 2004:134.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago" . Ediciones de Librería de San Antonio.1993:40-41.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 116-117.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:84.
- PERIS, J .B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:211-212.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:176.

***Chrysanthemum segetum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Chrysanthemum segetum* L.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: crisantemo

Nombres vernáculos gallegos: pampillo, pampullo, pampullo marelo.

Parte utilizada: Capítulos florales

Descripción, distribución y ecología.

Hierba robusta de 0,2-0,8 m, erecta, glabra, con tallos provistos de hojas alternas, auriculadas y bipinnatisectas. Flores (IV-VII) dispuestas en capítulos solitarios de 3-6 cm de diámetro, con las brácteas involucrales con el margen escarioso. Flores externas liguladas, de color blanquecino-amarillento o amarillo, las internas tubulares y de intenso color amarillo.

Se dan en cultivos y herbazales litorales mediterráneos (orillas de caminos, arcenes, ejidos y otros medios alterados y nitrificados). Muy abundante en las comarcas del sureste semiárido peninsular y sur de la Península Ibérica y en las zonas litorales de las Islas Baleares, pisos termo y mesomediterráneo nivel inferior, entre el nivel del mar y 600 m. Distribución mediterránea (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:183).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para evitar las brujas.

Con las flores amarillas se hacían con ellas collares con hilo o rosarios y se ponían en las ventanas y puertas en las casas en San Juan para evitar las brujas. Cerdido (1 ref.) y Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No tenemos datos sobre la composición química de esta planta.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), Blanco nos muestra usos para otro crisantemo, el *Chrysanthemum indicum* S.L., el cual se

cultiva en huertos por sus bonitas flores blancas para llevar el día de Todos los Santos. (BLANCO CASTRO, E.; 1995:98).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:98.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:183.

***Cichorium intybus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Cichorium intybus* L.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: achicoria

Nombres vernáculos gallegos: chicoria, chicoria do café

Parte utilizada: Planta entera.

Descripción, distribución y ecología.

Planta bianual herbácea de 50-100 cm, con tallos rígidos ramificados y raíz pivotante. Hojas inferiores lobuladas, las superiores tendiendo a enteras. Capítulos en disposición axilar, con flores azules liguladas. Fruto en aquenio provisto de una corona de escamas verdosas.

Euroasiática en origen, actualmente cosmopolita, en herbazales de bordes de caminos y carreteras (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:113).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para los herpes.

Se utiliza el cocimiento del llantén menor y la chicoria. Uso tópico. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la composición de la achicoria existen sustancias bacteriostáticas (lactucina, lactucopirina, ácidos clorogénico e isoclorogénico) y otros componentes como inulina y esculetósido (de efecto antiinflamatorio) que se suman al efecto cicatrizante antiinflamatorio de los iridoides y el aucubósido del llantén mayor. PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:113).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellanense se emplea como aperitiva, tónico biliar, hipoglucemiante, estomacal, hemostática, vulneraria, antiflogística, digestiva y antiséptica (MULET PASCUAL, L.; 1991:117).

En la etnobotánica de Gatova (Valencia) es empleada popularmente como descongestivo ocular, como laxante y como sustituto del café (SEGARRA I

DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:54-55).

Existen referencias etnobotánicas de una especie afín, el *Cichorium endivia* L., en el estudio etnobotánico de Gerona donde su empleo etnofarmacológico es como antiséptico y antiinflamatorio bucofaríngeo. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:84).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:117.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002: 84.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:113.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:54-55.

***Citrus aurantium* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Citrus aurantium* L.

Familia: *Rutaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: naranjo bravo

Nombres vernáculos gallegos: Laranxeira, laranxeira aceva, laranxeira brava, laranxeiro, laranxo.

Parte utilizada: Fruto y hojas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2255).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de hasta 10 m, muy ramificado, con hojas aovado-lanceoladas, enteras, coriáceas, brillantes y con un pecíolo alado. Flores blancas en la axila de las hojas. Fruto en baya, globoso (hesperidio) de gran tamaño y color naranja en la madurez

Es originario de Oriente y se cultiva en zonas cálidas de la cuenca mediterránea (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 384).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se usa el cocimiento de un puñado pequeño de las hojas en agua. Se prepara para todo el día y se toma un poco menos de un litro al día, repartido en varias tomas. Mazaricos (1 ref.)

Aparato circulatorio.

Para los sabañones.

Se utilizan las hojas de naranjero, que se calientan previamente y se ponen a modo de emplasto encima de los sabañones. Sobrado (1 ref.).

Piel

Cicatrizante.

Para lavar las heridas con la infusión de un puñado de hojas de naranjero varias veces al día. Mazaricos (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos

En alimentación para preparar la carne.

A la hora de preparar la carne se prepara con zumo de naranja este no endurece la carne a diferencia del de limón. Sobrado (1 ref.).

Curiosidad

La corteza de naranjo amargo se exportaba a Inglaterra y además gozaba de gran reputación. Antes la gente la traía a la feria (mercado) para vender. Betanzos (1 ref.).

No se acordaba su uso.

La piel de la naranja se coge para hacer infusiones pero no se acordaba para que se utilizaba. A Coruña (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

De las hojas se saca una esencia denominada “petit grain” que está compuesta fundamentalmente de hidrocarburos terpénicos (limoneno), alcoholes monoterpénicos (nerol, linalol, citronelol), ésteres (acetatos de geranilo, nerilo, citronelilo y de linalilo), aldehidos (nonanal, decanal, geranial, neral, citronelal) cumarinas y furanocumarinas volátiles (eurapteno, bergapteno, bergaptol, etc.). Además de flavonoides (neohesperidósido, naringósido, Ionicerósido, hesperidósido, etc.), ácidos orgánicos y pectina.

Debido a la presencia de flavonoides en la composición de las hojas es probable que su efecto antiinflamatorio y tónico venoso sea lo que justifique su empleo en el tratamiento de los sabañones y además, como los flavonoides, también tienen una actividad antibacteriana tengan además ciertas propiedades en la aceleración de los procesos cicatriciales utilizándose para lavar heridas.

El efecto antiespasmódico de la esencia que es aparte de ligeramente sedante e hipnótica, puede ser la justificación del empleo para aliviar catarros.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de Gerona: La Plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries” se referencia el uso de la infusión de las hojas en mezclas de plantas como analgésicas y anticatarrales. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:87).

Del mismo modo se han registrado algunos usos de la medicina tradicional popular en el estudio etnobotánico de Mulet, de la Provincia de Castellón donde se ha empleado como, vermífugo, carminativo, antiespasmódico, sedante nervioso, antiinflamatorio, detoxificante, hipotensor, demulcente, febrífugo y anticatarral. Este último uso coincide con uno de los usos dados en nuestro estudio (MULET PASCUAL, L.; 1991:122).

De la misma manera se ha utilizado popularmente como estimulante de las defensas, como laxante y como reconstituyente en anemias y como tranquilizante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008.206-208.)

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:122.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:87.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995: 384.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008.206-208.

***Citrus deliciosa* Ten.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Citrus deliciosa* Ten.

Familia: *Rutaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: mandarino

Nombres vernáculos gallegos: mandarino

Parte utilizada: Pericarpo del fruto. .

Descripción, distribución y ecología.

Arbolillo, de 3-4 m, siempre verde con ramas delgadas de corteza verdosa y frecuentemente espinosas. Hojas elípticas, estrechas y relativamente gruesas. Flores (IV-V) con pétalos grandes alargados. Frutos carnosos redondeados, 5-8 cm de diámetro, con corteza (pericarpo) delgada, que se desprende fácilmente del resto del hesperidio

Se cultiva en territorios térmicos de la Región Mediterránea como árbol frutal (piso termomediterráneo). Se cree que procede de China (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:573).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Como hipotensor

Se utiliza la piel de la mandarina seca para tomarla en infusión a razón de una cucharada sopera por vaso, para bajar la tensión arterial. Carballo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El pericarpo del fruto tiene aceite esencial rico en limoneno, pineno, terpineno, linalol, nerol, acetato de terpinilo y flavonoides. Estos principios activos le confieren propiedades diuréticas entre otras, lo que justifica su uso como hipotensor. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:573).

3.2-Referencias etnobotánicas.

No tenemos referencias sobre su utilización en otras localidades.

5-Bibliografía.

- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar.; 2001:573.

***Citrus limon* (L.) Burm. fil.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Citrus limon* (L.) Burm. fil.

Familia: *Rutaceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: limonero.

Nombres vernáculos gallegos: limoeiro.

Parte utilizada: la pulpa del fruto

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2055).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol perennifolio, espinoso. Hojas ovales con pecíolo no alado. Flores blancas. Frutos en hesperidio, amarillos en la madurez, y de forma ovoide, con un mamelón en el extremo .

Es nativo de Asia Tropical. Se cultiva en zonas con clima mediterráneo (California, Región mediterránea) (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 345).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros

Se prepara el zumo de un limón y se toma en ayunas de 8-10 días. Toques (1 ref.).

Para la garganta.

Para los problemas de carraspera se utiliza el zumo de limón al que se le añade miel y se hacen gárgaras con la mezcla. Somozas (1 ref.) y Culleredo (1 ref.). Si la miel sienta mal, entonces se utiliza azúcar de mesa. Betanzos (1 ref.). De igual forma se puede cortar el limón y cocerlo para después cuando lo vamos a tomar añadirle la miel. Santiso (1 ref.). Otras veces se utiliza zumo de limón con jugo de zanahoria y a esto se le añade miel. Carballo (1 ref.).

Metabolismo

Como depurativo

Se utiliza el zumo de la expresión del fruto diluido en agua. A Coruña (1 ref.).

Aparato digestivo

Para los empachos.

Para el estomago parado se toma el zumo del limón exprimido con agua para mover el estomago y hacer bien la digestión. Ortigueira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El zumo de la pulpa es rico en pectinas que presentan capacidad protectora de las mucosas, por ejemplo en nuestro estudio la utilizan para la inflamación de la mucosa orofaríngea usando el zumo en gargarismos bien solo o añadiendo miel para aumentar las acciones demulcentes y bacteriostáticas y bactericidas (si la miel no se ha calentado). Incluso se nos comenta que se añade zanahoria con lo que se aumenta el aporte de pectinas y además aporta beta caroteno, precursor de la vitamina A de gran efecto protector sobre mucosas (orofaríngea, bronquial, etc.). También tiene una fracción de ácidos orgánicos del tipo cítrico, málico, l-ascórbico que son los responsables del efecto alcalinizante y depurativo del zumo de limón en el organismo.

En cuanto al efecto anticatarral puede que sea debido a la suma de varias acciones farmacológicas entre las que están el aceite esencial como bacteriostático, los flavonoides (como antiinflamatorios y diuréticos) y los ácidos orgánicos con el efecto depurativo alcalinizante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En los estudios etnobotánicos hechos en Les Guilleries y el LAlt Empordá se utiliza el zumo del fruto (lilimoná) como antiséptico bucofaríngeo, uso que coincide con los recogidos en este trabajo. Asimismo forma parte de formulaciones anticatarrales, digestivas, antihipertensoras y para la obesidad. Por otra parte se utiliza la ingestión directa del fruto como hipotensor, vasotónico, en faringitis y en mezclas de plantas anticatarrales, analgésicas, aperitivas y hepatoprotectoras. (, PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:87-88).

En el Parque Natural de Cabo de Gata-Níjar (Almería) el zumo de limón se utiliza para: eliminar las callosidades de la piel, para tratar dermatosis, para la xerosis cutánea (mezclado con aceite de oliva), para las afecciones renales, para la hipertensión crónica, el dolor de muelas, para diarreas, para faringitis (uso que coincide con el recogido en este estudio aunque el modo de uso difiere en que en Almería se mezcla el zumo de limón con aguardiente y miel), como ansiolítico y en veterinaria cuando un animal presenta "luza". (MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J., 1997:198-200).

En el estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón también se ha testimoniado el uso del zumo de limón como hipocolesteremiante, en constipados bronquiales, como anticatarral, como antidiarreico, para combatir el cansancio (mezclado con miel), Como jarabe pectoral (con azúcar quemado), en amigdalitis, afonías, faringitis, como antirreumático y digestivo.(MULET PASCUAL, L.; 1991:123-124).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) es utilizada popularmente como detergente y como suavizante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD, 2008:209-210).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:198-200.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:123-124.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:87-88.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995: 345.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:209-210.

***Citrus sinensis* (L.) Osbeck.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Citrus sinensis* (L.) Osbeck.

Familia: *Rutaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: naranjo, naranjo dulce

Nombres vernáculos gallegos: laranxeira

Parte utilizada: El pericarpo del fruto.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol perenne de copa compacta, redondeada, de 6 a 8 m de altura, de tronco recubierto de corteza lisa, gris, algo áspera; sus ramas están provistas de espinas largas. Las hojas son perennes, simples, aovadooblongas, de 7 a 10 cm de largo, con los pecíolos ampliamente alados. De consistencia coriácea, son de color verde oscuro y brillante.

El naranjo requiere un clima templado (es muy sensible a las heladas), prefiere suelos bien drenados, permeables y frescos. Resiste bien las podas. Es cultivado en plantaciones extensas en Israel, España y California. (ROMO, ANGEL M. 2001:279).

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para relajar

La cáscara de la naranja se deja secar y con ella se hace una infusión para relajar. Igualmente la flor del naranjo, el azahar se utiliza en infusión tomando un puñado pequeño de flores por vaso de agua. Francisca--56-EUME-MONFERO-MONFERO (S. FIZ).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En el pericarpo (mal llamado corteza) de la naranja tenemos esencia (0.5%) formada por limoneno, aldehidos, cumarina (eurapteno), pectinas. (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; 1994:248).

El efecto antiespasmódico de la esencia que es además ligeramente sedante e hipnótica, proporciona la justificación del empleo como relajante de la infusión de la cáscara.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de las tierras de Gerona esta citado el uso de la corteza de *Citrus sinensis* (L.) Osbeck para hacer bebidas con plantas (ratafía). También el uso de sus hojas tiene el mismo fin. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:89).

En las Investigaciones Etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería), se constatan usos de la corteza del *Citrus sinensis* (L.) Osbeck en diarreas (mezclándola con cáscara de limón, tomillo y orégano) y para la realización de licores. En el caso del empleo relajante del naranjo, no se utilizaba la corteza del naranjo sino sus flores, es decir, el azahar solo o mezclas de azahar con otras plantas (*Opuntia ficus-indica* (L.) Miller, *Zea mays* L.).(MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:196-198).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:248.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:196-198.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:89.
- ROMO, ANGEL M.; Árboles de la Península Ibérica y Baleares. 2ªedición. Editorial Planeta, 2001:279

***Convulvulus arvensis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Convulvulus arvensis* L.

Familia: *Convulvulaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Correhuela.

Nombres vernáculos gallegos: capelo, corregola, corregota, correola menor, **corriola**.

Parte utilizada: planta entera

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea perenne, de 0,2-0,8 m, voluble, con rizoma delgado. Hojas pecioladas, alternas, enteras, triangulares y hastadas. Flores (IV-X) axilares, largamente pedunculadas, blancas o ligeramente rosadas, con pétalos soldados en corola acampanada. Sépalos obtusos, a menudo apiculados. Estambres soldados por sus filamentos al interior de la corola. Cápsula ovoide y glabra.

Crece en medios más o menos subnitricado, en comunidades arvenses y ruderales, como bordes de caminos, arcenes o campos de labor, entre el nivel del mar y 1800 m. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:287).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Para la digestión.

Se prepara un cocimiento de un puñado de la planta. No nos dijo cuando se tomaba. Uso desdibujado. Coristanco (1 ref.).

Como laxante.

Se prepara un cocimiento de un puñado de la planta y se toma por la mañana. Coristanco (1 ref.).

Piel

Como cicatrizantes.

Se utilizan las hojas bien trituradas y colocadas encima de la herida. Carballo (1 ref.). Asimismo se pueden calentar (con un mechero) las hojas para poner directamente sobre la herida en forma de emplasto, vendándolo todo. Se cambia 2 veces al día, el emplasto, hasta que cicatrice la herida lo que no suele ser más de 2-3 días. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la composición química de esta planta tiene varias sustancias activas: Glucorresinas, alcaloides y flavonoides, saponinas, ácido caféico y taninos (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:138). La resina cuya acción farmacológica va de laxante a purgante según la dosis, justifica el uso de la planta como laxante incluso en el caso de insuficiencias biliares, lo que también probaría su uso para la digestión en empachos, indigestiones, etc. Los taninos, por sus propiedades astringentes, usados vía externa justifican el uso de la planta como cicatrizantes. Los flavonoides también ejercen un efecto antiinflamatorio que mejora su uso como vulneraria.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En las investigaciones etnobotánicas de Blanco en la Sierra del Caurel (Lugo) la nombra, comentando que a las plantas trepadoras anuales o vivaces que crecen en la zona se les llama corriola generalmente. (BLANCO CASTRO, E.; 1995:98).

En el estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón, Mulet aporta empleos como: purgante, antiinflamatorio intestinal, anticatarral, como detoxicante, como hemostática, en contusiones, heridas y cortes (usos, estos últimos, recopilados en el presente trabajo) (MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:127-128).

4-Observaciones.

Para algunas de las personas con las que hemos hablado esta planta constituye una mala hierba que es difícil de eliminar.

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:138.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:98
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:127-128.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:287.

***Corylus avellana* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Corylus avellana* L.

Familia: *Corylaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: avellano, avellanero

Nombres vernáculos gallegos: abeladoira, abelaira, abelán, abelaneira, **abelaneiro**, abelao, **abeleiro**, abraia.

Parte utilizada: Hojas.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto o arbolillo caducifolio, de 2-5 m, que se ramifica abundantemente. Ramas con corteza casi lisa de color grisáceo o pardo-rojizo. Hojas simples, alternas, pecioladas, algo rugosas, ovaladas, áspero-pilosas y escotadas. Base, con nerviación muy marcada y margen doblemente dentado. Flores (III-IV) unisexuales que florecen antes de que nazcan las hojas, las masculinas en amentos y las femeninas en glomérulos escamosos. Fruto en nuez, con seudocúpula foliácea de color pardo-rojizo.

El avellano entra a formar parte de las orlas de los bosques caducifolios atlánticos preferentemente en territorios húmedos e hiperhúmedos. En la Región Mediterránea también forma parte de los espinares propios de bosques caducifolios o marcescentes de territorios con ombroclima subhúmedo y húmedo (piso supra y oromediterráneo), en zonas con ombroclima seco suele refugiarse en ecótopos, en los que existe compensación edáfica, como son los ambientes ribereños umbrosos (hoces de ríos, barrancos) y cantiles umbrosos. Se cultiva para el aprovechamiento de sus semillas y se utiliza en jardinería para construir setos. Distribución eurosiberiana. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:227).

2-Datos usos.

Piel

Maduración de abscesos.

Se utilizan las hojas del avellano para poner en emplasto. Vimianzo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer cestos.

Se utilizan las ramas jóvenes para hacer cestos. Tordoia (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas son ricas en taninos catéquicos y flavonoides (miricitrósido).

El efecto antiséptico (bactericida, bacteriostático, antifúngico) y astringente (precipitador de las proteínas de la piel) de los taninos unido al antiinflamatorio de los flavonoides justifican el uso popular de las hojas vía tópica en la maduración de abscesos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) Blanco recoge usos etnobotánicos del avellano en la realización de cestos, de varas de mano para dirigir el ganado y cita el uso de las hojas de avellano (“follas de hablaría”) para aplicar sobre las picaduras de las serpientes (BLANCO CASTRO, E.; 1995:74).

En el estudio etnobotánico del “Alt Empordà i de les Guilleries” (Gerona), es recopilado como uso interno la infusión de las hojas como vasotónico, en uso externo se utiliza el aceite de avellano como estimulante del crecimiento del cabello y asimismo se testimonian algunos usos curiosos como el de secar la hoja para hacer cigarrillos y fumarla o el de hacer arcos con madera de avellano para jugar los niños.(PARADA, M.; SELGA A.;BONET, M. A.;VALLES, J.; 2002:91).

En el estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón es utilizada la infusión de las hojas como antiespasmódica. En veterinaria se emplean las varas de avellano para hacer masajes en el vientre de los mulos, cuando estos padecen un cólico y también se usan las hojas en friegas sobre el tripa de las caballerías cuando padecen trastornos digestivos (MULET PASCUAL, L.; 1991:133-134).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:74.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 133-134.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:91.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar; 2001:227.

***Crataegus monogyna* Jacq.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Crataegus monogyna* Jacq.

Familia: *Rosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: espino blanco, espino albar, majuelo, espinera, espinera blanca, espinera de monte, pirliteiro.

Nombres vernáculos gallegos: escalambrón, escambrón, escaramiñeiro, **espiñeiro**, espiñeiro albar, **espiño**, espiño albar, espiño cambrón, esterpete, estrepeiro, estripeiro, estripio, estripio albar, **estripo**, estripo albar, estripo bravo, estripon, marzoa, perilloteiro bravo, pirliteiro, pirliteiro.

Parte utilizada: hojas y flores.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1498).

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto espinoso de 3-4 m, ramas intrincadas con corteza de color gris claro. Hojas cortamente lobuladas y pecioladas, flores blancas agrupadas en corimbos. Frutos en drupa de color rojo

Se trata de un arbusto de distribución Euroasiática donde forma parte de las orlas espinosas de los bosques. Cultivado y naturalizado en otras altitudes (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 265).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para bajar la tensión

Se utiliza una cucharada sopera de las flores en infusión. Tomar varias veces al día. Betanzos (1 ref.).

También se utiliza la decocción de un puñado pequeño de hojas. No se acuerda de la posología. Arteixo (1 ref.).

Como tónico cardiaco.

Se utiliza una decocción de un puñado pequeño de las hojas y flores. Se nos dice que es tónico del corazón y al mismo tiempo regulador de su ritmo. Coristanco (1 ref.).

Para el dolor de piernas.

Se utiliza una infusión de un puñado pequeño de las flores. Cambre (1 ref.).

Como relajante del corazón.

Se utiliza una infusión de un puñado pequeño de las flores. Betanzos (1 ref.).

Metabolismo

Para bajar el ácido úrico

Se utiliza una infusión de un puñado de la sumidad florida. Tomándose varias veces al día. Oroso (1 ref.).

Para bajar el colesterol.

Se utiliza la infusión de un puñado de flores. Se nos dice que baja el colesterol en poco tiempo (“de un día para otro”). Somozas (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para injertos.

Se utiliza como pie para injertar los perales. Oleiros (1 ref.). Y otros frutales. Arteixo (1 ref.).

Por su madera.

Al ser su madera muy dura, se nos dice que se utilizaba para hacer maquinas para torturas durante la inquisición. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En las distintas acciones farmacológicas fundamentalmente se ven implicadas a la vez una serie de sustancias (flavonoides, procianidoles y aminos) que dan lugar a las siguientes acciones:

-El efecto cardiotónico y regulador del ritmo cardiaco producido por los flavonoides justifica su uso como tónico cardiaco.

-El efecto hipotensor suave producido por las aminos acredita su uso para bajar la tensión.

-El efecto sedante de S.N.C. y el relajante muscular producido por los flavonoides y proantocianidoles prueba su uso como relajante del corazón.

-El efecto vasodilatador coronario con aumento del flujo sanguíneo producido por la existencia de flavonoides y proantocianidoles justifica una activación de la circulación y por tanto su uso en dolores de piernas cuando son producidos por mala circulación.

Sin embargo desconocemos a nivel científico la justificación de las aplicaciones para bajar el colesterol y el ácido úrico que nos han sido

comentadas. Si bien el espino blanco tiene una acción catabólica sobre las grasas (como disolvente de depósitos en arterias engrosadas y escleróticas) (MULET PASCUAL, L.; 1997:152).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se comenta del *Crataegus monogyna* Jacq. la aplicación de orden mágico-religioso de poner ramas floridas para adornar las puertas y ventanas de las casas la víspera de San Juan. Añadiendo que tiene muy poca importancia esta planta en la zona en relación con otras regiones del norte de España (BLANCO CASTRO, E.; 1995:101).

En el estudio etnobotánico de Girona, recoge como aplicaciones etnofarmacológicas su uso como hipotensor y cardiotónico de la infusión de las flores (uso que también hemos recogido en el presente estudio), además de cómo depurador sanguíneo de gente mayor (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:92).

En el estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón, Mulet recopila un conjunto de usos como el de estimulante circulatorio, cardiotónico, para mejorar la circulación periférica y hipotensor (usos recogidos también en el presente estudio), además de otros como para mejorar la angina de pecho, como ambientador (sus ramas tienen olor a miel), como forraje en animales y en constipados bronquiales (MULET PASCUAL, L.; 1991:135).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como tranquilizante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:197-198).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:101.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:135.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:152.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:92.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOVA-VALENCIA, 1995: 265.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:197-198.

***Cucurbita pepo* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Cucurbita pepo* L.

Familia: *Cucurbitaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: calabaza

Nombres vernáculos gallegos: abobra, **cabaceira**, cabaxa, **cabaza**, calacueira.

Parte utilizada: La pulpa de calabaza.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de gran porte, monoica, con grandes hojas cordiformes lobuladas. Flores amarillas de gran tamaño (7-10cm) con lóbulos agudos. Fruto en pepónide anaranjado y muy grande, de pulpa carnosa, amarilla y esponjosa con numerosas semillas blanquecinas ovoides de 1-3 cm de longitud. Se cultiva generalmente en zonas de regadío (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:184).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la bronquitis.

Se utiliza para “los bronquios que cantan” (que tienen ruidos, estertores). Se hacen papas de pulpa de calabaza con harina de maíz. Se parte un limón en pedazos y 1 cebolla hervida con miel y tomarlo. Ames (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La pulpa de la calabaza hervida es muy rica en glúcidos. Es un emoliente de todo el conducto digestivo y posee un ligero laxante, diurético y antiinflamatorio que conviene a quienes padecen acidez de estomago, hemorroides y retención de líquidos principalmente. (PAMPLONA ROGER, JORGE D.; “Enciclopedia de las plantas medicinales” Ed. Safeliz.1997:606).

Sin embargo no se ha encontrado ninguna justificación científica en bronquitis.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del “Alt Empordà i de les Guilleries” (Gerona) se recoge como uso de la pulpa la fabricación del cabello de ángel para hacer confituras (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:93).

En el estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón, se recogen también usos alimentarios de la pulpa que se utiliza en pastelería como confitura y también asada como alimento. En el caso de las semillas comenta que son vermífugas y tenífugas (MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:138-139).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como afrodisíaco, antihelmíntico, digestivo, diurético y laxante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:93-94).

4-Observaciones.

La pulpa de calabaza contiene un saponósido triterpénico, la cucurbitacina, del cual se ha demostrado, in vitro, la capacidad de inactivar el virus de Epstein-Barr. Además presenta efectos antitumorales y citotóxicos (CLAUDIA KUKLINSKI.; 2000: 336).

5-Bibliografía.

- CLAUDIA KUKLINSKI. Farmacognosia. Ed. Omega. 2000: 336.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:138-139.
- PAMPLONA ROGER, JORGE D.; “Enciclopedia de las plantas medicinales” Ed. Safeliz.1997:606.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:93.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:184.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:93-94.

***Cuscuta epithymum* (L.) L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Cuscuta epithymum* (L.) L.

Familia: *Convulvulaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: barbas de capuchino, cabellos de monte, cabellos de tomillo, cabellos, manto de la virgen.

Nombres vernáculos gallegos: barbas do raposo, gorga, liño de cobra, liño de lebre, liño de raposo, pelos de raposo, sirgo de raposo.

Parte utilizada: planta entera.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba parásita, de 0,1-0,4 m, voluble, de tallos delgados, filiformes de color rojizo y desprovista de hojas, que se enmarañan sobre diversas plantas. Flores regulares (V-X) blanco-rosadas, ordinariamente pentámeras, con 5 lóbulos agudos, agrupadas en glomérulos. Fruto en cápsula globulosa que se abre por medio de una ventalla circular (pixidio).

Crece en los matorrales seriales y lastonares, parasitando diversas plantas fruticasas o herbáceas, propias de estas formaciones, entre el nivel del mar y 2100 m. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:289).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Como laxante.

Se utiliza la infusión de un puñado pequeño de las barbas de raposo para mover el vientre. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La planta contiene un glucósido amargo (la cuscutina), una resina rica en compuestos antracénicos, además de taninos, flavonoides, gomas y alguna flacona (PIO FONT QUER ; 1985:544-545).

Se trata pues de una planta laxante, que estimula la secreción biliar debido a la presencia de la resina y la cuscutina que justifica su uso a nivel popular como laxante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de la Provincia de Castellón se emplea como laxante (uso que también hemos recogido en el presente estudio), hipotensora y diurética (MULET; 1991:141).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:141.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscórides renovado" Ed. Labor 1985:544-545.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:289.

***Cynara scolymus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Cynara scolymus* L.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: alcachofera

Nombres vernáculos gallegos: alcachofra.

Parte utilizada: hojas, fruto

Descripción, distribución y ecología.

Planta vivaz robusta, de hasta 150 cm, con roseta de hojas grandes, divididas, blanco tomentosas por el envés, de la que parte un tallo erecto y robusto que se ramifica en su parte superior, presentando hojas sésiles más pequeñas y con tendencia a ser enteras. Capítulos terminales grandes, de hasta 15cm, con un involucre de brácteas carnosas ovales. Flores tubulosas de color azul-violáceo. Fruto en aquenio provisto de un largo vilano sedoso.

Se trata de una planta obtenida posiblemente por selección y cultivo a partir de la *Cynara cardunculus* L. , de origen circunmediterráneo (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:127).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para mejorar la función hepática.

Se utiliza el jugo de la planta fresca. Es mala de tomar por su sabor. Ferrol (1 ref.).

Depurativa

Tomando el fruto de la alcachofa en alimentación. Muxía (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La alcachofa contiene en su composición principalmente:

+ Cinarina: que le confiere una actividad hepatoprotectora, hepatoestimulante, colerética, colagoga e hipocolesterolemizante.

+ Principios amargos, como la cinaropicrina que tiene un efecto eupéptico.

+Flavonoides, sales potásicas y magnesio que aumentan el flujo renal comportándose como un diurético azotúrico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:127).

En base a esta composición el uso de mejorar la función hepática tomando el jugo de la planta fresca se justifica principalmente con la acción de la cinarina, aunque existen otras alcoholes ortodifenólicos (ácido clorogénico, cafeico, etc.) que también actúan sinérgicamente con la cinarina mejorando el efecto.

Sin embargo su uso como depurativo se trata de una acción conjunta de varias de las sustancias activas de distintos grupos. Estas sustancias se encuentran en proporción muy baja en lo que es el fruto de la alcachofa, que es la parte que se utiliza para la alimentación.

El proceso depurativo es un proceso complejo que envuelve varias acciones y que trabaja a nivel de los principales emuntorios de eliminación. De esta manera la cinarina junto con los principios amargos, actuarían como coleréticos y colagogos, con un efecto ligeramente laxante que produciría una mejora de la eliminación de los productos de desecho intestinales mientras que los flavonoides, sales potásicas y el magnesio favorecerían la eliminación renal de sustancias de desecho.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En las investigaciones etnobotánicas del Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería), se recoge como uso antiemético la infusión de las hojas de la alcachofera. (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:320-321).

En las investigaciones etnobotánicas del "Alt Empordà i de les Guilleries" (Gerona) se recoge como uso medicinal el de hepatoprotector utilizando la infusión de las hojas (uso que también hemos recogido en el presente estudio). Además recoge aplicaciones alimentarias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:95).

En la etnobotánica castellonense se indica su empleo como hipoglucemiante, antiflogística, astringente, colagoga y hepatoprotectora (este último uso lo hemos recogido en nuestro trabajo) (MULET PASCUAL, L.; 1991:144-145).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:320-321.

- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:144-145.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:95.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:127.

***Cynodon dactylon* (L.) Pers.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Cynodon dactylon* (L.) Pers.

Familia: *Poaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: grama, grama común

Nombres vernáculos gallegos: brama, cerreña, coca, herba grama, nervia, ninfa, pata de galiña.

Parte utilizada: Rizoma.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea rizomatoso-estolonífera de hasta 40 cm de altura. Hojas con vaina ciliada y lígula formada por pelos. Flores en espigas unilaterales dispuestas digitadamente. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:299).

Forma parte, de forma dominante, de pastizales vivaces, que se desarrollan sobre suelos apelmazados, húmedos y nitrificados (a orillas de caminos, yermos y cultivos). Distribución cosmopolita. Se utiliza frecuentemente en jardinería para crear céspedes duros y resistentes (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:678).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para orinar

Se utiliza un cocimiento de una pizca de sumidad florida por vaso. Coristanco (1 ref.).

Metabolismo

Depurativo

Utilizando el cocimiento de una pizca de sumidad florida por vaso como depurativo de la sangre y renal. Coristanco (1 ref.) y Aranga (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La grama contiene sales de potasio y fructosano (triticina), sustancias estas que ejercen una acción diurética que justifica su empleo popular para orinar.

La grama además tiene una acción farmacológica depurativa (ha sido utilizada en reumatismo y gota). Esta acción solo puede justificarse con la sinergia de todos sus componentes activos entre los que destacan las sales de potasio y la triticina además del inositol y el ácido málico entre los principales componentes (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.;1995:299).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se emplea en enfermedades renales por su efecto diurético (uso que hemos recogido también en el presente estudio), como antitusivo en la tos ferina y otras afecciones bronquiales, para la diabetes y para la caída del cabello (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:359-360).

En el estudio etnobotánico del “Alt Empordà i de les Guilleries” (Gerona) es usada como diurética (al igual que en nuestro estudio) y como parte de formulas de plantas antisépticas urinarias. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:95-96).

En la etnobotánica castellonense se emplea como hipotensora, astringente, antiespasmódica, hepatoprotectora, pectoral, galactófuga detoxicante y diurética (estos dos últimos usos coinciden con los recogidos en el presente estudio) (MULET PASCUAL, L.; 1991:146).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como antiinflamatorio, calmante y descongestivo de las piernas (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:186).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:359-360.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:146.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior

de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:95-96.

- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:299.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:678.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:186.

***Cytisus multiflorus* (L'Her.) Sweet.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Cytisus multiflorus* (L'Her.) Sweet.

Familia: *Leguminosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: No se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: codeso branco, piorno branco, xesta branca, xesteira.

Parte utilizada: Sumidad florida

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto erecto, muy ramificado. Tallos de 1-3 m, ramas flexibles, con 5 ángulos. Aladas, estriadas cuando son jóvenes y glabrescentes en la madurez. Las hojas sésiles o cortamente pecioladas. Trifoliadas las ramas inferiores y unifoliadas las superiores. Foliolos de hasta 10mm de lineal-lanceolados a oblongos.

Flores unidas al mismo eje terminal sobre pedicelos de 10 mm. Cáliz puberulento, de 5 mm, bilabiado; Corola blanca papilionácea, con estandarte de 9-12 mm. Fruto en legumbre fuertemente comprimida con pelos adpreso-pubescentes o hirsuta.

Se trata de un endemismo del noroeste y centro de España y centro de Portugal. (SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L.; 1998:126).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos

Para las camas del ganado.

Se utiliza las ramas para hacer las camas al ganado. Ortigueira (1 ref.).

Para poner en jarrones

En algunas zonas el codeso de flores blancas se pone en jarrones porque las flores son bonitas. Ames (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se conocen sus principios activos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Solo hemos encontrado referencias en el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel, donde se emplea para la fabricación de escobas (basoiras) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:159).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:159.
- SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L. “Guía da flora do litoral galego”. Edicións Xerais.1998:126.

***Cytisus scoparius* (L.) Boiss.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Cytisus scoparius* (L.) Boiss.

Familia: *Leguminosaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: retama negra, retama de escobas.

Nombres vernáculos gallegos: xesta, xesta brava, xesta de vasoiras, xesta mansa, xesta marela, xesta molar, xesta moura, xesta negra, xesteira

Parte utilizada: .Sumidad aerea.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto, de 2-4 m, con ramas jóvenes anguloso-estriadas, clorofílicas y derechas, glabras, en el ápice de las cuales se insieren hojas simples y sésiles, mientras que en la base llevan hojas pecioladas y trifoliadas. Flores papilionáceas amarillas, con un cáliz corto bilabiado, escarioso y un estilo enrollado. El fruto es una legumbre, cuando madura negruzca, velluda y aplanada.

Crece en orlas y matorrales de bosques atlánticos acidófilos, entre el nivel del mar y 1950 m. Distribución lateatlántica (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:344).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para bajar el azúcar.

Se hace una infusión de una cucharada de flores de xesta y se toma un vasito durante 9 días por la mañana. Arteixo (1 ref.).

También se puede masticar los brotes de la xesta. Es muy amarga. A Laracha (1 ref.).

Piel

Para los eczemas.

Se utilizaba una ramita de xesta, ceniza de carballo y un poco de sal. Con todo mezclado hacía unas frotaciones y decía una oración (ensalmo). Esto lo hacía durante 9 días. Boimorto (1 ref.).

Oftalmología.

Para los ojos

Se mastica la flor sin tragar cuando sangra el ojo por dentro. Ferrol (1 ref.).

Parasitario

Para eliminar las garrapatas.

Se hace infusión de las ramas de xesta y se lava con la infusión la garrapata. Este remedio se utilizó tanto en hombres como en animales. Mañón (1 ref.).

Usos veterinarios

Para mover el vientre.

Para mover el vientre en los cerdos, se hace un cocimiento de un puñado de xesta negra en 1 litro de agua y se les da a beber. Mañón (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos

Para alimentación.

Se da a comer a los conejos como si de pienso se tratase. Muxía (2 ref.)

Mágico: para evitar las brujas.

Las xestas que cuelgan ramos de ellas el 1º de Mayo de las casas para que no entren las brujas en las casas. Ribeira (1 ref.).

Para hacer carros.

Para poner en los ejes de los carros antiguamente cuando cantaban y rozaba mucho cuando estaba muy cargado podía por rozamiento llegar a calentarse y a quemarse y se ponía madera de xesta. Ordes (1 ref.)

Para hacer cestos

Se utilizan en cestería las ramas tiernas. Vimianzo (1 ref.).

Tradición

El día de San Cristóbal se adorna el coche con ramitas de xesta. Mazaricos (1 ref.)

Escobas.

Para hacer escobas se utilizan las ramas que se atan a un palo. Ames (2 ref.), Santa Comba (6 ref.), Vimianzo (4 ref.), Ortigueira (1 ref.), Rois (2 ref.), Coristanco (1 ref.), Zas (1 ref.), Muxía (6 ref.), Touro (1 ref.), Brión (3 ref.), Negreira (1 ref.), Mazaricos (7 ref.), Muros (1 ref.), Ordes (4 ref.), Negreira (2 ref.), Boiro (1 ref.), Santiago de Compostela (2 ref.), Boqueixón (3 ref.), Touro (4 ref.), Teo (3 ref.), Dodro (1 ref.), Mañón (1 ref.), Oroso (3 ref.), Sobrado (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Padrón (1 ref.), Lousame (1 ref.), Boimorto (2 ref.), Tordoia (3 ref.), Pontedeume (1 ref.), Vilasantar (1 ref.), Frades (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Trazo (2 ref.), A Laracha (1 ref.), Cesuras (2 ref.), Mesía (2 ref.).

Para limpiar hornos.

Se utilizaban las ramas de xesta para limpiar los hornos cuando antiguamente eran de leña. Cedeira (1 ref.).

Para quemar como leña

Se utilizan las ramas para quemar, para hacer fuego, sobre todo cuando están secas. Mazaricos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La composición química del *Cytisus scoparius* cambia según sean las ramas o las flores. Fundamentalmente en las ramas abunda el alcaloide espartenina, pigmentos flavónicos, sales minerales y aminas (con acción hemostática, vasoconstrictora e hipertensora). Mientras que en las flores son ricas en escoparina. . (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; 1994:284-285).

Las aminas son hemostáticas y vasoconstrictoras por lo que podrían ser utilizados cuando existe una hemorragia interna en el ojo sin embargo la forma de administración (masticar una flor sin tragar) no creo que sea la adecuada para producir tal efecto. Además este tipo de forma de administración nos hace pensar en la toxicidad del remedio. Es importante saber que por el tipo de acciones farmacológicas y el escaso margen terapéutico, se desaconseja su uso. Si se usa, siempre debe ser bajo control facultativo.

No se ha encontrado ninguna justificación posible en la bibliografía científica contrastada del empleo del *Cytisus scoparius* como hipoglucemiante, ni como antiparasitario ni como laxante de uso veterinario.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) se han recopilado empleos medicinales de esta planta, entre ellos el de vulneraria-antihemorrágica en cortaduras o heridas envolviendo la herida en la corteza de las ramas. También se recoge el uso de la retama negra para bajar el azúcar con la infusión de las flores (Uso también recogido por nosotros que además no hemos podido justificar científicamente.). Otro uso es el de la cestería, el cual nosotros también tenemos referenciado en nuestro trabajo (BLANCO CASTRO, E.; 1995:159-160).

4-Observaciones.

Es una planta peligrosa. Es importante saber que por el tipo de acciones farmacológicas y el escaso margen terapéutico, siempre se debe recomendar seguir las dosis marcadas por el facultativo o desaconsejar su uso.

El *Cytisus scoparius* (L.) Boiss, se trata de la misma planta que el *Sarothamnus scoparius* (L.)

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:284-285.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:159-160.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:344.

***Daphne gnidium* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Daphne gnidium* L.

Familia: *Thymeleaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: torvisco, matapollo, matagallina

Nombres vernáculos gallegos: chorovisco, churvisco, matapulgas, torvisca, trovisco, turvisco

Parte utilizada: Toda la planta.

Descripción , Distribución y ecología

Arbusto, de 0,8-1,8 m, tallos erectos de color pardo-rojizo, con pubescencia corta y aplicada, ramas densamente foliosas en su parte superior y desnudas en la base. Hojas alternas, coriáceas, persistentes, enteras, de color verde claro, lanceoladas, sésiles y aguzadas en su ápice. Flores (VI-IX) numerosas, agrupadas en panículas terminales amplias, con perianto de una sola envoltura formado por 4 piezas soldadas de color amarillento tirando a verdoso; 8 estambres, 4 más largos que los restantes. Fruto en drupa jugosa de color rojizo o anaranjado en la madurez.

Forma parte y está presente en casi todas las formaciones heliófilas forestales y preforestales mediterráneas (coscojares y claros de bosques perennifolios) Distribución mediterránea (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:610).

2-Etnofarmacología.

Otros

Para lavar pisos.

Se utilizaba para matar las pulgas como insecticida en suelos de madera. Se ponía a macerar 24 horas la sumidad florida en agua y luego se lavaba los suelos con esa agua. Abegondo (1 ref.), Trazo (1 ref.).

Para pescar peces.

Toda la planta es tóxica pero las raíces son lo más tóxico. Las raíces se machacaban y se tiraban al río para de esta manera los peces morían y salían a la superficie. Toques (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Hierba sanjuanera.

Torvisco, ruda y funcho adornábamos la casa la noche de San Juan. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En su composición química existe una fracción de esteres diterpénicos tóxicos que dan lugar a una acción vía tópica vesicante, inflamatoria y vía interna una acción purgante drástica. Esta toxicidad de los esteres diterpénicos es la justificación de el uso de lavar los suelos de madera por su efecto insecticida para eliminar las pulgas y también del efecto ictiotóxico por el cual se hacía pesca ilegal en acequias o pequeños arroyos de poca corriente (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:610).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio botánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería), se recogen como usos medicinales tradicionales para el dolor de muelas, el dolor de barriga, para la afecciones oculares, para las verrugas, para las luxaciones de muñeca, para las disfonías y en el campo veterinario para las diarreas y retención placentaria (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:158-160).

En el estudio etnobotánico de Gerona, se emplea el *Daphne gnidium* L. como antidiarreico en veterinaria y para pescar (ictiotóxica) uso este que nosotros hemos recopilado también en nuestro trabajo (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura y cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:96).

En el etnobotánica castellonense se utiliza como contraveneno, rubefaciente y vesicante, resolutivo, antipalúdico, veneno, antiparasitario capilar (contra los piojos del cabello), antiparasitario en veterinaria, para pescar (emponzoñando las aguas) (MULET PASCUAL, L.; 1991:151-152).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como insecticida, molusquicida, para pescar peces y cangrejos. También para quitar la diarrea de los borregos (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:216-217).

4-Observaciones

Se trata de una planta tóxica, su corteza en uso externo es intensamente rubefaciente y vesicante. En uso interno, tanto la corteza como los frutos, a dosis bajas, son purgantes drásticos. Se han utilizado raíces y hojas para emponzoñar las aguas de los ríos. También para envenenar los charcos donde beben los pájaros. Según la sabiduría popular no hay que consumir, ni siquiera caracoles que se hayan alimentado de esta planta, que incluso las setas que crecen bajo este arbusto son tóxicas. Conviene saber que la ingestión de algunos de sus frutos puede resultar mortal en los niños.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque

Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:158-160.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:151-152.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:96.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:610.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:216-217.

***Datura stramonium* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Datura stramonium* L.

Familia: *Solanaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: estramonio, higuera del infierno, higuera loca, flor de la trompeta.

Nombres vernáculos gallegos: corno do cervo, croxón, fedorentos, fedores, **figueira do demo**, figueira do inferno, figueira infernal, figueira tola, herba das nacidas, herba di corno, herba do demo, herba do gorgullo, herba do inferno, herba do morto, herba dos cheirosos, herba dos ourizos, **herba fedenta**.

Parte utilizada: Hojas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1519).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual de hasta 1,5 m de altura. Hojas grandes, alternas, con corto pecíolo, triangulares y con hendiduras desiguales. Flores grandes, solitarias, en forma de embudo y de color blanco. Fruto en cápsula ovoide, erecta y cubierta de espinas. Toda la planta tiene un fuerte olor nauseabundo

De origen sudamericano, está naturalizada en la mayor parte del mundo, en lugares alterados y nitrificados, por elevada presión antropógena (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:270).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Toxica.

No dormir nunca debajo ni estar cerca de ella. Es tóxica hasta su sombra. Te da pesadillas. Ferrol (1 ref.). Cesuras (1 ref.).

No la pueden comer las vacas porque se intoxican. A Laracha (1 ref.).

Para fumar.

A pesar de la toxicidad que era mucha las hojas se podían secar y fumar para colocarse. Me dijo que era muy venenosa y que no debía tomarse en infusión, cocimiento o comerla. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Se trata de una planta muy tóxica, debido a la riqueza de alcaloides tropánicos (0.2-0.45%) como la hisciamina, la escopolamina y la atropina entre los más importantes. Con esta composición química es más que justificados los comentarios de toxicidad que nos han dado las personas que hablaron de la planta. El uso de fumar sus hojas es para crear alucinaciones que no suelen pasar de meras intoxicaciones agudas sin llegar al delirio o a la muerte generalmente.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse como ahuyentador de topos (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J; 2002:96).

En la etnobotánica castellonense, Mulet recoge el empleo del congénere *Datura arborea* L. y narra su uso como antiasmática, utilizando la flor (sépalos y pétalos) seca, con la que se elaboran cigarrillos que se fuman cuando aparecen los síntomas del asma (MULET PASCUAL, L.; 1991:153). Se trata pues de la misma forma de administración que hemos recogido en nuestro trabajo.

También, se ha encontrado referencias de su aplicación como alucinógeno en el Norte de África donde sus flores, hojas y semillas se fuman mezclados con kif o consumidos en el té. (MULET PASCUAL, L.; 1997:161).

4-Observaciones.

Toda la planta es tóxica, sobre todo los tallos jóvenes, los pecíolos de las hojas y la nervadura de las mismas, así como las semillas. Se considera con una acción más tóxica que la belladona. Se conocen personas intoxicadas al comer animales que se han alimentado de esta solanácea (conejos, caracoles, mirlos, etc.). Incluso la miel de las abejas que se obtiene de esta planta puede resultar tóxica. Los casos más frecuentes de intoxicación se dan en niños por comerse las semillas o chupar las flores, las cuales no presentan sabor desagradable. (MULET PASCUAL, L.; 1997:159-162).

Su uso etnobotánico ha ido desapareciendo a medida que la industria farmacéutica ha desarrollado medicamentos más seguros para las mismas indicaciones.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:153.
- MULET PASCUAL, L. "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:159-162.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:96.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:270.

***Daucus carota* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Daucus carota* L.

Familia: *Apiáceas*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: zanahoria

Nombres vernáculos gallegos: cenoria, cenoura.

Parte utilizada: Raíz tuberosa.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba vivaz, en ocasiones bienal, de 0.3–0.8 m, más o menos pubescente, con raíz fusiforme, endurecida y tallos estriados. Hojas alternas, envainadoras, divididas en segmentos de lineares a oblongo-lanceolados. Flores (V-X) con corola de color blanco o rosado, en umbelas de hasta 40 radios, con una flor de color rojizo o negruzco en la zona central. Estas umbelas se cierran progresivamente a medida que van madurando los frutos. Fruto en diaquenio elipsoidal, comprimido dorsalmente, cubierto de prolongaciones picudas como aguijones.

Crece en pastizales sabanoides y subnitrófilos propios de diversos medios ruderalizados y arvenses, tales como márgenes de caminos, campos abandonados, cultivos, solares, escombreras y ejidos. Actualmente por selección genética se cultivan numerosas variedades en horticultura, entre el nivel del mar y 1600 m. Distribución circumboreal (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:124).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la garganta.

El Limón +miel+zanahoria (raíz) se utilizaba para la descongestión de garganta por vía interna tomándolo. Carballo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La raíz de zanahoria es muy rica en carotenoides y provitamina A, estos componentes tienen una acción demulcente cicatrizante lo que determina su uso terapéutico como descongestinante de gargantas irritada (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; 1994:329-330).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse como alimentaría utilizándose como verdura para cocinar o como verdura en ensaladas, además de formar parte en algunas mezclas de plantas analgésicas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J; 2002:97).

En la etnobotánica castellonense, Mulet indica algunos usos de la raíz, como: para mejorar la visión de las personas, como antidiarreico y para usos culinarios. Y también recopila usos de las simientes que son utilizadas como abortivas y alucinógenas (fumándolas) (MULET PASCUAL, L.; 1991:153-154).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:329-330.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:153-154.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:97.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:124.

***Digitalis purpurea* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Digitalis purpurea* L.

Familia: *Escrofulariaceas.*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: digital, dedalera

Nombres vernáculos gallegos: abelloca, abeloura, **abeluria**, abrula, abrulla,alconoz, alcroque, alicroque , aveluria, babocas, balocos, **belicroque**, estoupallo, estralantes, estralotes, **estralotes**, estroupallón, folla do sapo, herba da cobra.

Parte utilizada: Sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1357).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea perenne o bienal con hojas oval-lanceoladas más o menos pubescentes, las basales en roseta y pecioladas, las superiores más pequeñas y subsésiles. Inflorescencia en racimo alargado portador de vistosas flores purpúreas en forma de dedal, con llamativas manchas rojas. Fruto en Cápsula.

Crece en bosques atlánticos aclarados, sobre suelos silíceos en zonas de montaña (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:251).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para el corazón.

Como tónico para el corazón es buena pero es peligrosísima hay que tener mucho cuidado con la dosis. Coristanco (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Abegondo (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos.

Como Hierba Sanjuanera.

En la noche de San Juan se hacía “o lume de San Xuan”, las cenizas se guardaban y al día siguiente se hacía pasar a las personas y animales por encima de las cenizas frías. “ Saltar a lume de San Xoan para que non morda cadela nin can”. Boqueixón (1 ref.),

También se adorna la aldea por San Juan con ramas de digitalis. Arzua (1 ref.)

En San Juan los croques, las espadanas, las flores de bieiteiro, y el olivo se pone en la casa para las meigas y el mal de ojo no entren. Negreira (1 ref.), Mazaricos (1 ref.) y Arteixo (1 ref.).

Para jugar.

Para jugar cuando eran niños porque si aprietas la flor hace crok. Oleiros (1 ref.) y Arteixo (1 ref.)

Toxicidad

Se nos dice que son tóxicas Carballo (1 ref.)

Cuando se andan chupando las flores y poniéndoselas en la boca se pueden llegar a tener vómitos Dodro (1 ref.).

Son plantas toxicas para el ganado. Monfero (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La acción cardiotónica esta justificad por la presencia de heterósidos cardiotónicos (0.30%) derivados de la digoxigenina (digoxina y otros), y derivados de la digoxigenina y gitaloxigenina (gitoxina, etc.). Esta acción farmacológica se manifiesta por un aumento de la contractibilidad cardiaca y una disminución de excitabilidad, conductividad y ritmo (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J. I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; 1994: 144).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo de esta planta con usos mágicos-religiosos adornando las ventanas de las casas junto con ramas floridas de otras plantas. Incluso señala que antaño es posible que se utilizaran con el fin de no dejar entrar a las brujas, uso este típico en los cercanos montes leoneses (en el presente estudio se siguen utilizando las ramas floridas para poner en la casa y evitar el mal de ojo y las meigas). También, como uso etnobotánico infantil describe como los niños explotan la flor para jugar (este uso está recogido en nuestro trabajo).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería) se indica el empleo del congénere *Digitalis obscura* L. para odontalgias utilizando una infusión de las hojas y tallos, haciendo enjuagues bucales (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:287-288).

En el estudio etnobotánico castellonense Blanco enuncia un compendio de empleos populares del congénere *Digitalis obscura* L. como: antiséptica, antiflogística, antiparasitaria, rubefaciente, anticangrenosa, antisárnica, demulcente, vulneraria, hemostática, antirreumática, hipotensora y resolutive. BLANCO CASTRO, E.; 1995).

También en la etnobotánica de Gátova (Valencia) se nombran utilizaciones populares de la *Digitalis obscura* L. como antiinflamatoria, cicatrizante, desinfectante y revulsiva (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:106-107).

4-Observaciones.

Es una planta muy tóxica, con escaso margen terapéutico. No se recomienda su empleo salvo estricto control médico. Es preferible emplear especializaciones farmacéuticas que ofrecen una dosis estandarizada ya que dependiendo de la planta utilizada, esta puede tener diferencias significativas en cuanto a composición y actividad (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:251).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994: 144.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:287-288.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:287-288.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:251.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:106-107.

***Dipsacus follonum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Dipsacus follonum* L.

Familia: *Aspidiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cardo de cardadores, cardo de cardar, peines, raspasayos,

Nombres vernáculos gallegos: cardancha, **cardencha**, cardencha silvestre, cardo bravo, cardo de cardadores, cardo penteador.

Parte utilizada: las raíces y los capítulos florales.

Descripción, distribución y ecología.

Planta robusta, de 0,5-2 m, biennial, erecta, glabrescente, con tallo provisto de pequeños aguijones. Hojas basales cortamente pecioladas, oblongas, enteras con aguijones sobre la nervadura central del envés, siendo las caulinares más pequeñas. Flores (VI-X) de color rosa o lila, agrupadas densamente en capítulos terminales ovalados, con involucre de brácteas arqueadas y espinescentes.

Forma parte de herbazales sobre suelos profundos, húmedos y nitrificados, sobre todo en ambientes riparios, acequias y barbechos, entre el nivel del mar y 1650 m. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:300).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para la sporiasis

Un puñado de raíz seca en infusión para lavar las zonas psoriáticas. Malpica de Bergantiños (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos

Para pedir deseos.

Se ponía un cardo bravo en capullo en un paquete de papel cerrado y a la mañana siguiente lo habrían y veían si había abierto el capullo. Habitualmente se utilizaba para pedir un deseo. Si a la mañana siguiente se abría es que se iba a cumplir. Ordes (1 ref.).

Es una hierba San Juanera.

Junto con otras flores como bilicroques, rosas bieiteiro, malvas, herbas de San Juan puestas por las ventanas y puertas en la tarde de San Juan. Santa Comba (2ref.).

Superstición: para evitar las meigas.

Se ponían cardos con grandes espinas en las puertas de las cuadras del ganado para que las meigas no fueran a lavarse con la leche de las vacas. Se decía que las brujas tenían que contar las espinas antes de entrar. Y así no les daba tiempo antes de hacerse de día. Santa comba (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La raíz de la cardencha está compuesta por sustancias activas del tipo iridoides monoterpénicos (cantelyósido, loganina, serósido, silvestrósido III y IV) los cuales dan una acción farmacológica antiinflamatoria importante. De ahí, el empleo del cocimiento de la raíz para lavar zonas con problemas de psoriasis (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:300).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse para cardar la lana (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J; 2002:98).

4-Observaciones.

Los capítulos florales están provistos de grandes espinas que se empleaban para cardar la lana, de ahí las denominaciones de: “cardo de cardadores”, “cardo de cardar”.

5-Bibliografía.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:98.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar; 2001:300.

***Drosera rotundifolia* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Drosera rotundifolia* L.

Familia: *Droseraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: **Drosera**, hierba de la gota, hierba del rocío, **rocío del sol**, atrapamoscas

Nombres vernáculos gallegos: orvalliña, rorella, rosoli,

Parte utilizada: sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Pequeña planta (5-15 cm) carnívora, perenne, con raíz fibrosa. Hojas en roseta basal, pedunculadas y con limbo reniforme presentando en la faz pelos tentaculares de color rojo, terminados en una papila globosa. Escapo florífero erecto, simple o con 2-3 ramas. Flores poco vistosas situadas en racimos apicales. Fruto en cápsula oval.

Crece en turberas y zonas húmedas de montaña con aguas oligotrofas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:253).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la tos

La infusión de una pizca de la sumidad florida era utilizada para los problemas de tos. Melide (1 ref.), Betanzos (1 ref.) y Aranga (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para exportación.

La compraban los laboratorios y la pagaban muy bien. Aranga (1 ref.) y Betanzos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la composición química de la drosera entran a formar parte constituyentes como las naftoquinonas (plumbagona, hidroplumbagona y 7-metilhidrojuglona), flavonoides (quercetol) y taninos.

Las naftoquinonas son sustancias activas tienen unas acciones farmacológicas concretas como espasmolíticas, béquicas y antisépticas de las

vías respiratorias. Que unidas al efecto antiinflamatorio del quercetol justifican el empleo de esta planta en medicina popular como antitusivo (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:253).

La planta fresca es irritante y se aplica en etnobotánica para reblandecer callosidades y verrugas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:303).

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se han encontrado referencias sobre su utilización en otras localidades.

5-Bibliografía.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:253.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:303.

***Dryopteris filix-mas* (L.) Schott.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Dryopteris filix-mas* (L.) Schott.

Familia: *Polypodiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: dentabrón, helecho macho

Nombres vernáculos gallegos: dentabrú, dentabrún, felgo, fenta, fento macho, folgueira, folgueira da raposa,

Parte utilizada: Rizoma

Descripción, distribución y ecología.

Helecho vivaz, de 0,5-1,2 m, con grueso rizoma muy desarrollado. Frondes glabras o glandulosas grandes (llegan a superar el metro de longitud), atenuados en la base, glabros o glandulosos, pinnatisectos, con los segmentos inferiores poco asimétricos; pínulas festoneadas, más o menos cocrescentes y no atenuadas en la base, con los dientes sin arista. Indusio(V-X) orbicular reniforme, escamas más concoloras

Se da en bosques atlánticos, húmedos y umbrosos, fondos de barrancos sombríos, sobre suelos arcilloso-silíceos bien drenados y pedregales umbríos de pie de cantiles. Abundante en el piso montano y subalpino de la mitad norte peninsular; aunque escaso también se encuentra en comarcas mediterráneas lluviosas y zonas montañosas del sur peninsular, entre 100 y 2100 m. Distribución eurosiberiana y boreo-alpina (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.;2001:80).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para el reuma.

Se les daba a las personas una copita (chupito) de cocimiento de la planta para el dolor de huesos. Santa Comba (1 ref.).

Uso Veterinario

Antiparasitario

Para sacar las lombrices a los animales (vacas, cabras, caballos, ovejas, etc.) se utilizaba el cocimiento de la planta y se podía añadir un purgante o laxante si no obraban. Ortigueira (1 ref.). También para expulsar las solitarias la utilizaban los tratantes de ganado. Coristanco (1 ref.).

Para los cerdos tullidos.

En los cerdos que se tullían se les daba un cocimiento de un puñado de la planta. Santa Comba (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para Camas del ganado

Para hacer las camas de los animales (para hacer las cortes). Mañón (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Su efecto radica en la oleoresina (6,5-15%) que se extrae con éter y consta de dos fracciones. La más importantes es la fracción resinosa, se llama filicina (hasta un 25% del total y constituida por polifenoles derivados del floroglucinol) y la fracción etérea que posee trazas de ácidos grasos libres que sirven para potenciar el efecto de la filicina.

Es importante no asociar laxantes alcalinos ni oleosos, ya que emulsionan los floroglucinoles, potenciando de esta manera su toxicidad. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995: 314).

La filicina tiene un efecto antihelmíntico activo frente a cestodos. Tiene la virtud de paralizar la musculatura de diversos gusanos intestinales (nematodos, trematodos y cestodos), los cuales quedan inmóviles o se desprenden de las paredes en las que estaban adheridos, facilitando de esta manera su expulsión (MULET PASCUAL, L.; 1997:170-171). De ahí que se justifique el efecto Antiparasitario encontrado.

Para el uso antirreumático (para el dolor de huesos) no se ha encontrado justificación posible con la bibliografía farmacológica científica contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica su uso como ornamental en la confección de ramos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:103).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el ornamental, para plantar en jardín (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:98).

No se ha encontrado ninguna referencia bibliográfica en los estudios etnobotánicos contrastados sobre el empleo Antiparasitario del helecho macho, que además es un uso farmacologicamente comprobado y su utilización como antirreumático (uso este que no ha podido ser contrastado).

4-Observaciones.

El helecho macho es una planta con muchos híbridos, con lo cual es fácil que la composición varíe. Es una planta que ha caído en desuso en la terapéutica actual. No se recomienda su uso, salvo en caso de ser componente de un fármaco estandarizado (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:193).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:103.
- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:193.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:170-171.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:98.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:80.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995: 314.

***Epilobium parviflorum* Schreber.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Epilobium parviflorum* Schreber.

Familia: *Onagraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: epilobio, adelfilla

Nombres vernáculos gallegos: No se conocen.

Parte utilizada: Sumidad florida

Descripción, distribución y ecología.

Hierba robusta, de hasta 1 m, erecta tomentosa, tallo con tomento largo y patente, glanduloso, sin líneas longitudinales prominentes. Hojas semiamplexicaules, ligeramente decurrentes, la mayor parte opuestas. Flores (V-IX) actinomorfas con sépalos mucronados y pétalos de un color rosas purpúreo, en racimos foliosos corimbiformes; estambres y estilo derechos; estigma dividido en 4 lóbulos. Cápsula pubescente, de 5-8 cm.

Herbazales sobre suelos hidromorfos, ricos en materia orgánica, desarrollados sobre fondos y márgenes de regueros, acequias, riachuelos y bordes de ríos lagunazos y lagos. Frecuente en gran parte de la Península Ibérica, Mallorca y Menorca, excepto en ambientes áridos, entre el nivel del mar y 1500 m. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:474).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para la próstata inflamada.

Se utiliza el cocimiento de una dosis variable de sumidad florida de planta que va desde un puñado pequeño a una cucharadita para las personas con prostatitis. Arteixo (1 ref.) y Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Para el cáncer de vejiga.

Se utiliza un cocimiento de una cucharadita de la planta entera. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la composición química de esta planta los flavonoides (glucósidos del quercetol, miricetol y kenferol) son los constituyentes activos más importantes

con una acción farmacológica antiinflamatoria, descongestionante sobre la próstata especialmente importante. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:261).

Así como el uso para las prostatitis está justificado por la composición que tiene la planta. No se han encontrado referencias que también justifiquen el uso del epilobio para el tratamiento fitoterapéutico del cáncer de vejiga; aunque es importante tener en cuenta que esta planta, si se utiliza en el adenoma benigno de próstata.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente el congénere *Epilobium hirsutum* L. para evitar que los niños se orinen en la cama (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:174).

No existen referencias sobre la utilización de esta especie en la bibliografía etnobotánica consultada. Se aporta pues en este estudio la citación de esta planta con un uso etnobotánico contrastado y novedoso sobre una planta de la que, pese a estar en el territorio nacional y venir referenciada como medicinal, parece ser muy poco frecuente su utilización popular.

5-Bibliografía.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar; 2001:474.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:261.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:174.

***Equisetum* sp.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Equisetum* sp.

Familia: Equisetaceae.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cola de caballo.

Nombres vernáculos gallegos: chifre, cola de caballo, herba estañeira, rabo de caballo, xestela

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1263).

Descripción, distribución y ecología.

Vivaz, de 0,3-0,5 m, rizomatosa y robusta. Tallo articulado de alrededor de 1cm de grosor, estriado, con ramificaciones verticiladas y entrenudos hinchados; tallos dimorfos, los estériles muy ramosas y con vainas foliares terminadas en 20-30 denticulaciones agudas, los fértiles generalmente simples y no clorofilíferos, terminados en estróbilos (III-VII) obtusos de 4-10 cm (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:72).

Crece en suelos húmedos estacionalmente inundados de Eurasia, Norteamérica y parte de África (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B. ; 1995:222).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para luxaciones.

Por su efecto antiinflamatorio se utiliza un cocimiento de un puñado de la planta para hacer un emplastro y colocar en la zona del dolor. Paderne (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para cortar las hemorragias.

Se utiliza el cocimiento de un puñado de la planta para tomar varias veces al día. Coristanco (1 ref.).

Metabolismo

Para mejorar el hígado.

Tomar un puñado del cocimiento de la planta por vaso de 1-2 veces al día durante una temporada. Ferrol (1 ref.).

Aparato urinario.

Para la inflamación renal.

Se utilizan sólo baños de asiento, se procede cogiendo unos 100g de planta dejándola toda la noche en remojo y al día siguiente se calienta todo y cuando comienza a hervir, se mezcla con el agua del baño. El baño dura unos 20 minutos y sin secarse envueltos en una toalla se reposa 1 hora. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Como diurético

Se utiliza el cocimiento de una dosis que va desde una cucharada sopera colmada hasta un puñado de planta por vaso de agua. No se especifica el número de tomas a realizar al día. Oleiros (1 ref.), Coristanco (1 ref.) y Arteixo (1 ref.).

Aparato genital femenino.

Para el flujo blanco.

Se utilizan baños de asiento con un cocimiento de un puñado de sumidad florida. Coristanco (1 ref.).

Piel

Para la sudoración.

Se utiliza tomando un cocimiento de un puñado de la planta para tomar 1-2 veces al día. Ferrol (1 ref.).

Para disolver quistes.

Se utiliza tomando un cocimiento de un buen puñado de solo cola de caballo o de la mezcla de un puñado pequeño de cola de caballo y otro de milenrama por vaso unas 6 veces al día. Fene (1 ref.).

Uso veterinario

Para desinfectar heridas del ganado.

Se hacía un cocimiento de la planta en agua y luego se lavaba la herida varias veces al día. A Laracha (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

En agricultura biológica se utiliza para eliminar plagas haciendo decocciones para poner a remojo unos días con purín de ortigas a la serena 14 días y luego sulfatar a las plantas haciendo una dilución de 2 litros en una mochila de 16 litros (si no se diluye se secaría la planta porque es muy fuerte). Esto se le da a toda la planta de manera que la refuerza y le quita plagas. Recupera las plantas. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La cola de caballo tiene en su composición flavonoides (monoglucosidos y diglucósidos del kenferol y quercetol), sales minerales (sobre todo silíceas, potásicas, manganésicas y magnésicas), taninos gálicos, esteroides, carotenoides y trazas de alcaloides (palustrina, equisetina, nicotina) que van a determinar acciones farmacológicas como son: la diurética, producida por el

efecto de las sales minerales y las flavonoides. Hemostática por la presencia de taninos y flavonoides, lo que la hace indicada para cortar hemorragias (epistaxis, hemoptisis, hematurias, metrorragias). Como antiinflamatoria, debido a la riqueza de sales minerales y flavonoides, es adecuada en el uso de la inflamación renal (cistitis, prostatitis) y probablemente también para el flujo blanco (en las mujeres), para el hígado (para las inflamaciones hepáticas), también como antiinflamatoria en problemas del aparato locomotor como pueden ser luxaciones, esguinces, etc. (aquí la abundancia de sales silícicas hace mejorar y aumentar la elasticidad de los tejidos con un efecto estimulante sobre los fibroblastos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B. ;1995:222). En cuanto al contenido de trazas de alcaloides es importante saber que no se destruyen con el secado o almacenamiento y que las especies *E. Palustre* L. y *E. ramosissimum* Desf. son las que mayor contenido en palustrina tienen por lo que su toxicidad es mayor sobre todo por el uso prolongado y excesivo (MULET PASCUAL, L.; 1997:178-179).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo del congenero *Equisetum ramosissimum* Desf. para el tratamiento del prostatismo (donde se utiliza mezclado con los estigmas de *Zea mays* L., en gastritis (para el dolor de estomago), como vulnerario (realizando lavados de la zona afectada) y para afecciones de la garganta como antiinflamatorio (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. ;1997: 81-82).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del congenero *Equisetum arvense* L. como antirreumática, como diurética, para la mala circulación, como dentífrico para blanquear los dientes y como antiespasmódico en veterinaria popular.(BLANCO CASTRO, E.; 1995:97).

En el estudio de etnobotánica de Gerona (Alt Empordà i de les Guilleries), se recopilan usos de dos *Equisetum*. El *E. arvense* L. del que sólo da su uso como diurético y el *E. telmateia* Ehrh. del que recopila usos como antihipertensor, antilitiásico renal, diurético, depurativo sanguíneo, vasotónico y febrífugo, además de como reforzante capilar y alimento en vacas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:99).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente el congenero *Equisetum ramosissimum* Desf. como antiinflamatorio, antilitiásico, diurético y como suavizante de manos. (SEGARRA I DURÀ, EDUARD; 2008:100-101).

En el Recetario usado por los antiguos peregrinos de los caminos de Santiago se ha utilizado el *Equisetum arvensis* L. como tratamiento de hemorragias producidas por cortes, caídas y heridas por navajas (se machacaban unos tallos frescos y se hacía un emplasto para cubrir la herida) y además en el tratamiento de las epistaxis donde se pone en un algodón o pañuelo el zumo fresco extraído de la planta para poner en la nariz. El *Equisetum telmateia* Ehrh. Del. ha sido utilizado también para las hemorragias

nasales y las heridas pero además se ha empleado en el tratamiento de úlceras y llagas. (MUGARZA, J.1993:44-47).

4-Observaciones.

Para algunos autores, todas las especies de *Equisetum* son tóxicas, sobre todo el *Equisetum palustre* y el *E. ramosissimum* Desf. por su contenido en palustrina. No se recomienda su uso sin supervisión médica, estando contraindicado en el embarazo (por la acción anticolinérgica y oxitócica de los alcaloides).

Debido al contenido en alcaloides su uso prolongado a dosis altas pueden producir disturbios nerviosos del tipo cefalea, pérdida de apetito, disfgia y tenesmo (MULET PASCUAL, L.; 1997:178-179).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:97.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 81-82.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:47.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:178-179.
- PARADA, M.; SELGA A.;BONET, M. A.;VALLES, J."Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:99
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:72.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:222.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:100-101.

***Erica arborea* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Erica arborea* L.

Familia: *Ericaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Brezo

Nombres vernáculos gallegos: carroucha, orceira, urce, urce branca, urceira branca, urrigata, **uz, uz branza**, uz brancal, uza.

Parte utilizada: Sumidades floridas.

Descripción, distribución y ecología.

Mata ramificada, de 0,2-0,7 m, con ramas jóvenes de color ceniciento y pubescente. Hojas en verticilos de 3, estrechamente lineares. Flores reunidas en inflorescencias paniculiformes, de color rosa-rojizo o rosado-violáceo.

Matorrales y brezales que actúan como etapas degradativas o seriales de bosques atlánticos o mediterráneos (en comarcas lluviosas), desarrollados sobre suelos silíceos o pobres en bases, entre el nivel del mar y 1500 m. Distribución con óptimo atlántico (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:307).

2-Etnofarmacología.

Veterinario

Para estimular la rumia.

Se utiliza un cocimiento de un puñado de la sumidad florida de la planta que se da a las vacas para estimular la rumia. Monfero (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Como planta forrajera.

Se la da como alimento a las ovejas y las vacas. Padrón (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Se trata de una planta que contiene en su composición proantocianidoles y flavonoides y está indicada en casos de edemas, oligurias, hiperazoemias e hiperuricemias. Además los brezos tienen interés apícola (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:307).

No se ha encontrado ninguna referencia etnobotánica que relacione estimular la rumia con esta planta. Ni siquiera como planta forrajera.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica su empleo como diurético, antiséptico urinario, melífera, en construcción de techos de pallozas y hórreos, para las camas del ganado ,en donde no exista una planta más adecuada para utilizar (BLANCO CASTRO, E.;1995:153).

En el estudio de etnobotánica de Gerona (Alt Empordà i de les Guilleries), se recopila como uso para la fabricación con su madera de pipas de fumar, así como otros congéneres como *E. multiflora* L. cuya madera se emplea para la fabricación de punzones y el *E. scoparia* L. cuyo uso en medicina popular es como antiemético y antiespasmódico (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:100).

En la etnobotánica castellonense se indica el empleo de la *Erica arborea* L. como diurética y adelgazante. Además también recopila información sobre los usos de la *E. multiflora* L. que además de sus propiedades diuréticas y adelgazantes es hipotensora y es una planta melífera. (MULET PASCUAL, L.; 1991:168-170).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como antiséptico y antiinflamatorio de las vías urinarias, como diurético y tónico venoso y para la fabricación de pipas de fumar (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:104).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:153.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:168-170.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:100.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar; 2001:307.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:104.

***Eucalyptus globulus* Labill.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Eucalyptus globulus* Labill.

Familia: *Myrtaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: eucalipto.

Nombres vernáculos gallegos: alcolito, eucalito

Parte utilizada: Cladodios (hojas adultas) sin pecíolo.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1563).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de gran porte, con tronco liso y hojas persistentes, falciformes y coriáceas. Flores poco vistosas, con un receptáculo a modo de urna en la que quedan encerrados los estambres. Fruto en cápsula leñosa.

Originario de Australia y extendido en repoblaciones forestales por todo el mundo, dada sus pocas exigencias en cuanto a suelos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:272).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para las afecciones del tracto respiratorio (resfriados, catarros, congestión, bronquitis, gripes, tos) se utiliza de dos maneras:

+Por **vía interna** haciendo un cocimiento de hojas, que según me dicen son de las lanceoladas (aquellas que tienen forma puntiaguda y se les llama hojas de eucalipto macho) Curtis (1 ref.) y no las ovaladas (que son las hojas del árbol joven y no tienen propiedades por no tener aceite esencial.).

Atemperar y luego tomar un vasito 1-3 veces al día. Muxía (2 ref.), Arteixo (1 ref.), Mesía (1 ref.).

Se informa que en caso de tomar la planta hay que tener cuidado con la cantidad (normalmente se utilizan entre 1-4 hojas por vaso) pues es tóxico. Rianxo (1 ref.), Ferrol (1 ref.), Vilamaior (1 ref.), Aranga (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Mañón (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Toques (1 ref.) y Oleiros (1 ref.).

A veces se hacen formulaciones como tomar una infusión de Eucalipto (1 hoja seca en 1 litro de agua)+ romero + orégano en un litro de esta infusión y se toma 1 vasito por la mañana. Coristanco (1 ref.).

+Por **vía externa** se toman en forma de baños de vapor (vahos). Se pone una olla con un par de litros de agua a hervir y cuando esta hirviendo, se añaden unos puñados de hojas secas o verdes (recién cogidas) de eucalipto. Y se inhalan los vapores. En el caso de las personas se suele utilizar un trapo o una manta que se pone por encima de la cabeza y envuelve también la olla para de esta manera se concentren los vapores que respiramos.

Hay informantes que especifican que solo valen las hojas de eucalipto macho. Paderne (1 ref.), Betanzos (2 ref.), Abegondo (1 ref.), Cerdido (5 ref.), Somozas (1 ref.), Dodro (4 ref.), Dumbria (1 ref.), Monfero (9 ref.), Aranga (4 ref.), Cedeira (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (8 ref.), Abegondo (1 ref.), Boqueixón (3 ref.), A Coruña (3 ref.), Mazaricos (7 ref.), Ferrol (1 ref.), Vilamaior (1 ref.), Ribeira (4 ref.), Arzua (1 ref.), Carballo (1 ref.), Touro (3 ref.), Cerdido (2 ref.), Rois (1 ref.), Rianxo (3 ref.), Cedeira (3 ref.), A Capela (2 ref.), Muros (1 ref.), Santa Comba (6 ref.), Negreira (3 ref.), Muros (1 ref.), Rianxo (1 ref.), Carnota (2 ref.), Ames (3 ref.), Rois (2 ref.), Curtis (2 ref.), Oroso (3 ref.), Mañón (1 ref.), Brión (2 ref.), Teo (2 ref.), Muxía (4 ref.), Vimianzo (3 ref.), Noia (1 ref.), Lousame (1 ref.), Padrón (1 ref.), Boiro (1 ref.), Teo (1 ref.), Arzua (2 ref.), Betanzos (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Toques (1 ref.), Irixoa (3 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Zas (2 ref.), Camariñas (1 ref.), Trazo (1 ref.), Oza dos Rios (2 ref.), A Laracha (2 ref.), Cesuras (2 ref.), Boimorto (1 ref.), Cerceda (3 ref.), Val do Dubra (1 ref.), Tordoia (3 ref.), Val do Dubra (1 ref.), Pontedeume (1 ref.), Bergondo (1 ref.), Narón (1 ref.), Vilasantar (1 ref.). Frades (1 ref.).

Esto se puede hacer en la cocina o en la habitación del enfermo si no se puede sentar e inhalar los vapores directamente. Camariñas (1 ref.).

También algún informante hace gárgaras, tirando luego el líquido. Curtis (1 ref.).

En ocasiones se utilizan “fumazos” que se trata de quemar las hojas de eucalipto en una hoguera y inhalar los vapores. Touro (1 ref.).

Incluso en el caso de pulmonías se ponía al enfermo de manera que los vapores le darán directamente en el pecho Ribeira (2 ref.).

En el caso de animales se pone el cocimiento en un cubo dentro de la cuadra con el caballo y se cierran puertas y ventanas para que se concentren los vapores que inhala el animal.

Para la limpieza de las fosas nasales.

Se limpiaban las fosas nasales con los vahos de un puñado de hojas de eucaliptos en una olla y tomar los vapores. Mazaricos (1 ref.) y Aranga (1 ref.).

Para las rinitis.

Se utiliza haciendo vahos de un puñado de hojas de eucalipto en una olla. Moeche (1 ref.).

Para la garganta.

Se utilizaba haciendo vahos de un puñado de hojas de eucaliptos en una olla. Negreira (1 ref.) y Dumbria (1 ref.).

Aparato locomotor.

Para los moratones.

Se hacían formulas en las que entraba como integrante el Eucalipto.

Una mezcla sería: Eucalipto (puñado pequeño de hojas)+ chopo blanco (puñado pequeño de hojas) + laurel común (puñado pequeño de hojas) + bieiteiro (un puñado pequeño de flores). Se cocía todo un poco y se mojaba un trapo que se colocaba en la zona del moratón (zona de la mazadura) junto con el marco en emplasto vendándose todo. Mazaricos (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para los sabañones

Se hace una infusión con un puñado de hojas de eucalipto y con la misma se lavan los sabañones. Touro (1 ref.).

Piel

Para lavar las heridas

Se añade a una olla con agua un puñado de hojas de eucalipto. Se hace un cocimiento y se deja atemperar; después se lavan las heridas con el líquido. Se hace varias veces. Abegondo (1 ref.).

Como desinfectante y cicatrizante de heridas: se puede hervir en una olla y dar los vapores sobre la herida. Mazaricos (1 ref.). Como cicatrizante: preparar una infusión, mojar un paño y poner en heridas y lavarlas. Santa Comba (1 ref.), Monfero (3 ref.), As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Touro (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Abegondo (1 ref.), A Laracha (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Para sudar.

Como diaforético se utiliza la infusión de unas hojas. Coristanco (1 ref.)

Usos veterinarios

Para curar el moquillo.

Se utilizaban vahos de las hojas de eucalipto para que olieran los caballos con moquillo; se pone el cocimiento en un cubo dentro de la cuadra con el caballo y se cierran puertas y ventanas para que se concentren los vapores que inhala el animal, evitando luego las corrientes de aire. Dodro (1 ref.) y As Pontes de García Rodríguez (1 ref.)

Para las bronquitis

Se utilizaban vahos de las hojas de eucalipto y un puñado de castañas, estos se hacen inhalar a la res, evitando luego todo tipo de corrientes para el animal. Mañón (1 ref.).

Para desinfectar y cicatrizar las heridas.

Para cicatrizante y desinfectante de heridas en animales; se procede hirviendo una pota y se dan los vapores sobre la herida. Mazaricos (1 ref.), Rois (1 ref.).

También, se nos indica que se les ponía una rama en el corte y se les vendaba con ella. Mazaricos (1 ref.).

Para desinfectar las heridas aplicando la infusión sobre las mismas .As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Monfero (2 ref.), Val de Dubra (1 ref.), Cesuras (1 ref.), Frades (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

Toxicidad.

El eucalipto no se debe tomar en grandes cantidades porque es tóxico. Mazaricos (1 ref.), Santa Comba (2 ref.), Mesía (1 ref.).

Los niños pequeños al inhalar vapores pueden provocárseles bronco espasmos. Santa Comba (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para desinfectar superficies.

Como desinfectante de las cuadras y cualquier superficie. Se hace una infusión concentrada de las hojas de eucalipto y luego se lava con esta agua la superficie que queramos desinfectar, quitando el olor a humedad y poniendo un buen olor. As Pontes de García Rodríguez (3 ref.), Cerdido (1 ref.), Carnota (2 ref.), Santa Comba (2 ref.), Trazo (1 ref.), Frades (1 ref.).

Para desinfectar habitaciones donde se encontraban los enfermos se colocaban hojas de eucalipto en agua caliente para que respiraran mejor y se purificara el ambiente. Oleiros (1 ref.), Oroso (2 ref.).

También para desinfectar habitaciones se hacían vahos de hojas dentro de la misma. Pontedeume (1 ref.).

También en algunos sitios se tiene la costumbre de poner a las patatas cuando se recogen unas hojas de eucalipto seco por su poder desinfectante. Rianxo (1 ref.).

Para aromatizar.

Para aromatizar armarios por el buen olor que tiene. Se dejan hojas en el interior de los mismos y se cierran con el fin de que se concentre el olor. Monfero (1 ref.), Abegondo (1 ref.).

También me comentan que se tienen hojas por casa para que tenga un buen olor la casa (no tenga olor a humedad). Negreira (1 ref.).

Para maderas.

Aunque su madera no goza de una gran calidad para hacer muebles se utiliza habitualmente para hacer pasta de papel. Lousame (1 ref.), Narón (1 ref.).

También para hacer bateas de mejillones. Cerdido (1 ref.) y Lousame (1 ref.).

Cuando son eucaliptos que se han dejado crecer lo suficiente y tienen un buen “cerne” también se utilizaba su madera para la construcción de vigas para hacer casas. Ortigueira (1 ref.), Trazo (1 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para quemar

No se usa su madera para hacer churrasco porque le da sabor a la carne. Ames (1 ref.).

Superstición.

Se colgaban ramas de eucalipto en las puertas de casas y cuadras para espantar a las meigas. Mazaricos (1 ref.).

Para la industria cosmética.

Para usos cosméticos, se extrae el aceite esencial. Dodro (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El aceite esencial (1 a 3%) le confiere una marcada acción antiséptica, sobre todo en las vías respiratorias, tanto mediante infusión de los Cladodios (hojas adultas) sin pecíolo como por inhalación. Tiene una acción expectorante, balsámica y anticatarral. Lo cual justifica todas las aplicaciones medicinales populares en congestiones, resfriados, catarros, bronquitis, gripes y tos. Además en uso externo se aplica como balsámico, antiséptico y cicatrizante demostrando de esta manera usos medicinales populares como para desinfectar heridas, sabañones y moratones (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J. I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994: 161).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo de un congénere, el *Eucalyptus camaldulensis* Dehnh, que es utilizado para el catarro en forma de vahos. También dice que la flor del árbol es melífera y que tiene fama de dar buena miel (BLANCO CASTRO, E.; 1995:295).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, las hojas del *Eucalyptus globulus* Labill se utilizan como anticatarral, descongestiva pulmonar y nasal, antiséptica faríngea y antitusígena. Los frutos (“boles”) se utilizan para preparar licores de plantas (“ratafía”) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:102-103).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo en medicina popular del congénere *Eucalyptus gomphocephalus* DC. el cual se utiliza para las hemorroides, para la hipomenorrea, para afecciones del tracto respiratorio (catarros, resfriados, ronqueras, pulmonías), para aliviar la inflamación de las picaduras de insectos (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997: 194-196).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como antiasmático, anticatarral y dilatador de las vías respiratorias. (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:164-165).

En la etnobotánica castellonense se indica el empleo del *Eucalyptus globulus* Labill en la medicina popular como anticatarral, expectorante, demulcente, astringente, antiséptico, antiasmática, pectoral, energética, antiirreumática y digestiva (MULET PASCUAL, L.; 1991:176-178).

El uso etnobotánico para combatir las afecciones de las vías respiratorias del *Eucalyptus globulus* Labill y sus congéneres (*E. camaldulensis* Dehnh y *E. gomphocephalus* DC.) es generalizada (provincias de Lugo, Gerona, Almería, Castellón, Valencia (Gátova) y A Coruña). Sin embargo, en ningún caso se alude a su utilización para los sabañones y los moratones (mazaduras) en la bibliografía contrastada.

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994: 161.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:295.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 194-196.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:176-178.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:102-103.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:272.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:164-165.

***Euphorbia lathyris* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Euphorbia lathyris* L.

Familia: *Euphorbiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cagamuja, catapúcia menor, hierba topera, tártago

Nombres vernáculos gallegos: cagarrios, cagarriote, escurripa, herba da cuca, **herba rateira**, morgañeira, rateira, surbia

Parte utilizada: Latex y hojas .

Descripción, distribución y ecología.

Planta robusta, de 0,4-1,2 m, glauca, lignificada en su base, pubescente, con tallos gruesos de color que tiende al rojizo. Hojas esparcidas, linear-oblongas, ligeramente suculentas y con glándulas negruzcas. Brácteas florales soldadas. Inflorescencia en umbela terminal con 11-21 radios. Flores (III-VI) reunidas en ciatos negruzco-rojizos, con glándulas semilunares parduzcas y con apéndices. Fruto en cápsula tricoca lisa y pilosa.

Crece en coscojares, lentiscares y matorrales aclarados y subnitrificados, así como, en pedregales y fondos de ramblas con cierta humedad edáfica, desde el nivel del mar y 1500 m. Distribución mediterránea occidental (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:323).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Como laxante

Se utilizan las hojas en infusión, hay que tener cuidado porque es muy fuerte y deben ponerse entre 3-5 hojas para un vaso de infusión. Mañón (1 ref.).

Piel

Para eliminar los callos.

Se utiliza el látex lechoso que sale al romper una hoja. Con este látex se tocan los callos y se van reblandeciendo, hasta que se caen. Coristanco (1 ref.).

Usos veterinarios

Como laxante y purgante

Se ha utilizado como laxante y purgante de vacas y otros animales un cocimiento de las hojas. Una sola vez es suficiente. Mañón (1 ref.), Oleiros (1 ref.) y Ortigueira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Su látex tiene esteres diterpénicos (sobre todo derivados del ingenol) que producen una acción farmacológica revulsiva sobre la piel y las mucosas. Su uso tópico aplicado directamente sobre callos y verrugas actúa como agente necrótico (conviene proteger las zonas circundantes con vaselina filante). Vía interna su uso diluido tiene propiedades laxantes-purgantes, según dosis (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:323).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila el uso de esta planta como laxante y purgante (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:104).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo del congener *Euphorbia serrata* L. cuyo látex se utiliza como antiverrucoso (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:157).

En la etnobotánica castellonense se indica el empleo de los congeneres *E. characias* L., *E. helioscopia* L., *E. nicaeensis* All. y *E. serrata* L. Todos ellos tienen como medicinal popular el utilizar su látex como antiverrucoso, callicida y vesicante (MULET PASCUAL, L.; 1991:178-181).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente el látex del congener *Euphorbia segetalis* L. como sustancia caustica para quemar las verrugas (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:109).

En el antiguo recetario usado por los antiguos peregrinos de los caminos de Santiago se utiliza el látex de la planta fresca de la *Euphorbia helioscopia* L. para el tratamiento de verrugas y callos así como durezas en los pies (MUGARZA, J.; 1993: 69).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:157.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio; 1993: 69.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:178-181.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:104.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:323.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:109.

***Ficus carica* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ficus carica* L.

Familia: *Moraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: higuera

Nombres vernáculos gallegos: breveira, cabrafigo, **figueira**, figueira brava.

Parte utilizada: .Sicono (higo), hojas y el látex.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol, de 2-8 m de altura, monoico en los ejemplares silvestres "cabrahigueras" y dioico en los cultivados, caducifolio, que muchas veces no pasa del porte arbustivo. Corteza lisa de color grisáceo, que al hendirla, segrega un látex blanquecino. Hojas grandes, alternas, pecioladas, con limbo palmeado profundamente hendido en lóbulos ("pampanos"). Flores (VI-VII) numerosos granitos que son los frutos o núculas.

Se cultiva fundamentalmente en campos de secano mediterráneos (piso termo y meso), para la obtención de sus receptáculos carnosos que hemos descrito ("higos"). En estado silvestre es frecuente en los cantiles térmicos como fisurícola, entre el nivel del mar y 1500 m. Distribución mediterránea (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:462).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la tos

Se utiliza los higos que se ponen a hervir con leche y se dejan reposar antes de tomarlos. Dodro (1 ref.).

Aparato digestivo

Como laxante

Se utilizan los higos maduros o también como higos pasos cocidos en agua. Paderne (1 ref.), Ames (1 ref.), Negreira (1 ref.), Oroso (1 ref.) y Ferrol (1 ref.), Tordoia (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Piel

Maduración de abscesos.

Se utilizan los higos abiertos que se calientan y se ponen en forma de emplastos. Dodro (1 ref.).

Manchas en la piel

Para este uso se quemaba la madera de unas ramas de una higuera. La ceniza resultante se guardaba y se ponía en la mancha todos los días durante una temporada hasta que se iban las manchas. Santiago de Compostela (1 ref.).

Para quitar verrugas.

Se utiliza el látex blanquecino que sale al quitar una hoja, un higo o hacer una incisión en el tronco. Con este látex se toca la verruga. Este procedimiento se repite hasta que se seca y cae la verruga. Aranga (1 ref.), Negreira (2 ref.), Muros (2 ref.), Mañón (1 ref.), Brión (1 ref.), Sobrado(1 ref.), Monfero (2 ref.), Arteixo(2 ref.), Carballo (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Oroso (2 ref.), Betanzos (1 ref.) y Touro (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Cesuras (1 ref.), Val do Dubra (1 ref.).

Usos veterinarios

Para eliminar sanguijuelas.

Para eliminar las sanguijuelas de los caballos se hacía restregando el envés de la hoja de higuera que era muy áspero a la sanguijuela y esta se soltaba. Ortigueira (1 ref.).

Para inflamaciones de los pies

Para inflamaciones en los pies de las vacas antes se utilizaban preparados a base de hierbas como: hojas de higuera, ruda, bieiteiro, malva y romero. Se preparaba un cocimiento de esta fórmula y luego se ponía un emplastro de las plantas con un paño húmedo del cocimiento liado a la pata. Ordes (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer licor.

Se hace con higos secos, azúcar principalmente y aguardiente de destilación casera, se deja macerar unas semanas y se toma en chupitos. Ames (1 ref.).

Supersticiosos.

Cuando alguien estaba mal tenía que dar vueltas a una higuera. Nos señaló la zona donde estaba la higuera que era donde enviaban a la gente (es un remedio de sus padres). Negreira (1 ref.).

Alimentación

Para hacer mermelada de higos que se hace con higos y azúcar para la gente que le gusta mucho lo dulce. Padrón (1 ref.).

Pegamento

El látex se utilizaba como pegamento de presión. Dodro (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los siconos (higos) maduros contienen fundamentalmente azúcares (50-60%), que le dotan de un alto poder energético. Además tiene sales de hierro, calcio, manganeso, bromo y vitaminas A1, B1, B2, C y D. Se ha utilizado en la medicina popular como laxante por su contenido en pectinas y también como antitusivo por su efecto demulcente y pectoral. Además de un efecto madurador de abscesos.

El látex presente en las hojas, ramas y siconos verdes, contiene furocumarinas (psoraleno, bergapteno y amoidina) que son fotosensibilizantes y además enzimas proteolíticas (ficina) con actividad proteolítica similar a la de la papaina. Por ello se ha utilizado en medicina popular para quitar verrugas.

No se ha encontrado ninguna justificación farmacológica al uso de las cenizas de la rama de la higuera para quitar las manchas de la piel, aunque si que se aprovechan las propiedades fotosensibilizantes del látex para el tratamiento de vitíligo y otras hipocromías (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:188-189).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se utiliza el *Ficus carica* L. como: antiverrucosa, pectoral, laxante, sudorífica, anticatarral, alimento, callicida, veneno, vesicante, demulcente, anticatarral, antinefrítica, hipoglucemiante, antiséptica, cistitis, nefritis y como alergizante (MULET PASCUAL, L.; 1991:182-183).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica su empleo como balsámico, antitusivo y antiverrucoso. Usos asimismo referenciados en nuestro trabajo y además de como analgésico e hipoglucemiante (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997: 93-102).

En el estudio de etnobotánica de Gerona (“Alt Empordà i de les Guilleries”) se emplea esta planta como antiverrucosa, vesicante y como parte de mezcla de plantas con propiedades antiinflamatorias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002: 104).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), Mulet la cita como antitusígeno (higos pasos) y para la alimentación (BLANCO CASTRO, E.; 1995:104).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como anticatarral, callicida, expectorante y como mucolítico (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:166-168).

Se trata de una planta frecuentemente utilizada en medicina popular como antiverrucosa. Sin embargo, en ningún caso se alude a su utilización para la maduración de abscesos en la bibliografía contrastada.

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; “Fitoterapia. Vademécum de prescripción”. Ed. CITA 1994:188-189.
- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:104.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural

del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:93-102

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:182-183.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002: 104.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:462.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:166-168.

***Foeniculum vulgare* Miller.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Foeniculum vulgare* Miller.

Familia: *Apiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: hinojo

Nombres vernáculos gallegos: fieiteiro, fiollo, fioncho, fionllo, fiuncho, fruncho, funcho.

Parte utilizada: Frutos y hojas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1854).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de hasta 2 m de altura con hojas pecioladas anvainantes y muy divididas en finos segmentos. Flores amarillas reunidas en umbelas. Fruto en diesquizocarpo.

Crece como subcosmopolita, en linderos y bordes de caminos. Existen diversas variedades de cultivo (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:323).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se utiliza un cocimiento de ramitas de Fiucho para tomar varias veces al día (1-3) para los catarros de garganta y de bronquios. Coristanco (1 ref.).

Para la garganta.

Se utiliza un cocimiento de ramitas de Fiucho que se toma haciendo gargarismos con el fin de aumentar su efecto a nivel de garganta. Vilamaior (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para aumentar el apetito.

Se utiliza un cocimiento de un puñado pequeño de ramitas de hinojo. Tomar 1-2 veces al día. Abegondo (1 ref.).

Para las diarreas.

Se utiliza una infusión de ramitas de Fiucho. Oroso (2 ref.).

Para mejorar la digestión.

Se pone en infusión unas ramitas frescas de Fiucho después de comer. Arteixo (1 ref.).

Dolor de estomago

Se hace una infusión de ramitas de Fiucho o semillas. Se toma después de comer. A Coruña (1 ref.), Aranga (1 ref.), Coristanco (1 ref.),

Para los gases

Se toma una infusión preparada con semillas ó palitos de hinojo después de comer. A Coruña (1 ref.), Ordes (1 ref.), Ferrol (1 ref.), Carballo (1 ref.), Coristanco (1 ref.), O Pino (1 ref.), Betanzos (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para bajar la tensión

Un cocimiento de un puñado pequeño de Fiucho varias veces al día. Oroso (1 ref.).

Oftalmología

Para las conjuntivitis.

Se prepara una infusión con un puñadito de ramas o puñado pequeño de semillas y con algodones lavamos los ojos. Se utiliza para conjuntivitis e inflamación de los párpados. Coristanco (1 ref.) y Mañón (1 ref.).

Sistema nervioso.

Para relajar.

Se utiliza una infusión de un puñado de ramitas o semillas de hinojo. Coristanco (1 ref.).

Metabolismo.

Para aumentar la producción de leche.

Se utiliza tomando infusiones de hinojo varias veces al día. Abegondo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para alimentación

Se utiliza a modo de condimento, para dar sabor a caldeiradas, ensaladas, sopas. Santa Comba (1 ref.) y Dodro (1 ref.).

Incluso para cocinar trozos de tallo fresco. Cerdido (1 ref.).

También se utiliza para cocer las castañas añadiendo al agua de cocción unas semillas o ramitas de Fiucho. Las castañas, son ingrediente de algunos platos típicos populares, arraigados en un pasado no muy lejano; hasta antes de llegar la patata. Cedeira (4 ref.), Ferrol (1 ref.), Rianxo (3 ref.), Ribeira (2 ref.), Aranga (1 ref.), Curtis (1 ref.), Cerdido (4 ref.), Vilamaior (1 ref.), Ortigueira (1 ref.), Santiago de Compostela (3ef.), Aranga (2 ref.), Ordes (1 ref.), Ames (1 ref.), Touro (2ref.), Brión (1 ref.), A Coruña (2 ref.), Moeche (1 ref.), Carral (1 ref.), Dodro (3 ref.), A Capela (1 ref.), O Pino (1 ref.), Santa Comba (6 ref.), Carnota (2 ref.), Mazaricos (8 ref.), Muros (1 ref.), Negreira (2 ref.), Ferrol (1

ref.), Oleiros (1 ref.), Ribeira (2 ref.), Mañón (2ref.), Muxía (6 ref.), Vimianzo (2ref.), Rois (1 ref.), Oroso (2ref.), Dumbria (1 ref.), Toques (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Ames (2ref.), Vedra (1 ref), Boqueixón (2ref.), Ordes (1 ref), Touro (1 ref.), Lousame (1 ref.), Brión (2 ref.), Teo (3 ref.), betanzos (2 ref.), Cambre (1 ref.), Cedeira (2 ref.),Culleredo (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Carballo (1 ref.), Trazo (2 ref.), Cerceda (2 ref.), Cesuras (4 ref.), Frades (1 ref.), Tordoia (2 ref.), Val do Dubra (2 ref.), Pontedeume (3 ref.), Vilasantar (1 ref.), Narón (1 ref.), Boimorto (1 ref.).

Cultural

Existe la tradición de hacer alfombras de flores con Fiuncho que dan olor. Muros (1 ref.).

Existe también la tradición de hacer trenzas de fiuncho en las botas. Negreira (1 ref.).

Para lavar la cabeza.

Para quitar la grasa del cabello se prepara un cocimiento de ramas de Fiuncho que se utiliza como última agua de aclarado al lavarse la cabeza. Cerdido (1 ref.).

Supersticiones.

Se pone el fiuncho y espadana en la entrada a los establos y cuadras para evitar que la cuadra cayera en envidia. Muxía (1 ref.).

El fiuncho se cuelga en la puerta y en las esquinas de las casas para adornar y dicen que para que no se acerquen las meigas el día de San Juan. No se saca hasta el próximo año (se pone después detrás de la puerta). Cedeira (7 ref.), Mañón, (1 ref.) y ordes (1 ref.), Tordoia (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

En la noche de San Juan se hacía un agua con fiuncho, rosas y herba luisa y otras flores aromáticas para dejar a la serena el agua y lavarse al día siguiente temprano (antes de que salga el sol) para tener un cutis más joven el resto del año. Muxía (2 ref.), Rianxo (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

En algunas zonas a esta maceración se le llamaba “el agua serenada de San Juan”. Mazaricos (1 ref.).

En ocasiones se guardan esas hierbas que hemos cogido el día de San Juan, en casa, en un sitio seco para conservarlas y se utilizan para múltiples usos. Por ejemplo, se queman y con el humillo se bendice un campo, una cuadra, etc... cuando hace falta (si hay mala cosecha, mal de ojo, envidia, etc... Mazaricos (1 ref.) y Rianxo (1 ref.)

El día del Corpus se lleva a la iglesia unas ramitas de fiuncho y cuando pasa la profesión del Santo queda bendecido y se conserva en casa. Touro (1 ref.).

Para aromatizar la casa.

Se suele poner en floreros y jarrones para adornar la casa y al mismo tiempo dar olor. Teo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los frutos contienen aceite esencial (rico en anetol, estragol, anisaldehído y fenchona, etc...), cumarinas (umbeliferona, bergapteno, psoraleno, etc.), flavonoides (kenferol, quercetol, rutósido, etc.), glucidos, lípidos y prótidos.

Las hojas incluyen menores cantidades de aceite esencial y son más ricas en flavonoides (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:323).

La composición del aceite esencial, justifica una acción farmacológica carminativa al estimular la motilidad gástrica, eupéptica y espasmolítica por lo que quedan probados sus usos para mejorar la digestión, los gases, el dolor de estómago, aumentar el apetito y diarreas. Otras acciones del aceite esencial es la de ser galactogogo y relajante.

Además por el aceite esencial y los flavonoides desempeña acciones como antiséptica, expectorante, antiinflamatoria y reepitelizante las cuales justifican su uso externo en faringitis, en conjuntivitis.

La acción antiseborreica encontrada en nuestro estudio no se encuentra anotada en la relación de usos de la bibliografía científica contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellanense ha sido utilizada como carminativa, antiespasmódica, antiséptica, oftálmica, galactogoga, anticatarral y hipotensora igual que en nuestro estudio etnobotánico. Además de otros usos como diurética, hipocolesteremiante, vermífuga, antirreumática (MULET PASCUAL, L.; 1991:187-189).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica su empleo como carminativo, antipirético y diurético. Además de utilizarlo en aguardiente de hierbas. (BLANCO CASTRO, E.; 1995:104).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza, para la dispepsia flatulenta en trastornos digestivos, y para la ansiedad como tranquilizante. Usos que también nosotros hemos recopilado en nuestro estudio). Además de tonificante en casos de astenia, como tónico circulatorio (tomada en infusión junto con romero) y en halitosis (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:216-218).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se señalan usos como digestiva, carminativa, anticatarral (usos que compartimos, pues nos los han señalado nuestros informantes) y además antidesmenoreica y en mezclas de plantas analgésicas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:104-105).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como antiulceroso tópico, carminativo, diurético y galactogogo (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:41-42).

También ha sido una planta empleada por los antiguos peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de las flatulencias, mala digestión y inflamación intestinal, para el tratamiento de la tos y el asma, para reponer estímulos agotados (efecto tónico) (MUGARZA, J.; 1993:64-65).

4-Observaciones.

El consumo de los frutos o el aceite esencial a altas dosis puede dar lugar a intoxicación que cursa con vómitos, crisis epileptiformes, convulsiones, depresión de la respiración, somnolencia y alucinaciones

Es importante saber que su aceite esencial se clasifica dentro de los convulsivantes, narcóticos y estupefacientes. Está contraindicada su utilización durante el embarazo, la lactancia y en caso de enfermedad de Parkinson y epilepsia.

La planta puede provocar en las personas dermatitis de contacto y fotosensibilización (MULET PASCUAL, L.; 1997:189-190).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:104.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997. 216-218.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio. 1993:64-65.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:189-190.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:187-189.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:104-105.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:323.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:41-42.

***Fragaria vesca* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Fragaria vesca* L.

Familia: *Rosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: fresa

Nombres vernáculos gallegos: amarón, amodoreira, **amorillón**, amorillote, amorilloteira, amorodeira, amoridio, **amorodo**, amorote, cacareixón, **careixón**, freseira, maroteiro, morangueira, morodera, morodo, morogo, morogueiro, morote.

Parte utilizada: Eterio (fresas)..

Descripción, distribución y ecología.

Hierba pilosa, estolonífera, de 0,05-0,3 m, con roseta de hojas estipuladas. Hojas trifoliadas, con los folíolos sésiles o cortamente peciolados, con un envés algo sedoso y apenas en su haz. Flores (III-VIII) reunidas en cimas terminales paucifloras, algo más largas que las hojas, bisexuales, con cáliz reflejo y pétalos blancos. Fruto complejo (elaterio), con receptáculo carnoso glabro, con sólo un anillo de pelos en la base, rojizo en la madurez, con numerosas núculas densamente distribuidas a la largo de toda su superficie.

Crece en orla herbácea y claros de bosques caducifolios ligeramente húmedos. En la Península Ibérica es frecuente en este tipo de formaciones del piso montano y colino de la Región Eurosiberina; aunque está presente también formando parte del mismo tipo de comunidades en áreas mediterráneas al menos subhúmedas, desde el nivel del mar hasta 1800 m. Alcanza en esta última su óptimo en el piso supramediterráneo. Su presencia se limita básicamente a la mitad del norte peninsular. Distribución Lateeuropea (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:546).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para orinar más.

Al comer las fresas se produce un efecto diurético. Coristanco (1 ref.), Melide (1 ref.) y Santa Comba (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación

Para comer las fresas, sobre todo cuando se es niño, se buscan y se comen. Santa Comba (1 ref.) y Coristanco (1 ref.)

Para hacer mermeladas Coristanco (1 ref.).

Para hacer licor

Para hacer licor de fresas, que es muy rico. Se pone aguardiente+fresas+azúcar. Todo ello se tritura y se deja macerar durante semanas y se toma de la misma botella. Luego se filtra y se pone en otra botella y se toma en chupitos. Muxía (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los eterios (fresas) contienen entre el 3 y 4,5% de azúcar invertido, abundantes derivados antociánicos, pectina y diversos ácidos orgánicos. El zumo de fresas, según Pio Font Quer es uno de los productos más complejos del reino animal. La fruta bien madura es un postre excelente, refrescante y rico en vitamina C.

Algunas de estas sustancias junto con la gran riqueza de agua que tienen las fresas provocan diuresis.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), solo se utiliza el fruto ("morodo") para comer como fruta de entretenimiento (BLANCO CASTRO, E.; 1995:121).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, solo se utiliza el fruto (la fresa) para comer (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:106).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como antiséptico bucal, desinfectante tópico y reconstituyente (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:201-202).

Aunque es una planta frecuentemente utilizada en medicina popular fundamentalmente sus frutos como alimento, su utilización para hacer licor de fresas, es la primera referencia que tenemos a nivel etnobotánico.

4-Observaciones.

Existen personas que presentan síntomas de intolerancia al consumir fresas. Estas alergias están provocadas por alérgenos.

Es importante tener en cuenta a la hora de recolectar los eterios (fresas) que siempre debe hacerse en lugares exentos de contaminación, en los que no se hayan utilizado insecticidas o herbicidas.

Los frutos tomados pueden dar una coloración rojiza a la orina y heces, por la eliminación de los pigmentos, careciendo este signo de significación

patológica. ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:166-167).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:166-167.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:121.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:106.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:546.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:201-202.

***Frangula alnus* Miller.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Frangula alnus* Miller.

Familia: *Rhamnaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: frangula, arraclán.

Nombres vernáculos gallegos: sangobin, sangobiño, sangomiño, sangubiño, **sanguiño**, sangumín, sangumo, sanguño.

Parte utilizada: La corteza desecada y los frutos .

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p.1684).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de 4-5 m. Hojas alternas, pecioladas, enteras, oval- elípticas, con nerviación bien marcada. Flores pequeñas, verdosas, situadas en la axila de las hojas. Fruto en un pequeño drupilanio de color negro cuando madura, conteniendo dos o tres semillas anaranjadas.

De distribución euroasiática, crece en bosques húmedos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:160).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para el dolor de huesos

Se dan frías en las zonas del dolor con los frutos que son como bolitas rojas que se recogen en la luna de Agosto cuando esta en decreciente (“en la luna de balo de Agosto”). Ordes (1 ref.) y Teo (1 ref.).

Aparato digestivo

Como laxante

Se utiliza la corteza seca para el estreñimiento. Importante tener en cuenta la dosis porque si se excede actúa como purgante. Melide (1 ref.), Abegondo (1 ref.), Betanzos (2 ref.) y Coristanco (1 ref.), Paderne (1 ref.), Ordes (1 ref.), Arteixo (2 ref.) y Santiago de Compostela (1 ref.), Frades (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos

Para hacer cestas

Se utilizan las ramas jóvenes en la primavera. Mazaricos (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Vimianzo (1 ref.).

Para hacer herramientas.

Su madera se utilizaba para mangos de herramientas: cuchillos, navajas, etc. Negreira (1 ref.), Aranga (1 ref.).

La recogían para la industria farmacéutica

Les compraban toda la cáscara de frángula (sanguiño) que recogiesen. Había casas farmacéuticas que compraban toda la cáscara de sanguiño que les entregasen. Ordes (2 ref.), Cesuras (1 ref.).

Tóxica

Es una planta tóxica que ha dado sustos con diarreas y descomposiciones. Sobre todo si cuando la utilizamos no la hemos secado bien. Mazaricos (1 ref.).

Tinte para las telas.

La corteza se utilizaba para teñir la ropa de un color rojo ladrillo. Betanzos (2 ref.), Monfero (1 ref.), Boimorto (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La corteza fresca recolectada en el momento de la floración contiene heterosidos antraquinónicos muy irritantes. Su empleo medicinal necesita de un envejecimiento o secado de por lo menos 1 año o desecar a 100grados durante una hora. En la corteza seca están presentes los heterosidos antraquinónicos (frangulosidos A y B y glucofrangulosidos A y B que son derivados antracenosidos).

Los derivados antraquinónicos llegan sin transformarse al colón y allí son transformados en formas activas por los encimas bacterianos. Así se produce un efecto de activación del peristaltismo por irritación de la mucosa intestinal al tiempo que modifican la permeabilidad del agua (se inhibe la absorción de agua y de electrolitos hacia la luz intestinal) cuyo resultado da una acción farmacológica laxante (MULET PASCUAL, L.; 1997:191-193).

Del uso de darse friegas con los frutos maduros de la frangula sobre la zona de dolor, no se ha encontrado ninguna justificación científica a esa utilización en concreto.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), escribe que antiguamente se recogía la cáscara "recollían a casca". Incluso señala que venían gente de fuera a buscar y pelar los árboles. También se utiliza su madera para mangos de herramientas; incluso la cataloga de planta melífera (BLANCO CASTRO, E.; 1995:141). También en nuestro estudio se han expuesto estos

usos (la recogida de la corteza para vender a empresas que compraban y su utilización para mangos de herramientas.

En el estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón se utiliza como hipoglucemiante (MULET PASCUAL, L.; 1991:190-191).

4-Observaciones.

La corteza debe estar bien desecada para que se produzca la transformación de antronas y antranoles a antraquinonas, hecho este indispensable para su utilización terapéutica (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:165).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:165.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral.; 1995:141.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:190-191.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:191-193.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:160.

***Fraxinus excelsior* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Fraxinus excelsior* L.

Familia: *Oleaceas*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: fresno

Nombres vernáculos gallegos: freixa, freixeira, **freixo**, freixo común, pulleiro.

Parte utilizada: Corteza.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p.1687).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de gran porte con corteza lisa grisácea. Hojas imparipinnadas, con 7-13 folíolos oval-elípticos dentados. Flores, poco vistosas y de aparición anterior a las hojas, dispuestas en panículas laterales opuestas y cortas. Fruto en sámara .

Crece en bosques riparios y lugares húmedos atlánticos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOVALENCIA, 1995:275).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para los dolores articulares

Se utiliza la corteza de fresno cocida para poner en emplasto en la zona de dolor. Esto se utiliza en torceduras, esguinces y en inflamaciones de la artritis. Paderne (1 ref.).

Uso veterinario

Estimulante sexual.

Se usa el cocimiento de la cáscara de fresno como estimulante sexual para las vacas. Dodro (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para hacer cestas.

Se utilizan las ramas jóvenes de la primavera. Vimianzo (1 ref.).

Su madera para hacer carros.

Su madera era utilizada para hacer los ejes de los carros. Ames (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Para teñir redes.

Se utiliza el cocimiento de la cáscara para teñir las redes que son blancas y con el tinte pasan a un tono marrón o café con leche. Dodro (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La corteza tiene abundantes heterósidos cumarínicos (fraxinol, fraxina, fraxalina y esculina), taninos y manitol (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:167-168).

Los heterósidos cumarínicos tienen acción antiinflamatoria, anticoagulante, acciones farmacológicas que están indicadas en caso de un dolor articular. Por otra parte el efecto tónico de la corteza puede justificar el efecto de estimulante sexual en veterinaria.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza el *Fraxinus excelsior* L. que se utiliza la corteza como vulneraria, las hojas como analgésica y la madera para la fabricación de carros y el congenero *Fraxinus angustifolia* Vahl. para hacer bastones para las personas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J., 2002:106).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea el *F. excelsior* L. como cicatrizante (cociendo la corteza), para las heridas que curan en falso, en la fabricación de flautas caseras para los niños (con los brotes de fresno), como planta forrajera, como madera para leña y para fabricación de piezas duras como ejes de carro (BLANCO CASTRO, E., 1995:106).

En la etnobotánica castellanense se emplea la especie *F. ornus* L. como laxante ligero (MULET PASCUAL, L.; 1991:191).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:167-168.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:106.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:191.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:106.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:275.

***Fumaria officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Fumaria officinalis* L.

Familia: *Papaveraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: fumaria

Nombres vernáculos gallegos: herba do fogo, **herba dona**, herba molariña, malafofo, **matafofo**, molariña, muruxa, pé de galiña, peixol de cal, pomba, pombiña, pxiel de can

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual de hasta 60 cm de altura y con tallos ramificados. Hojas muy divididas en segmentos lineares, oblongos y planos. Flores blanco-violáceas irregulares, con un espolón y reunidas en racimos laxos. Fruto globoso.

Crece en lugares nitrificados y cultivados abandonados, con suelos algo frescos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:279).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo

Para depurar la sangre.

Se utiliza el cocimiento de una pizca o cucharada sopera de la planta. Por la mañana. Malpica de Bergantiños (1 ref.), Betanzos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En su composición tiene una veintena de alcaloides, entre los más importantes destacan las protopinas (protopina, criptopina), protoberberinas (estilopina, canadina), espirobencil-isoquinoleinas (fumarilina, fumaricina) y benzofenantridina. Además de flavonoides, sales potásicas, ácidos orgánicos (ácido fumárico), mucílago y colina (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA. 1995:279).

Estas sustancias activas dan lugar a una serie de acciones farmacológicas que están dentro de lo que se busca con una acción depurativa así el efecto anfocolerético de los flavonoides, protopinas y ácidos fenólicos unido al efecto diurético de las sales potásicas la hacen interesante como planta depurativa. Teniendo en cuenta que es hipoviscosizante, antihistaminica y antiinflamatoria.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como anticatarral, disuasiva del tabaquismo y diurética (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:107).

En la etnobotánica castellonense se indica su empleo como antiplerótico (hipoviscosizante sanguíneo), detoxificante (“para purificar la sangre”), hepatoprotectora, hipotensora, carminativa (MULET PASCUAL, L.; 1991:193-194).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como digestiva y hipotensor (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:117-119).

4-Observaciones.

Los periodos de toma de esta planta deben ser cortos (10-15 días) con periodos de descanso (10 días). No debe prolongarse este protocolo más de 3 meses ya que los alcaloides pueden resultar tóxicos.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:193-194.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:107.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:279.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:117-119.

***Galium aparine* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Galium aparine* L.

Familia: *Rubiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Amor del hortelano, azotalenguas

Nombres vernáculos gallegos: callaleite, chapizo, gatoira, gatuña, herba dos amores, presoira

Parte utilizada: .Sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de 0,4-1,5 m, escabra, con tallos subalados, débiles, trepadores, angulosos, con aguijones o acúleos recurvados y retrorsos. Hojas en verticilos de 6-10, agudas, escabras, oblongo-lanceoladas, enteras y papiloso-pilosas por su haz. Flores (III-V) pequeñas dispuestas en cimas a menudo multifloras que sobrepasan las hojas. Corola blanca con 4 pétalos soldados. Fruto glabro o piloso, dividido en dos partes

Planta que crece en herbazales megafórbicos ruderales desarrollados sobre suelos profundos y con cierta humedad edáfica. También en el estrato herbáceo de ripisilvas alteradas y nitrificadas. Común en casi toda la Península Ibérica e Islas Baleares, entre el nivel del mar y 1850 m. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., ;2001:567).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la parálisis de las cuerdas bucales.

Se utiliza preparando una infusión de 1 cucharadita de planta por cada vaso de agua sin dejar hervir. Se toma haciendo gargarismos. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Metabolismo

Para el Bocio

Se utiliza una infusión de 1 cucharadita de planta por cada vaso de agua sin dejar hervir. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Locomotor

Para el dolor articular o reuma

Se hace un emplasto con las hojas y se pone en las zonas de dolor y se deja actuar unas horas antes de cambiar. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La planta tiene en su composición glucósidos monoterpénicos, iridoides, cumarinas. ácidos fenólicos, taninos, antraquinonas y ácido salicílico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.,; 2001:567).

El ácido salicílico junto a los iridoides justifican la acción antiinflamatoria, antirreumática.

En los usos para la parálisis de las cuerdas vocales y para el bocio recogidos en el presente estudio, no he encontrado ninguna justificación científica.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellanense el *G. aparine* L. se emplea como diurética. Y también, nombra algunos congéneres como el *G. fruticescens* Cav , que informa que se trata de una planta tóxica en veterinaria o *G. maritimum* L. que se utiliza como antihelmíntico en veterinaria y como atrayente de insectos (MULET PASCUAL, L.; 1991:194-195).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del congenero *G. mollugo* L. como forrajera (BLANCO CASTRO, E.; 1995:134).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:134.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:194-195.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:567.

***Gentiana lutea* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Gentiana lutea* L.

Familia: *Gentianaceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: genciana

Nombres vernáculos gallegos: gonza, xanzá, xenciana , xensá, xenzá, xenzo.

Parte utilizada: Raíz.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p.1710).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea y vigorosa con grandes hojas paralelinervias y opuesto-decusadas. Flores en inflorescencias dicasiales que parten de la axila de las hojas superiores. Flores amarillo-doradas. Fruto en cápsula ovoide acuminada conteniendo numerosas semillas.

Crece en regiones montañosas atlánticas y está muy localizada en montañas submediterráneas, en prados nitrificados (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:285).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer licor.

Para hacer aguardiente de hierbas con canela. Se macera raíz de Xanzá más otras plantas con canelo en aguardiente y azúcar. Toques (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La genciana es una planta que contiene un 2-3% de principios amargos que junto con los alcaloides (gencialutina, gencianina), triterpenos (lupeol, alfa-amirina), aceite esencial. Todas estas fracciones de principios activos se disuelven en mayor o menor medida en aguardiente, por lo que parte de las propiedades pasan al licor de hierbas durante la fase de maceración.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), es una planta tremendamente popular que se utiliza para depurar (limpiar la sangre), como hipotensor (para rebajar la sangre), para disolver hematomas, como adelgazante, antipirético, vulnerario, cicatrizante, antiinflamatorio, en pulmonías, para dolor de muelas y en veterinaria para las timpanitis, hinchazones y cortaduras de animales (BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:155-156).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:155-156.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:285.

***Geranium robertianum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Geranium robertianum* L.

Familia: *Geraniaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: geranio, hierba de San Roberto

Nombres vernáculos gallegos: agulleira, herba da agulla, malva olorosa

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Planta no Referenciada como planta medicinal o de uso reconocido.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual, de 0,2-0,5 m de altura, piloso-glandulosa, de olor desagradable. Tallos con cierto tinte rojizo, ascendentes. Hojas palmitocompuestas (con los segmentos más o menos peciolulados) con el entorno pentagonal o triangular, lóbulos de último orden apiculados. Flores con los sépalos no intensamente carenados ni casi rugosos; pétalos rosados. Fruto con mericarpos glabros o pilosos.

Alcanza su óptimo en el estrato herbáceo de bosques caducifolios planifolios, especialmente en ambientes muy umbrosos, tanto atlánticos (como óptimo en hayedos y robledales del piso montano), como mediterráneos (con óptimo en el piso supramediterráneo subhúmedo y húmedo, robledales, rebollares y bosques riparios). Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:362).

2-Etnofarmacología.

Usos veterinarios

Para la sarna en animales.

Se hacía un cocimiento de la planta y se frotaba las partes afectadas por sarna varias veces al día. Ortigueira (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para aromatizar.

Por su olor fresco es apreciada los armarios y la casa. Se utiliza secando la flor ponerla en saquitos de tela fina que luego se diseminan por los cajones de

los armarios, en los bolsillos de las chaquetas, etc. También se puede utilizar fresca en jarrones en los cuartos de la casa. Touro (1 ref.) y Vimianzo (1 ref.).

Como repelente de los mosquitos

Los tiene plantados en macetas al lado de las ventanas y en el jardín nos dice que el olor que da espanta a los mosquitos. Sobrado (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La planta tiene un aceite esencial (geraniol, citronelal, linalol, terpineol), taninos (aproximadamente un 35% con acción astringente y hemostática) y resina. MULET PASCUAL, L.; 1997:197-180).

Los compuestos volátiles (geraniol, citronelal) son muy activos y producen un efecto repelente de insectos lo cual justifica el uso dado como ahuyentador de mosquitos.

No se ha encontrado ninguna utilización de esta planta para la sarna en veterinaria en la bibliografía consultada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Ha sido usado por los antiguos peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de heridas, llagas, úlceras, rozaduras y ampollas mediante un emplasto de la planta fresca. Igualmente ha sido utilizada contra la inflamación de garganta, boca y grietas, preparando un cocimiento de la planta fresca con el que se hacen gargarismos (MUGARZA, J.; 1993:60-61).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:60-61.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:197-180).
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:362.

***Glaucium flavum* Crantz.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Glaucium flavum* Crantz.

Familia: *Papaveráceas*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: amapola marítima, amapola de las playas, glaucio

Nombres vernáculos gallegos: arxémona, craveleiro do Mar, durmideira, glaucia, herba da tiña, **mapoula das praias**, mapoula mariña

Parte utilizada: Toda la planta.

Descripción, distribución y ecología.

Planta perenne o bianual, glauca de tallos de 30–90 cm de altura. Hojas basales muy divididas y las superiores más pequeñas y abrazadas. Las flores son terminales o axilares, de 2 sépalos libres y más o menos pubescentes. 4 pétalos amarillos obalados. 4 Estambres amarillos y estigma bilobulado. Fruto en cápsula negra, alargada y curvada de hasta 30 cm que parece casi una silicua que se abre del ápice a la base. Simientes negras.

Crece en áreas litorales, a veces en zonas ruderalizadas. (SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L.; 1998:134).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para quitar las verrugas.

Se utiliza el látex lechoso que sale de la planta cuando se corta una hoja, tallo, etc. Con este líquido lechoso se toca la verruga varias veces hasta que se seca y cae. Mañón (2 ref.) y Camariñas (1 ref.).

Usos veterinarios

Toxicidad

La raíz es tóxica si se da como forraje a los animales. Los puede envenenar. Mañón (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la planta los componentes del látex y los alcaloides porfirínicos (glaucina, glauvina) son los más activos. El látex por vía externa resulta vesicante y antiviral de ahí que se utilice para eliminar las verrugas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se ha encontrado ninguna referencia a la utilización de esta planta en la bibliografía etnobotánica contrastada.

4-Observaciones.

Cuidado, toda la planta contiene alcaloides tóxicos. El Dioscorides lo incluye entre los venenos mortíferos (PIO FONT QUER ;1985:244-245).

5-Bibliografía.

- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscórides renovado” Ed. Labor 1985:244-245.
- SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L. “Guía da flora do litoral galego”. Edicións Xerais.1998:134.

***Glechoma hederacea* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Glechoma hederacea* L.

Familia: *Lamiaceae*

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: hiedra terrestre.

Nombres vernáculos gallegos: herba de reste, herba dos bolos, herba redonda, malvela.

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba tierna, de 0,05-0,4 m, glabrescente o poco pilosa. Tallos rastrero-radicantes de trecho en trecho derechos. Hojas pecioladas, suborbiculares, reniformes o cordadas, con el limbo crenado. Flores (II-VI) reunidas en cimas axilares de 2-3 flores. Cáliz tubuloso, con 15 nerviaciones. Corola de color violeta pálido, con garganta dilatada.

Con óptimo atlántico, es propia de orlas herbáceas de bosques caducifolios húmedos (alisedas, fresnedas con carpes, hayedos, robledales y sus orlas espinosas), prados meso higrofilos y pastizales mesófilos, sobre suelos generalmente muy húmedos. Propia del piso montano y colino, frecuente en el tercio norte peninsular entre el nivel del mar y 1350 m. Distribución eurosiberiana (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:377).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para bajar la tensión

Se hace un cocimiento de una hoja de malvela más doce hojas de olivo. Se toma 1 vez al día durante 9 días seguidos. Ordes (1 ref.).

Aparato digestivo

Para el dolor de muelas.

Se prepara una infusión de la planta y se hacen gárgaras. Cerceda (1 ref.).

Aparato respiratorio

Para la tos.

Se utiliza un cocimiento de un puñado pequeño de la sumidad florida. Santa Comba (1 ref.).

Aparato genital femenino.

Para el dolor de barriga.

Se utiliza un cocimiento de una pizca o cucharada de malvela para tomar por la mañana. Cedeira (2 ref.), Curtis (1 ref.), Dodro (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Ferrol (1 ref.).

Desarreglos menstruales.

Se utiliza una infusión de una pizca de malvela. A Coruña (1 ref.),

Para retraer la matriz después del parto.

Se usaba un cocimiento de una pizca o cucharada de la sumidad florida después de dar a luz. Abegondo (1 ref.) y Monfero (1 ref.).

Aparato urinario.

Para las cistitis

Se utiliza una infusión de una pizca de malvela para las mujeres con infección de orina. Cerdido (1 ref.).

Usos veterinarios

Para las diarreas

Se hace una cocción de la malvela con pan de centeno y se les daba a las vacas cuando estaban descompuestas. Mazaricos (1 ref.)

Se acostumbraba a dar un cocimiento de un puñado de malvela después de parir el animal (vaca, cerdo, yegua, etc.). Mañón (1 ref.), Cerdido (1 ref.).

En algunos casos se añade a la malvela la parietaria con el mismo uso. Mañón (1 ref.), Cerdido (1 ref.).

Para hacer orinar

Se utilizaba para hacer orinar a los cerdos y vacas después de parir haciéndoles tomar un cocimiento de un puñado de malvela en un litro de agua y dándoselo nada más parir. Cedeira (2 ref.), Curtis (1 ref.), Ortigueira (1 ref.) y Mañón (1 ref.).

Para echar la placenta.

Se utilizaba en las vacas para “echar las parias” (para librarse de la placenta). Para que expulsen lo más rápidamente posible la placenta después del parto. Esto se hace haciéndoles tomar un cocimiento de un puñado de malvela en un litro de agua y dándoselo nada más parir. Paderne (1 ref.), Ferrol (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La planta tiene en su composición la marubiína (lactona sesquiterpénica), que es un principio amargo responsable de la acción fluidificante y expectorante de las secreciones mucosas lo que justifica su uso como antitusivo. Además dentro de su composición también tiene flavonoides como isoquercetol, hiperósido, apigenol, luteolol) que junto con los ácidos fenólicos (ácido caféico, ácido clorogénico) tienen una acción farmacológica antiinflamatoria y antiséptica importante y efectiva que justifica su uso en cistitis, incluso como diurético e hipotensor. (PERIS, J .B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:377).

A juzgar por los usos en los que no se ha encontrado justificación (desarreglos menstruales, dolores de barriga en mujeres que tienen que ver con la ovulación o para retraer la matriz) debe existir algún componente/es en la planta de actuación hormonal. Dicho componente puede ser algún constituyente del aceite esencial que se comporte como sustancia con actividad hormonal.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica su empleo como Dismenorreica y antiespasmódica, antitusígena y hipotensora (BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:117).

En la etnobotánica castellonense su utilización popular ha sido como expectorante, diurética, antilitiásica y antiinflamatoria vascular (MULET PASCUAL, L.; 1991:200).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de la inflamación de bronquios y dolores de cabeza, utilizando el zumo de la planta fresca. También se han tratado durezas, callos y juanetes lavando primero el pie con un macerado de vinagre de vino con hojas frescas de malvela y después añadir un emplasto de hojas frescas cubriendo toda la noche (MUGARZA, J.; 1993:56-57).

4-Observaciones.

Es una planta bastante popular en Galicia. Su nombre ya fue recogido por Sarmiento, Merino, Font Quer o Lisón Tolosana.

En el cancionero médico de Galicia se dice: "Si souperan as mulleres que cousa e a malvela, habianla pacer todas como gando pace a herba" (si supieran las mujeres que es la malvela, la comerían todas como el ganado come la hierba) (LIS QUIBÉN, V.; 1964:333-338.)

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:117.
- LIS QUIBÉN, V. “Cancionero médico de Galicia”. RDTP 20 (3)1964:333-338.
- MUGARZA, J. “Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago”. Ediciones de Librería de San Antonio.1993:56-57.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:200.
- PERIS, J .B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar.; 2001:377.

***Hedera helix* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Hedera helix* L.

Familia: *Araliaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: hiedra

Nombres vernáculos gallegos: adreira, areira, edra, edreira, hedra, hedreira, heradeira, hereira, hireira, planta do aire, trepadeira.

Parte utilizada: Sumidades floridas.

Descripción, distribución y ecología.

Liana trepadora, que alcanza grandes dimensiones (hasta 20 m), con tallos sarmentosos gruesos provistos de raíces fijadoras. Hojas alternas y pecioladas, duras, coriáceas, verde oscuras y relucientes; las de los tallos fijadores con limbo palmatífido o palmatipartido y las de las ramas floríferas ovado-romboideas y de enteras a subenteras. Flores (IX-X) amarillentas pentámeras y agrupadas en umbelas terminales, con los pétalos dirigidos hacia abajo. Fruto en baya esférica de color negruzco en la madurez.

Se trata de una planta silvática de amplia ecología y carácter lianoide que habita en bosques húmedos, tanto perennifolios como caducifolios, escapando también a cantiles, muros y paredones umbrosos, entre el nivel del mar y 1700 m. Elemento eurosiberiano y mediterráneo que se cultiva con frecuencia en jardinería (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:148).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la tos.

Se hace cocimiento de unas hojas de hiedras. Cuando se atempera se mezcla con un poco de miel y se da en cucharadas. Santa Comba (1 ref.).

Piel.

Como cicatrizante

Se utiliza el cocimiento de un puñado de hiedra por vaso y cuando se enfría se lava las heridas con paños empapados del cocimiento. Negreira (1 ref.), Frades (1 ref.).

Para la maduración de abscesos.

Se utilizan las hojas que se calientan y se ponen a modo de emplastos sobre el absceso. Carballo (1 ref.).

Para las moratones

Para los golpes se aplicaban los emplastos de hojas de hiedra sobre la parte dolorida. Mañón (1 ref.) y Negreira (1 ref.).

Usos Veterinarios.

Para endurecer los cascos

Se machacaba las semillas de hiedra (2 partes) con alumbre (1 parte). Y se ponían sobre los cascos en forma de emplasto toda la noche. Mañón (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En los frutos tienen saponinas (&-hederina), rutina y ácidos fenólicos (ácidos clorogénicos y cafeíco) (MULET PASCUAL, L.; 1997:204-205). El efecto antiinflamatorio de la rutina y las saponinas unido al efecto antiséptico de los ácidos fenólicos mezclado con el alumbre, justifica el uso veterinario como endurecedor de cascos.

En las hojas, tienen compuestos polifenólicos (flavonoides, rutósido, rutinósido), ácidos fenólicos (ácidos clorogénicos y cafeíco) y saponinas (hederina). La hederina tiene una acción espasmolítica expectorante, de ahí su uso en procesos con tos (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:196). Los flavonoides y los ácidos fenólicos tienen una acción astringente, antiséptica y vulneraria útil para la maduración de abscesos, los moratones y como cicatrizante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea en odontalgias (emplastos de hoja machacada), como antipirética (los frutos cocidos) y como antiinflamatoria (se hacía un cocimiento de la planta y se lavaba la herida) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:108).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se usa como resolutive en maduración de abscesos y para tinter la ropa (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:108).

En la etnobotánica castellanense se utiliza como hipotensora, expectorante, antitusígena, antipirética, demulcente, antineumocócica, antiséptica, astringente, hepatoprotectora, callicida, anticatarral, vulneraria, emenagoga, laxante, antirreumática, cordial, hipoviscosizante sanguínea y antilitiásica. Incluso algunos jardineros indican que la sombra de la hiedra es nociva (MULET PASCUAL, L.; 1991:204-205).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como antiséptico, cicatrizante, calmante, cáustico, hipocolesterolemiantes, tinte del cabello y vasoconstrictor (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:47-48).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de las durezas y callos (macerando en vinagre hojas que luego se colocan a modo de emplastos en las zonas a tratar, dejándolas vendadas toda la noche), además se utiliza para el tratamiento de furúnculos (haciendo un emplasto de las hojas sobre el forúnculo y sujetarlo con una venda), también para el tratamiento de las llagas y úlceras varicosas (aplicando el zumo de las hojas frescas varias veces al día sobre las llagas o úlceras)(MUGARZA, J.; 1993:54-55).

4-Observaciones.

A pesar de la presencia de saponósidos, la hiedra no está dotada de propiedades ictiotóxicas y sobre los animales de sangre caliente su toxicidad no es muy elevada. De todas maneras se han descrito intoxicaciones en niños debidas a la ingestión de sus bayas (gran contenido de saponósidos que pueden resultar tóxicas). Por ello se debe evitar su uso por vía interna. (FRAGA VILA, M^a ISABEL, 2004:140)

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:196.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:108.
- FRAGA VILA, M^a ISABEL; Capítulo: Utilización de plantas silvestres en la curación de dolencias de los peregrinos. "El HOSPITAL REAL de Santiago de Compostela y LA HOSPITALIDAD en el camino de la Peregrinación. Xunta de Galicia. Xacobeo 2004:140.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:54-55.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:204-205.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:204-205.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:108.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:148.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:47-48.

***Helichrysum italicum* (Roth) G. Don fil.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Helichrysum italicum* (Roth) G. Don fil.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: perpetua, **siempreviva**

Nombres vernáculos gallegos: carrasca de San Xoan, **herba das almorranas**, herba do becho.

Parte utilizada: sumidad florida .

Descripción, distribución y ecología.

Pequeño arbusto de tallos erectos recubiertos de hojas lineares blanco-tomentosas. Capítulos terminales amarillos reunidos en corimbos y con un involucre de brácteas escamosas pajizo-amarillentas muy característico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:470).

En dunas móviles, y suelos arenosos marítimos. En las costas occidentales de la Península Ibérica.

2-Etnofarmacología.

Piel

Para los problemas de inflamación de piel

Se hace una infusión de un puñado de la sumidad florida. Lavando o aplicando compresas con dicha solución en la zona de la piel con problemas. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Dentro de los componentes de la planta, la composición del aceite esencial (con nerol, alfa-pineno, eugenol, linalol, geraniol, acetato de nerilo, fural, sesquiterpeno azulógeno, etc...) y los flavonoides (naringenol, apigenol, luteolol, etc...) justifican el efecto antiinflamatorio, cicatrizante y protector dérmico que tiene la planta. Dichas acciones prueban su efecto a nivel de problemas de inflamación de piel.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, el *Helichrysum italicum* (Roth) es usado como digestivo en medicina popular y su congenera *H. Stoechas* (L.) Moench. tiene como usos el ser laxante (en infusión de la planta), el utilizarse en mezclas de plantas digestivas y también servir de decoración las ramas floridas secas en jarrones (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:109).

En la etnobotánica castellanense se utiliza el *Helichrysum italicum* (Roth) como digestiva y su congenera el *H. stoechas* (L.) como tónica estomacal, digestiva, antiinflamatoria intestinal, antiespasmódica, vulneraria, antiséptica, antiinflamatoria, hipotensora y astringente, (MULET PASCUAL, L.; 1991:208-211).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como Antiparasitario intestinal (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:58).

El *Helichrysum stoechas* L. es también una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago en tratamientos de las irritaciones estomacales, gastritis y para estados febriles producidos por resfriados y jaquecas (MUGARZA, J.; 1993:114-115).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:114-115.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 208-211.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:109.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:470.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:58.

***Hypericum perforatum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Hypericum perforatum* L.

Familia: *Hipericaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Corazoncillo, **hipérico**, Hierba de San Juan

Nombres vernáculos gallegos: **abeloura**, abelouro, **corazonciño**, curazociño, herba das feridas, herba de San Xoan, pericon.

Parte utilizada: Sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1858).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de base leñosa con ramas erectas de 25-60 cm. Hojas opuestas, sentadas, pequeñas, ovado-oblongas provistas de numerosas glándulas fácilmente observables al trasluz. Flores vistosas, con numerosos estambres ramificados reunidos en tres fascículos. Fruto en cápsula ovoide con tres valvas.

De distribución euroasiática y norteafricana, crece en márgenes y bordes de caminos. Naturalizada en la mayor parte del mundo templado (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:325).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para cicatrizar heridas.

Se utiliza un aceite de hipérico, macerando un par de puñados de la sumidad florida en aceite de oliva durante unas semanas luego se cuele y se pone en botella para su utilización. Este aceite es el que se pone sobre la herida para mejorar los procesos de cicatrización. Arteixo (1 ref.), Cedeira (1 ref.) y Coristanco (1 ref.).

Para los hematomas.

Se hace un aceite de hipúrico con un buen puñado de sumidad florida de hipúrico y aceite de oliva y se macera la planta a la serena varias semanas. Sale rojo el aceite. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Sistema nervioso.

Para la depresión

Se hace una infusión de un puñado pequeño de la sumidad florida y se toma 2 veces al día. Fene (1 ref.).

Para los nervios.

Se utiliza para calmar la ansiedad tomando una infusión preparada con un puñado pequeño por vaso. Abegondo (1 ref.).

Aparato digestivo

Para las diarreas.

Se utiliza una infusión de la planta. Coristanco (1 ref.).

Para el dolor de estomago.

Se utiliza para el dolor de estomago producido por nervios. Utilizando una infusión de la sumidad florida de la planta. Abegondo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Superstición.

Las hierbas de San Juan: el Fiuncho, hierba de San Juan, espadana, bilicroques, malva de olor, malva se cuelgan en casa y también se hace una maceración de estas plantas durante toda la noche y al día siguiente se lavan la cara. Ordes (2 ref.), Noia (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la composición de la planta tiene un aceite esencial compuesto por sustancias del tipo esteroides monoterpénicos (pineno, terpineno), sesquiterpenos (germacrameno-D, alcoholes (dodecenol, 1-octacosanol) y naftodiantronas (hipericina, pseudohipericina, antranol, etc...). Además de flavonoides (hiperósido, quercitrósido, rutósido, etc...), carotenoides, fitosteroles y taninos catéquicos (10-12%) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:325).

Su uso como antiséptico, vulnerario y cicatrizante está justificado por la presencia de taninos, constituyentes del aceite esencial.

Su uso como antidepresivo y sedante queda demostrado por la presencia de las naftodiantronas (hipericina, pseudohipericina, antranol entre los más importantes) que son IMAO (inhibidores de la monoaminoxidasa) y a la vez ligeramente sedantes que hace que se utilicen en diarreas, gastritis, depresiones, trastornos de ansiedad y nerviosismo.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del *Hypericum perforatum* L. para las faringitis, como antirreumático y en veterinaria popular como antiabortivo (en las vacas) y vulneraria (BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:131.)

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de *Hypericum perforatum* L. el utilizarse como antiequimótica, analgésica, antiinflamatoria, antiséptica aplicando en forma de aceite de hipérico. También como digestiva, en mamitis (aplicación veterinaria) y en mezclas de plantas analgésicas. También, se cita otro congenerere, el *H. tetrapterum* Fries que es utilizado como analgésico y antiinflamatorio utilizando un macerado en aceite de oliva de esta planta (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES; 2002:112-113).

En la etnobotánica castellanense se indica el empleo del *H. perforatum* L. como antiinflamatorio, antiséptico, antiinflamatorio, demulcente, detoxicante, hipotensor, afrodisíaco y antihemorroidal. Y también, del congenerere *H. ericoides* L. como antilitiásico biliar, vulneraria, antiséptica, detoxicante y antianoréxico. (MULET PASCUAL, L.; 1991:223-225).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como calmante, cicatrizante, despigementante, epitelizante y tranquilizante. También habla del *Hypericum ericoides* del cual dice que popularmente es utilizado como antilitiásico (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:124-125).

Hay un congenerere de esta planta, el *H. androsaemum* que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de quemaduras y las rozaduras en los pies (en emplastos de hojas frescas, bien limpias y machacadas que se vendan sobre las zonas afectadas .Ademas de para golpes debidos a caídas (haciendo un macerado de la planta en aceite). (MUGARDA, J.; "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993).

4-Observaciones.

En los tratamientos medicinales con las infusiones de la planta fresca se debe evitar la exposición solar por su contenido en principios fitofotosensibilizantes. También durante el embarazo evitar su uso por su ligera acción uterotónica.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:131.

- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:223-225.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:112-113..
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:325).
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:124-125.

***Ilex aquifolium* L.**

1-Datos botánicos

Nombre científico: *Ilex aquifolium* L.

Familia: *Aquifoliaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: acebo.

Nombres vernáculos gallegos: acebeda, acebedo, acebiño, acebreiro, acevro, acebeira, acibo, acibra, acibreira, **acivro**, escornacabras, rascacú, vellebrán, xando, xardeira, xardo, **xardón**.

Parte utilizada: hojas, frutos, corteza.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol o arbusto, de hasta 12 m, dioico, perennifolio con hojas alternas, ovado-elípticas, onduladas, coriáceas y lustrosas por lo general con prolongaciones espinosas en sus márgenes. Flores (IV-V) axilares, de color blanquecino o rosado, tetrámeras, unisexuales. Fruto en baya esférica de color rojizo.

Forma parte de los bosques atlánticos montanos; en la Región mediterránea suele ser un árbol, que aunque escaso forma parte de bosques húmedos caducifolios o marcescentes, en ocasiones mixtos (esclerófilo-caducifolios) y de sus etapas arbustivas de sustitución; medra en zonas montañosas subhúmedas ibéricas y de la isla de Mallorca, entre el nivel del mar y 1850 m (pisos meso y supramediterráneo, rara vez termo). Se cultiva como ornamental. Distribución lateeuropea (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:147).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor.

Para el dolor de espalda.

Se utilizan los frutos rojos que tiene el acivro, estos se machacan y con esta masa se pone a modo de emplasto en la espalda, en las zonas de dolor. Touro (1 ref).

Sistema nervioso.

Para la epilepsia.

Se utiliza 30g de corteza troceada y se deja macerar toda la noche en 1 litro de agua y al día siguiente se toman 2 o 3 tazas entre comidas. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Toxicidad.

Las frutitos que son como bolitas rojas son muy venenosas. Peligrosos para los niños pequeños que les llaman la atención y se los pueden llevar a la boca y tragar. Ha habido intoxicaciones de niños. Muros (1 ref.) y Vedra (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para los cólicos.

Se utilizan las varas de acivro. Se procede a pasar una vara de acivro por la panza del animal entre dos personas (a esto le llaman "varear"). Ortigueira (1 ref.), Monfero (1 ref.) y Mañón (1 ref.).

Para la indigestión.

En las vacas cuando tenían indigestiones se procedía a rozar, que consistía en que cuando las vacas tenían una indigestión se le ponían unas varas de acebo que se le pasaban de atrás a adelante (a esta operación se le llamaba "correr hacia atrás" o "varear") rozando la parte baja del abdomen con las varas de acebo. También se podía hacer con polvo de acebo y friccionar el abdomen. Ferrol (1 ref.), Trazo (1 ref.).

Para las enfermedades de piel

Cuando hay enfermedades de piel en los animales (rosacea, pullas (verrugas), etc...), se cuelgan a la entrada de las cuadras unas ramas de acebo. Primero siempre se toca al animal con la rama de acebo donde tiene el mal a tratar y luego esta rama es la que se cuelga en la entrada de las cuadras. Cuando se seca la rama desaparece la enfermedad. Cerdido (2 ref.), Mañón (1 ref.), Monfero (1 ref.), Pontedeume (1 ref.), Boimorto (1 ref.).

También se utiliza para poner al animal cuando le salen heriditas o rojeces tipo sarna. Entonces se prepara un cocimiento de las ramas de acebo y se lava al animal. Oroso (1 ref.)

Para rumiar las vacas.

Para las vacas cuando no rumian les pasaban unas cuerdas hechas con ramas de acebo por la barriga. Santa Comba (1 ref.)

También se les ponía a los animales un palo de acebo en la boca detrás de las muelas cuando no rumiaba porque se consideraba que el animal estaba enfermo. Santa Comba (2 ref.)

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer agujas.

Su madera se utilizaba para hacer agujas para trabajar las redes de pesca. Cederia (2 ref.).

Para forraje de animales

Para dar de comer a los conejos. Se comen bien las bolitas rojas. Mazaricos (1 ref.).

Para la envidia y superstición.

La rama de acebo se cuelga en la puerta de la casa o a la entrada del establo para evitar el mal de ojo o la envidia de los vecinos. Incluso para tener suerte con los animales y que “vengan bien las cuadras” como por allí se dice. Oroso (2 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.) y Muxía (1 ref.)

Para hacer ramos.

Antes para poner en jarrones las ramas en flor como decoración incluso por Navidad. Hoy está prohibido cortarlo. Muros (1 ref.), Mesía (1 ref.), Pontedeume (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Frades (1 ref.).

Para fregar los suelos.

Ante de que existieran las fregonas se utilizaba para fregar los suelos con un puñado de acebo y un trapo. Coristanco (1 ref.).

Para hacer escobas.

Se cogen las ramas de acebo y se atan a un palo. Eran las escobas de antes. Incluso las utilizaban los barrenderos. Oroso (4 ref.), Lousame (1 ref.) y Santiago de Compostela (1 ref.).

También se solían hacer escobas con las que quitar las telarañas de los sitios más altos. Vilasantar (1 ref.).

Para espantar las moscas.

Se utilizan las ramas. Frades (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Sus hojas contienen taninos y ilicina (un principio amargo), ilixantina (colorante amarillo), rutina y teobromina. La corteza tiene sustancia viscosa y los frutos ilicina.

Aunque casi todas las acciones son de tipo mágico-supersticioso en veterinaria (para los cólicos, indigestiones y enfermedades de la piel. Los usos de los frutos en emplasto para el dolor de espalda así como la aplicación para la epilepsia son utilidades de las que no hemos encontrado ninguna referencia en la utilización de esta planta.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza como planta forrajera y como combustible. También hay usos de etnometeorología (a mayor cantidad de frutos es señal de que va a nevar mucho) y etnoecología (se usa como seto con función de separación o de cortavientos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:156-157).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse para la obtención de “vesc” (se recoge la corteza y se pone a remojo para su extracción.) y para la ornamentación de la Navidad (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:114).

En la etnobotánica castellonense se indica como laxante y para la obtención del “visc” (MULET PASCUAL, L.; 1991:225).

4-Observaciones.

Las bayas de atractivo color rojo, son muy tóxicas pudiendo ser incluso mortales para los niños. Ojo con las ramitas fructificadas que se colocan como arbolillo de Navidad a la altura de la mano de los más pequeños.

Se debe utilizar bajo supervisión facultativa.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:156-157.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:225.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:114.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:147.

***Iris pseudacorus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Iris pseudacorus* L.

Familia: *Iridaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: espadana.

Nombres vernáculos gallegos: abolla candelas, espadaina, espadaina amarela, lirio, lirio amarelo

Parte utilizada: sumidad florida. .

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea rizomatosa, con tallos casi cilíndricos, de 0,5-1 m, con hojas no canaliculadas y más o menos glaucas. Ejes florales con 4-12 grandes flores (IV-VI). Pétalos enteramente amarillos, los inferiores de color pardo oscuro. Semillas de color pardo oscuro.

Forma parte de diversas comunidades de helófitos (juncales, espadanales, carrizales, formaciones de grandes cárices, etc...), propias de medios hidromorfos, tales como bordes de acequias, lagunazos, navajos, charcas, marjales, marismas y lagunas. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:646).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para dejar de fumar.

Se mastica el acoro tirando los residuos evitando tragarlos (son tóxicos). Fene (1 ref.). De esta manera deja uno de fumar.

Piel

Para eczemas.

Se utiliza haciendo una infusión de las flores y lavando los eczemas. Arteixo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Superstición

Para adornar las calles cuando pasa la Santa en la procesión. Cedeira (1 ref.).

Para colgar las ramas de espadana junto a las de fieito y mirto en las puertas y ventanas para ahuyentar a las meigas en la noche de San Juan. Orosó (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Cerdido (1 ref.) y Cedeira (1 ref.).

Para el mal de ojo.

Las ramas de espadana se colgaban en las puertas y ventanas de las casas para evitar que entrase el mal de ojo. Muxía (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La planta esta compuesta por sustancias como la irisina (polisacarido), taninos y sustancias irritantes de las mucosas de composición poco conocida.

Su utilización en la medicina popular como vulnerario esta justificado por la presencia de taninos (MULET PASCUAL, L.; 1997:241). Probablemente su uso para eccemas, tenga igual justificación.

El uso de masticar sin tragar los residuos para dejar de fumar puede tener su justificación en las sustancias irritantes de las mucosas que al producir la irritación hacen que el acto placentero de fumar ya no se tal.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se ha encontrado ninguna referencia a la utilización de esta planta en la bibliografía contrastada. Con lo que nuestra contribución etnobotánica a nivel de los usos expuestos es totalmente novedosa.

Tan solo existe referencias etnobotánicas en Gátova (Valencia) del uso del congener *Iris germanica* L. que se utiliza popularmente como antipsoriático y como calmante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:130-131).

4-Observaciones.

Toda la planta es tóxica. Su uso interno, incluso popularmente esta completamente abandonado. No pierde toxicidad con la desecación y ha sido causa de intoxicaciones por confusión con el rizoma del cálamo aromático (*Acorus calamus* L.).

En veterinaria, principalmente el ganado bovino y caprino puede llegar a morir si la consumen por largos periodos de tiempo.

5-Bibliografía.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:646.
- MULET PASCUAL, L “Flora tóxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:241.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:130-131.

***Juglans regia* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Juglans regia* L.

Familia: *Juglandaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: nogal

Nombres vernáculos gallegos: caroleira, carroleira, concheira, concheiro, croucheira, cruncheiro, noceda, **noceira**, nogueira.

Parte utilizada: hojas y corteza.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de hasta 20 m de altura y tronco de corteza blanca. Hojas pecioladas, imparipinnadas con 5-7 grandes folíolos ovales de borde algo sinuoso y consistencia coriácea. Flores anisexuales, poco vistosas, en inflorescencias amentiformes. Fruto en drupa, cuyo hueso alberga una semilla de aspecto cerebroide, dividida en 4 partes.

Es un árbol cultivado en la mayor de la Región Mediterránea y Atlántica. De origen incierto, algunos botánicos consideran que procede de Asia Menor, otros en cambio opinan que procede de la región del Tíbet (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:387).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Para los flemones de la boca.

Se hacen enjuagues con una infusión de un puñado de hojas de nogal para un vaso grande para los flemones y encías sangrantes. Fene (1 ref.).

Aparato locomotor

Para el reuma.

Se utiliza la corteza de nogal en infusión para aplicar en caliente en la zona de dolor; según se dice "Tira" (debe ser porque seca mucho la zona). A Coruña (1 ref.).

Aparato ginecológico femenino.

Para inflamaciones vaginales.

Se utilizan los cocimientos de las hojas de nogal para lavarse las partes íntimas de la mujer cuando tiene alguna infección. Del mismo modo se usan sentándose en un recipiente y recibiendo solo los vapores o los vahos en las partes íntimas de la mujer. Fene (1 ref.) y Paderne (1 ref.).

Piel

Para la cicatrización de heridas.

Se utiliza un cocimiento de un puñado de hojas y se lava la herida o las llagas para que cicatricen varias veces al día. Rois (1 ref.), Betanzos (2 ref.) y Carballo (1 ref.)

Para las manchas.

Se utiliza para quitar las manchas haciendo un cocimiento de las hojas de nogal y después se lavan con esa agua las manchas. Rois (1 ref.)

Antihidrótico.

Se utiliza para disminuir la sudoración de los pies, haciendo una decocción de un puñado de hojas en un litro de agua y haciendo baños de pies. Fene (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación.

Como alimento para comer las nueces. Lousame (1 ref.).

La sombra del nogal es insana.

Dicen que no te puedes acostar a la sombra de un nogal porque te oscureces. Carballo (1 ref.) y Cerdido (1 ref.).

Superstición

En San Juan se pone nogal, nevada, fiuncho, hierbaluisa, etc., a remojo por la noche para lavarse la cara al otro día. Teo (1 ref.).

Para hacer licor.

Se utilizan las nueces verdes que se ponen a macerar con aguardiente y azúcar. Cedeira (1 ref.).

Madereros.

Es una madera muy buena para hacer cepillos de carpinteros y para tallar. Muchas imágenes de Santos son talladas en madera de nogal por eso dicen: Santo a hombros. "Era de nogal y santo y por eso pesaba tanto". Ames (1 ref.), Dodro (1 ref.),

La madera para hacer muebles.

Para hacer muebles. Lousame (1 ref.).

Para tinter el cabello.

Se hace cociendo las hojas en agua y se utiliza ese cocimiento como tinte para el cabello. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas tienen en su composición taninos (3-4%) galicos y catequicos. Además de juglona, flavonoides, carotenos, trazas de aceite esencial y sales minerales (magnesio, azufre, fósforo, calcio, potasio y hierro) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:387).

Los taninos le confieren propiedades astringentes, antisépticas (junto con la juglona), cicatrizantes y reepitelizantes que junto con el efecto antiinflamatorio de los flavonoides dan acciones farmacológicas todas ellas justificables con su

utilización externa en flemones y encías sangrantes, cicatrización de heridas, antirreumático y como antihidrótico.

3.2-Referencias etnobotánicas.

El uso de esta planta, se encuentra bastante extendido fuera del ámbito de nuestro estudio, en lo que respecta a aplicaciones medicinales populares así:

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica su empleo como antiséptico (en infecciones postparto), como antiséptico en odontalgias, como hipoglucemiante en diabetes y en heridas como vulnerario (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:108-113).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza en odontalgias, como vulneraria y desinfectante de heridas, para la faringitis y las aftas en la boca. Además dice que es ictiotóxica (se utilizó en pesca ilegal) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:123-124).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como antihipertensiva, antiobesidad y depurativa sanguínea. Además de cómo componente en mezclas de plantas laxantes y para hacer lavativas a niños. Asimismo en licores y bebidas de hierbas (ratafia) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002: 115).

En la etnobotánica castellonense se indica como protector gástrico, antiflogístico, antirreumático, astringente, antiséptico, antiespasmódico, vulnerario, hemostático, antisudoral, antidontálgico, diurético, vermífugo, antihemorroidal y anticatarral (Mulet; 1991:230).

En las investigaciones etnobotánicas en la provincia de Granada se indica su utilización como hipoglucemiante, nefrolítico, depurativo sanguíneo, reconstituyente infantil, estomacal, antidiarreico, en afecciones cutáneas, cicatrizante, antiinflamatorio, antirreumático, anestésico local, antieczematoso, antiaolopécico, dentífrico y como tinte capilar (GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M^a.; 1989:173).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como antidiarreico, antiinflamatorio, hipoglucemiante y como tinte capilar (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:132-133).

4-Observaciones.

Popularmente se utilizan las hojas de nogal como anticanceroso, propiedad que algunos autores atribuyen a su fracción ácida ((PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:387).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:123-124.
- GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M^a. “Investigaciones etnobotánicas en la provincia de Granada” Tesis Doctoral, inédita. Facultad de farmacia de Granada; 1989:173.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:108-113.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:230.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002: 115.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:387.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:132-133.

***Juncus acutus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Juncus acutus* L.

Familia: *Juncaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: junco

Nombres vernáculos gallegos: xunco

Parte utilizada: Parte aérea .

Descripción, distribución y ecología.

Planta glauca, de 0,5-1,5 m de altura, que forma grandes macollas densas. Tallos de 2-4 mm de diámetro, con las vainas basales relucientes. Hojas rígidas lacerantes. Inflorescencia compacta (III-VIII), aparentemente terminal (ya que la bractea que la acompaña y que parece prolongación del tallo, no lo sobrepasa o lo sobrepasa poco) con las dos brácteas basales subiguales; tépalos parduzcos, los dos internos más anchos en el ápice, y con aurículas escariosas. Cápsula de 4-6 mm, más larga que el perianto.

Juncuales subhálófilos desarrollados sobre suelos húmedos compactados y temporalmente encharcados, en zonas tanto litorales como continentales. Distribución mediterráneo-atlántica (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:647).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para las verrugas

Para las verrugas. Bieiteiro (el zumo de las bolitas negras)+ Xunco para quitar las verrugas se hacia mezcla de el zumo + 9 trozos de junco se machacaba todo y se frotaba con el líquido en las verrugas todos los días y dice que en varios días se iban las verrugas. El, y antes su madre, utilizaron este remedio y siempre les funcionó. Arteixo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer cuerdas y sombreros.

Se utiliza el tronco del junco verde para trenzarlo bien. Cesuras (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Algunas especies del genero *Juncus* contienen altas concentraciones de glucósidos cianogénicos (MULET PASCUAL, L.; 1997:481).

En Etnofarmacología las vainas de las hojas frescas se aplican a modo de emplasto sobre las verrugas actuando como antiverrucosas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:647), en nuestro estudio se mezclan con los frutos de *Sambucus nigra* L. para la misma utilización.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense el *Juncus acutus* L. se indica como antialopécia (MULET PASCUAL, L.; 1991: 232-235).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L “Flora tóxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:481.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:232-235.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar,2001:647

***Juniperus communis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Juniperus communis* L.

Familia: *Cupresaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: enebro

Nombres vernáculos gallegos: cimbro, xenebreiro, xenebro, xenibreria, xinebro.

Parte utilizada: gálbulos.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1453).

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto o arbolillo de 1-6 m de altura. Hojas dispuestas verticiladamente en tres filas, lineares, agudas y rígidas, con una raya blanca central muy visible. Fruto en cono carnoso (gábulos) de color negro-azulado cuando madura.

Crece en matorrales y bosques claros de montaña, de gran parte del hemisferio norte (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:259).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para hacer licor

Se hace licor de los frutos de enebro que es la Ginebra. Un chupito en caso de indigestión.

Usos veterinarios.

Para quitar las verrugas

Se ponen a macerar en un litro de aceite un buen puñado de gálbulos de enebro, dejando macerar esto durante unas semanas, luego se cuele y este aceite caliente pero sin quemar se utiliza para poner sobre la verruga y hacer frotaciones varios días hasta que caiga. Mañón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como condimento.

Lo utiliza como condimento en platos de carne. Vilasantar (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El aceite esencial (0.8-1.6%) es rico en pinenos, limoneno, canfeno, juneno, terpineol, cadineno y principios amargos (juniperina) (MULET PASCUAL, L.; 1991:235-236).

El principio amargo (juniperina) le convierte en aperitiva y tónico general. Lo cual justifica el uso del licor de enebro en caso de indigestión.

Por vía externa el aceite esencial es vesicante, por lo que se suele diluir y aunque probablemente este efecto sea el responsable de eliminar las verrugas, en la acciones farmacológicas científicas contrastadas no hemos encontrado, como indicación, el emplearse como antiverrucoso.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como resolutive, vulneraria, antiasmática, anticatarral, antimigrañosa, antihalitosa, anticaries, resolutive, vulneraria, antidismenorreica (se utiliza la maceración de los gábulos en aceite de oliva) y como antiverrucosa (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:116-117).

En este último uso, al igual que en nuestro estudio, se produce la misma utilización etnobotánica de la planta, aunque varia la forma de utilización de la planta ya que en la etnobotánica de Gerona se utiliza un cocimiento de los gábulos y el líquido denso de consistencia aceitosa es con lo que se impregnan las verrugas sin embargo en nuestro estudio se trata de una maceración en aceite de los gábulos durante semanas para después en caliente poner sobre las verrugas.

En la etnobotánica castellonense se indica, para la obtención ginebra y aceite de enebro, como antiodontálgica y como antiverrucoso. Mulet, describe dos prácticas de la aplicación del remedio como antiverrucoso distintas. Una de ellas consiste en: se cuentan las verrugas cogiendo el mismo número de gábulos (intentando que venga en una cifra impar), estos se esconden debajo de una piedra en un camino por donde no se debe volver a pasar. Al secarse los gábulos las verrugas desaparecen. La otra se trata de utilizar los gábulos arrojados al fuego de un horno de pan (siempre en número que coincida con las verrugas), corriendo la persona hacia el exterior para no oír el “chisporroteo” que producen los mismos al quemarse (MULET PASCUAL, L.; 1991:235-236).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza el congener *Juniperus oxycedrus* L. popularmente como antiparasitario, para eliminar las verrugas calmante para disminuir el dolor de orejas y dientes (SEGARRA I DURÀ, EDUARD; 2008:97).

Es una planta que ha sido empleada por los peregrinos de los caminos de Santiago. Se ha utilizado masticando y tragando los frutos maduros como receta para las malas digestiones, dolor y ardor de estómago, flatulencias y para el tratamiento de las jaquecas hemicraneanas (MUGARZA, J.; 1993:50-51).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:50-51.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:235-236.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:116-117.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:259.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:97.

***Lactuca virosa* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Lactuca virosa* L.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: lechuga brava.

Nombres vernáculos gallegos: leiteruga, leituga brava

Parte utilizada: latex y sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba robusta, bienal, de 0.5-1.5 m, hispida en la base y con un intenso aroma desagradable característico. Tallo erguido, en ocasiones violáceo, ramificado en su ápice, densamente folioso y portando hojas sésiles. Hojas de la roseta basal pecioladas, ovaladas y denticuladas, las caulinares rígidas con margen y nervadura media irregularmente espinulosa, subenteras o lobuladas, rara vez divididas, con el limbo dispuesto en un plano subhorizontal-ascendente. Flores (VII-VIII) liguladas, amarillas, las exteriores frecuentemente violáceas por su reverso, agrupadas en capítulos cilíndricos dispuestos en panícula ancha, coribiforme. Aquenios maduros de un color negruzco-purpúreo, muricados en el margen.

Crece en herbazales subnitrófilos de claros de bosques, también como subruderal-viaria, en comarcas lluviosas de la Región Mediterránea (con ombroclima subhúmedo y húmedo) y piso colino y montano de la Provincia Atlántica. Frecuentemente en la mitad norte peninsular, se enrarece hacia el sur. Entre los 100 y los 1700 m (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:196-197).

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso

Para dormir

Se utilizan las hojas blancas del centro para atarlas a la planta de los pies desnudos para dormir bien. Oleiros (1 ref.).

Igualmente se utiliza el látex para tomar disuelto en agua, es muy amargo. Se toma por la noche para descansar mejor. Arteixo (1 ref.).

Piel

Para golpes o torceduras

Se utilizan las hojas de lechuga fresca encima del golpe o torcedura en forma de emplastos en la zona. Ortigueira (1 ref.)

Para las verrugas.

Para quemar las verrugas se utiliza el látex de la planta para darlo directamente sobre la verruga durante unos días hasta que la verruga seca. Paderne (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para que no pongan huevos las gallinas

Si se les da muchas hojas de lechuga luego no ponen huevos las gallinas. Muros (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En el látex, obtenido por incisiones en las partes aéreas de la planta, existe un contenido en lactonas sesquiterpénicas amargas (lactunina y lactucopicrina), compuestos triterpénicos, resina, ácidos orgánicos y málico (MULET PASCUAL, L.; 1997:247-249).

Este látex es de color blanco lechoso, en contacto con el aire amarillea y cuaja, transformándose al secarse a la sombra en unos panes de color pardo-rojizo y aspecto resinoso que se denominan "lactuarios".

Antiguamente se empleó el lactuario como sedante, antiespasmódico especialmente neurosedante en el tratamiento del insomnio (igual que en nuestra contribución etnobotánica de la Provincia de La Coruña se utiliza como sedante diluyendo el látex incluso nos dicen que utilizando hojas que se ponen en la planta de los pies como si fuera un emplasto).

No se han contrastado datos sobre su uso popular como antiverrucoso o para golpes o torceduras de la *Lactuca virosa* L.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo del congener *Lactuca sativa* L. como hipnótico para el insomnio, además de fumarse en épocas de escasez de tabaco y las hojas tiernas se comen en ensalada. (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. 1997:325-326).

En la etnobotánica castellanense se indica el empleo del congener *Lactuca sativa* L. para los que padecen irritaciones e inflamaciones en los ojos

efectuando baños oculares de un decocto de las hojas, para las personas que tienen pesadillas y como sedante del sistema nervioso (MULET PASCUAL, L.; 1991:242).

4-Observaciones.

El lactuario esta actualmente en desuso. Debe utilizarse exclusivamente bajo prescripción facultativa.

Existen interacciones entre la lechuga silvestre y el alcohol, los medicamentos antihistamínicos y hipnóticos dándose potenciación de los efectos sedantes. Evitar conducción de vehículos o trabajos con maquinaria peligrosa. A nivel de plantas existe interacción con el *Aconitum napellus* L., el *Humulus lupulus* L., *Papaver somniferum* L. y *Pasiflora caerulea* L. (ANÓNIMO; Volumen 6 n. 3 MAYO/JUNIO, 1998).

5-Bibliografía.

- ANÓNIMO; Peligros asociados al empleo de plantas medicinales. Boletín terapéutico Andaluz. Volumen 6 n. 3 MAYO/JUNIO, 1998.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:325-326.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:242.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:247-249.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:196-197.

***Lamium maculatum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Lamium maculatum* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: ortiga muerta

Nombres vernáculos gallegos: chuchameles, chuchamelos, chupameles, **estruga morta**, zugamel, zugameles

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz con el tallo cuadrangular, piloso de matiz grisáceo con una altura de 50-60 cm. Hojas pecioladas, opuestas, cordiformes, acuminadas, dentadas, pilosas, de matiz grisáceo y plateadas por el envés. Flores grandes, sésiles, de color rosa, púrpura o blanco reunidas en verticilos. Cáliz tubuloso con 5 nervios de 5 dientes puntiagudos. Corola bilabiada, con tubo ensanchado superiormente. Labio superior en forma de casco, con pelos cortos en el margen y cubriendo los estambres.

De distribución euroasiática, crece en cualquier lugar de Galicia. Se cría en lindes de bosques, orillas de caminos y ríos, lugares removidos, al pie de muros y otros lugares con suelos ricos en nitrógeno y materia orgánica desenvueltos sobre rocas silíceas o calizas (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:317-319).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario.

Para el dolor de riñones.

Se utiliza el cocimiento de las hojas para tomar varias veces al día. Mazaricos (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para las hemorragias.

Las hojas mojadas y puestas en la nariz que sangra o a modo de emplasto en la herida se utilizan como hemostático. Fene (1 ref.).

Aparato genital femenino

Para reglas excesivas.

Se utiliza el cocimiento de las hojas para tomar durante esos días. Mazaricos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para chupar o comer las flores

Aunque esta ortiga es la que no pica y no se usa para alimentación, la flor se suele comer o poner en la boca porque tiene un sabor ligeramente dulce. O Pino (1 ref.), Coristanco (1 ref.), Muxía (1 ref.).

Para reblandecer la carne

Se pone mojada algunas hojas encima de la carne unas horas antes de cocinarla para que resulte más blanda. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Esta planta contiene principalmente taninos, mucílagos, flavonoides y un saponósido. Se ha utilizado internamente en metrorragias, trastornos intestinales, diarreas. Vía externa se ha utilizado en heridas, quemaduras debido a la riqueza en taninos, y flavonoides. En el presente estudio es aplicado en metrorragias, para cicatrización de heridas e incluso para el dolor de riñones por sus efectos antiinflamatorios y diuréticos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo como forrajera (se cocía para alimentar a los cerdos) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:128).

4-Observaciones.

Otra especie del genero, *L. purpureum* L., es tan abundante en Galicia como el *L. maculatum*. Al que se le han encontrado propiedades análogas ((RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996: 319).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:128.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinaís de Galicia". Galaxia.1996:317-319.

***Laurus nobilis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Laurus nobilis* L.

Familia: *Lauraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: laurel

Nombres vernáculos gallegos: gamallo, laureiro, loireiro, loiro, loureiro, loureiro palmo, louro, sempre verde.

Parte utilizada: Frutos y hojas.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol dioico o polígamo, aromático, de 2-6 m de altura, perennifolio y de copa densa algo irregular, con tronco derecho y corteza lisa y negruzca. Hojas alternas elípticolanceoladas, pecioladas, enteras, atenuadas en la base, lustrosas, coriáceas y ligeramente aserradas sobre los márgenes. Flores (III-IV) en umbelas axilares unisexuales, con 4 Tépalos blancuzcos; flores masculinas con 8-14 estambres; las femeninas con (2)-4 estaminodios y un pistilo. Baya ovoide de color negruzco en la madurez.

Es probablemente natural en la Península Ibérica, de algunas zonas litorales térmicas andaluzas, formando parte de los bosques esclerófilos desarrollados en microclimas y enclaves especiales (canutos, umbrías, valles y hoces estrechas de los ríos, etc.). Se cultiva en la mayor parte del territorio como planta condimentaria y en jardinería, aunque en ocasiones se naturaliza en las zonas litorales más térmicas de la Región Mediterránea Ibérica (piso termomediterráneo, especialmente en comarcas con ombroclima subhúmedo o húmedo), también, en territorios atlánticos sobre suelos hidromorfos y frecuentemente encharcados (piso basal) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:443).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para las bronquitis.

Se utiliza la infusión de unas hojas de laurel para tomar como expectorante. Mazaricos (2 ref.).

Para los catarros.

Se utilizan las hojas para poner un puñado en una olla con agua hirviendo e inhalar los vapores que salen. Negreira (1 ref.)

También se pueden tomar las hojas en infusión. Carballo (1 ref.) y O Pino (1 ref.).

Metabolismo.

Para el colesterol

Se utiliza el cocimiento de 3 hojas de laurel en un litro de agua y se toma 1 vaso todos los días en ayunas. Paderne (1 ref.).

Sistema nervioso

Para relajar

Como tranquilizante. Se cuece laurel y se toma el agua. Un vasito de noche con 2 hojitas de laurel. A Coruña (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para bajar la tensión

Se utiliza el cocimiento de las hojas de laurel para tomar como hipotensor. Cerceda (2 ref.).

Usos veterinarios

Para desinfectar una herida

Se utiliza el cocimiento de un puñado de hojas de laurel para lavar y desinfectar las heridas de las patas del animal. Camariñas (1 ref.).

Toxicidad.

Los frutos del laurel son tóxicos para los conejos. Vedra (1 ref.), Muxía (2 ref.),

Para las verrugas de las vacas

Se utilizaba pasando una rama de laurel por las verrugas para que se les cayeran. Oza dos Ríos (1 ref.).

Para las toses de las vacas.

Se utiliza el cocimiento de unas hojas de laurel para que las vacas inhalen los vapores y dejen de toser. A Laracha (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Alimentación.

Para ahumar chorizos.

Se utilizan ramas de laurel para ahumarlos y esto les dá un sabor-olor muy apreciado. Touro (3 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Lousame (1 ref.), Rois (2 ref.), Rianxo (1 ref.), Teo (2ref.), Negreira (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Ames (2 ref.), Boqueixón (1 ref.), Brión (1 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Para hacer cachelos (patatas cocidas).

Se ponen 1-2 hojas de laurel en el agua de cocción donde se están cociendo las patatas. Ordes (1 ref.), Rianxo (2 ref.), Ferrol (1 ref.), Noia (1 ref.), Betanzos (1 ref.) y Boiro (1 ref.).

Para la preparación del marisco

Se utilizan 1-2 hojas de laurel en el agua de cocción. A Coruña (1 ref.), Negreira (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Noia (2 ref.), Ferrol (1 ref.), y Curtis (1 ref.), Carballo (1 ref.), Touro (3 ref.), Oroso (3 ref.), Dodro (1 ref.).

Para cocer las castañas

Se utiliza 1-2 hojas que se ponen en el agua de cocción de las castañas. Ames (2 ref.), Vedra (1 ref.), Carnota (1 ref.), Negreira (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Val do Dubra (1 ref.), Trazo (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Vilasantar (1 ref.).

Como condimento

Se utilizan una o dos hojas para aderezar los platos. Rianxo (1 ref.), Dodro (4 ref.), Cedeira (7 ref.), Noia (2 ref.), Moeche (1 ref.), O Pino (1 ref.), Brión (1 ref.), Ames (2 ref.), Cerdido (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (3 ref.), Aranga (1 ref.), Rois (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Mazaricos (2 ref.), Negreira (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Curtis (1 ref.), Santiago de Compostela (2 ref.), Ribeira (4 ref.), A Capela (1 ref.), Teo (3 ref.), Padrón (1 ref.), Ordes (2 ref.), Boqueixón (1 ref.), A Capela (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Vedra (3 ref.), Rois (1 ref.), Boiro (1 ref.), Touro (1 ref.), Oroso (1 ref.), Cerdido (2 ref.), Carballo (1 ref.), Rianxo (1 ref.), Mesía (2 ref.), Cesuras (3 ref.), Tordoia (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.) y Cerceda (2 ref.), Trazo (1 ref.), Frades (1 ref.), Tordoia (2 ref.), Narón (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

Superstición

El día de ramos se lleva un ramo a bendecir a la iglesia que se guarda el resto del año como protección frente al mal de ojo, también me dicen que si el ramo esta dentro la casa no entrará ningún rayo. Santiago de Compostela (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Negreira (1 ref.), Rois (1 ref.), Vedra (1 ref.), Val do Dubra (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para hacer cestos.

Se utilizan las ramas jóvenes de la primavera. Son cestos que tienen un olor especial a laurel. Vimianzo (1 ref.).

Para quitar la fuerza al horno

Antes de meter el pan se metía unas ramas de laurel que chisporroteaban y después se metía el pan a cocer. Siempre en el primer pan se ponía una ramita clavada. Ortigueira (1 ref.).

Para apartar los malos espíritus

Para apartar los malos espíritus se quemaban hojas de laurel en casa o en el sitio que quisiéramos. Para ello incluso se pasaba la ropa por encima del fuego de laurel. Dodro (1 ref.).

Para limpiar el suelo de los hornos de ceniza

Para que la ceniza no se pegara al pan. Se terminaba limpiando el suelo del horno caliente con ramas de laurel amarrados a un palo. Así el pan se ponía

sobre el ladrillo refractario. Ortigueira (1 ref.), Mañón (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

Para quitar malos olores de casa

Se quemaba en casa unas ramas de laurel cuando había malos olores. Dodro (1 ref.).

Para marcar las lindes de los campos.

Se solía plantar laureles para que hicieran seto para dividir los campos y saber por el seto que formaban donde estaba el límite del campo (“para cerrar as leiras”). Frades (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Según Mulet, los frutos contienen aceite esencial (0.3-3.1%) que en su composición contiene cínelo (30-50%), pineno (12%), linalol (11%), terpienol acetato (10%), limoneno, metieugenol entre los más abundantes, lactonas sesquiterpénicas, ácidos (butírico, caproico) y taninos. Además los frutos tienen un 25% de lípidos que constituyen la manteca de laurel. (MULET PASCUAL, L., 1997:253).

Las hojas contienen 1% de aceite esencial con cínelo y eugenol, principio amargo y taninos. El uso tóxico de los frutos se debe a las lactonas sesquiterpénicas y a los taninos.

Se puede utilizar como antiséptica en heridas y como expectorante-balsámico por su aceite esencial, que tanto esta presente en las hojas como en los frutos.

La acción relajante podría deberse al aceite esencial y a las trazas de alcaloides que posee, que también puede ejercer una acción tóxica sobre el sistema nervioso (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; 1994:210).

No se ha encontrado ninguna referencia bibliográfica la utilización de esta planta como uso hipocolesteremiante ni tampoco que principio activo podría provocar dicha acción.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del *Laurus nobilis* L. como condimento en alimentación, se usa en la medicina natural como analgésico y antitusígeno. Además también es utilizada para bendecir en el Domingo de Ramos, colocándose después en campos y huertos para preservarlos del pedrisco y del trueno (BLANCO CASTRO, E. 1995:115).

En el estudio etnobotánico realizado por Elia San Miguel, en Piloña (Asturias), el laurel bendito se utiliza, al igual que en este trabajo, como protector en las casas, las cuadras y también frente a los rayos (SAN MIGUEL, ELIA. 2004:269). También respecto a su uso medicinal lo refiere en el sistema respiratorio para la garganta utilizando las hojas cocidas con leche para hacer gárgaras (SAN MIGUEL, ELIA. 2004:248).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, refiere su utilización como tranquilizante y digestiva; usando las hojas en decocción vía oral. También es utilizado como posible inmunoestimulante y como condimento ((PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:119).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como anticatarral, calmante de los dolores articulares y como estimulante del apetito (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:149-150).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como antihemorroidal, antirreumático y digestivo. Y se advierte sobre su toxicidad, hecho que también ocurre en el presente estudio (MULET PASCUAL, L.; 1991:243).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:210.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:115.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:243.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:253.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:119.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:443-444.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autonoma de Madrid. 2004:248 y 269.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:149-150.

***Lavandula officinalis* Chaix.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Lavandula officinalis* Chaix.

Familia: *Labiaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: lavanda

Nombres vernáculos gallegos: esprego, esprigo, lavanda

:

Parte utilizada: Sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2024).

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto de hasta 50 cm con hojas simples, lineal-lanceoladas y enteras. Flores bilabiadas, azules, reunidas en espigas terminales laxas

Aunque es una planta propia de matorrales calcícolas de zonas montañosas submediterráneas. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:340). No es una planta habitual en esta provincia, pero se puede encontrar cultivada en algunos jardines y huertos.

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso

Para los nervios.

Se utilizan las flores en infusión; de una cucharada sopera por vaso de agua, para relajarse. Ferrol (1 ref).

Otros usos etnobotánicos

Para aromatizar.

Se utiliza para poner en jarrones y aromatizar la casa. También la sumidad florida seca o recién cogida -si la tienen plantada en el jardín- es utilizada para aromatizar la ropa. Para ello se colocan las flores secas en saquitos que se dejan en los armarios, entre la ropa, en los cajones, en las esquinas e incluso se meten en los bolsillos para así tener el olor fresco de la lavanda y evitar el olor a humedad propio de la ropa que está mucho tiempo en el armario. Monfero (2 ref.), Ribeira (2 ref.).

Tradición supersticiosa.

Se utiliza para poner en maceración con otras plantas (espadana, hierba luisa, malva de olor, etc.) para al día siguiente lavarse la cara. Santa Comba (1 ref).

Para eliminar las hormigas.

Se utiliza para poner en los sitios donde queremos eliminar el paso de hormigas. Nos dicen que por donde hay una planta de lavanda no pasan las hormigas porque no les gusta el olor. Oroso (1 ref).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial que contiene monoterpenos (55), sesquiterpénicos (3%), alcoholes no terpénicos y monoterpénicos (40-45%), ésteres no terpénicos y terpénicos (45-50%), cetonas no terpénicas y terpénicas (4%), lactonas y cumarinas. También flavonoides, triterpenos, taninos y fitoesteres. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:340)

Respecto a las acciones que hemos encontrado se justifican:

- La acción sedante por su contenido en aceite esencial.
- Aromatizante por el aceite esencial.
- Repelente de hormigas por el aceite esencial.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como usos de la *Lavandula angustifolia* Mill. subsp. *pyrenaica* (DC.) Guinea. como hipotensora y además cita la *Lavandula latifolia* Medic. como analgésica, antimigrañosa y calmante. Además de como aromatizante de armarios (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:120).

5-Bibliografía.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:120
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:340.

***Lavandula stoechas* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Lavandula stoechas* L.,

Familia: Lamiaceae.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cantueso, espliego, lavanda.

Nombres vernáculos gallegos: arzaia, cantraxo, controxiña, controxo, cantrueso, cantruexo, esprego.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Mata de 0.2 – 1 m, tomentosa, grisácea con intenso aroma característico, muy ramificada, densa, con tallos erectos desprovistos de hojas lanceolado-lineares, enteras o subenteras. Agrupadas aparentemente en fascículos opuestos. Flores (III-IV), con corola morada, agrupadas en espigas densas y cortamente pedunculadas que rematan en un penacho erecto de brácteas estériles de color morado o rojizo oscuro. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:386).

Se extiende por los países limítrofes con el mar Mediterráneo, encontrándose en Galicia en la zona costera de las provincias de La Coruña y Pontevedra y Lugo (la subespecie *stoechas*).

En la zona costera busca suelos arenosos y poco profundos, en lugares soleados y a veces asociada a pinares. También en los tomillares de las dunas. En la provincia de La Coruña se localiza en el piso colino húmedo de las zonas cercanas al mar. RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:320).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para mejorar la digestión

Se utiliza una infusión de un puñado pequeño de la planta florida.

Otros usos etnobotánicos.

Para aromatizar

Se utiliza para poner entre los libros para que no huelan a humedad. Ribeira (1 ref.)

También se utiliza para quemar en habitaciones de enfermos. Muy usado antaño cuando en las habitaciones era frecuente tener un brasero. Betanzos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial rico en monoterpenos (alcanfor y fenchona) y monoterpenos (pineno, camfeno y limoneno), sesquiterpenos, monoterpenoides y otros derivados terpénicos. PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:386.

El aceite esencial es el responsable de la acción estimulante de la digestión y espasmolítica.

Su empleo como aromatizante esta ligado directamente al característico olor que proporciona el aceite esencial.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica como estimulante del apetito (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:255).

En la etnobotánica castellonense se indica como antirreumática, digestiva, antiespasmódica, anticatarral, antihemorroidal y estimulante circulatorio periférico (MULET PASCUAL, L.; 1991:251).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como analgésica, antiinflamatoria y antimetrorrágica (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:122).

4-Observaciones.

El hecho de encontrar pocos usos podría deberse a que es una planta mas bien presente en la zona costera de la provincia y suelen ser zonas con menos conocimientos de plantas medicinales que la parte interior que vive más en contacto con la tierra y tradicionalmente ha tenido menos contacto con el exterior.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:255.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:251.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:122.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:386.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guia de plantas medicinais de Galicia”. Galaxia.1996:320.

***Lavatera cretica* L.**

1-Datos botánicos

Nombre científico: *Lavatera cretica* L.

Familia: Malváceas

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: malva

Nombres vernáculos gallegos: malva

Parte utilizada: hojas y flores

Descripción, Distribución y ecología.

Planta robusta de 1-3 m, leñosa en la base y ramificada, con ramas y hojas cubiertas de indumento de pelos estrellados. Hojas largamente pecioladas, suborbiculares, con estípulas estrechas y 5-7 lóbulos más o menos profundos. Flores (IV-IX) axilares y terminales dispuestas en fascículos, con cálculo formado por 3 piezas soldadas que superan en longitud a los sépalos del cáliz; Cáliz con 5 sépalos triangulares conniventes sobre el fruto; corola formada por 5 pétalos purpúreos con venaciones más oscuras. Fruto en poliaquenio, fragmentable en 6-8 mericarpos.

Formando parte de comunidades ruderal-viarias y en otros medios alterados por influencia antropozooógena, en zonas litorales térmicas, entre el nivel del mar y 500m. Distribución mediterránea-atlántica (plantas medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares (pag. 453). Se extiende por los pisos colino y montano en ombroclimas húmedo e hiperhúmedo. Crece en suelos profundos y ricos en nutrientes en cualquier tipo de roca sea silíceas como caliza.

2-Etnofarmacología.

Piel

Cicatrizante

Se utiliza una infusión de las flores para lavar la herida para mejorar la cicatrización de las heridas. Boimorto (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Laracha (1ref.) y Betanzos (1 ref.).

Para los eczemas.

Se utiliza un cocimiento de las flores para lavar las zonas eccematosas varias veces al día. Betanzos (1 ref.).

Para maduración de abscesos.

Se utilizan las hojas de la planta para poner en forma de emplasto encima del absceso y vendar. Cambiar cada día hasta que abra. Boimorto (1 ref.), Cesuras(1 ref.).

Aparato Circulatorio

Para mejorar la circulación de las piernas.

Se utiliza un cocimiento de las hojas para lavar las piernas. Cerceda (1 ref.).

Para las hemorroides

Se hace un cocimiento de la sumidad florida y se hacen baños de asiento con el líquido. Oza dos Ríos (1 ref.).

Sistema nervioso

Para los nervios

Se utiliza el cocimiento de las flores de malva para relajarse. Tomar varias veces al día. Tordota (1 ref.).

Aparato digestivo

Para la garganta inflamada.

Se hacen gárgaras con un cocimiento de las flores de malva. Varias veces al día cuando notemos inflamación o dolor al tragar. A Laracha (1 ref.).

Como laxante.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida para tomar una vez al día. Mesía (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene mucílagos semejantes a los de la *Malva sylvestris* L.

El efecto emoliente de los mucílagos sobre la piel justifica su uso como antieczematoso y cicatrizante. A nivel de la mucosa faríngea se justifica su uso en faringitis.

El efecto de fibra soluble de los mucílagos, hace que se recubra el intestino y que se ejerza un efecto laxante tipo mecánico.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se indica como demulcente, laxante y antidontálgica. También, se nombra a la *Lavatera arborea* L. con los mismos usos populares (MULET PASCUAL, L.; 1991:252-253).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza su congenera *Lavatera arborea* L. popularmente como antiinflamatoria y suavizante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:162).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo del congenera *Lavatera marítima* Gouan que es utilizada como protector gástrico, antidontálgico, adelgazante, Oxitócico/relajante de la musculatura uterina, antitusivo y analgésico (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:153-154)

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:153-154.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:252-253.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:453.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:162.

***Leucanthemum vulgare* Lam.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Leucanthemum vulgare* Lam.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: crisantemo, margarita

Nombres vernáculos gallegos: pampillo, pampullo

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta perenne con tallos que pueden alcanzar hasta 1 m de altura. En la base tiene una roseta de hojas de 1.5-10 cm, obovadas- espatuladas a oblongo-ovadas y provistas de un largo peciolo. Los tallos son erectos, con hojas alternas de forma varia, oblonga a oblonga-lanceolada, enteras, crenadas, serradas o de profusamente lobadas a pinnatifidas, las inferiores y medias pecioladas y las superiores sésiles. Las flores se reúnen en capítulos solitarios o más raramente en grupos de hasta 10. Las brácteas del involucreo son de ovadas a lanceoladas y tienen un margen escarioso oscuro; se disponen en 2 ó 3 filas. El receptáculo es convexo y carece de escamas. Las flores externas son liguladas, blancas, femeninas y las internas hermafroditas y de color amarillo. Los aquenios son similares, con unas 10 costillas prominentes con el vilano a veces ausente en las flores externas. Florece de mayo a septiembre.

Se encuentra en prados de siega más o menos húmedos y abonados y también en los bordes de caminos y orlas y claros de bosques. Se puede incluir en comunidades vegetales pertenecientes a la clase Molinio- Arrhenatheretea. De distribución eurosiberiana con suelos profundos y con cierto grado de humedad y nutrientes variables.

(<http://www.asturnatura.com/especie/leucanthemum-vulgare.html>)

2-Etnofarmacología.

Piel

Cicatrizante.

Se hace una infusión de la planta florida y lavar la herida con el líquido resultante. Cesuras (1 ref.).

Aparato urinario

Diurética

Se utiliza el cocimiento de la planta como diurético. Cerceda (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para tradiciones

Para poner en ramos junto a otras plantas (caléndula, crisantemos, etc...) en la noche de san Juan. Se ponían a macerar con agua para lavarse la cara al día siguiente, o también, para decorar la casa en floreros, incluso colocarla en las esquinas para evitar los "meigallos". Arteixo (1 ref.), Cerdido (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias en la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del congener *Leucanthemum ircutianum* (Turcz.) DC. y *Leucanthemum cf. pallens* (Gay)DC. Para adornar en ramos el día de San Juan (BLANCO CASTRO, E.; 1995:154). Al igual que en el presente estudio.

En la etnobotánica castellonense se menciona como digestiva y anticatarral (MULET PASCUAL, L.; 1991:254).

4-Observaciones.

Es importante tener en cuenta que el contacto con todas las partes de la planta provoca dermatitis de contacto del tipo aerotransportada (acción irritante por simple contacto, con rubefacción y eritemas bulbosos en la piel). Por su contenido en lactonas sesquiterpénicas que producen reacciones alérgicas en individuos susceptibles. La resina exudativa que contiene el alérgeno responsable, debe ser lavada inmediatamente de la piel en caso de contacto con la planta (MULET PASCUAL, L.; 1997:481).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:154.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:254.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:481.
- <http://www.asturnatura.com/especie/leucanthemum-vulgare.html>

***Linum isitatissimum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Linum isitatissimum* L.

Familia: *Linaceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: lino

Nombres vernáculos gallegos: liño, liño manso

Parte utilizada: semillas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2061).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual de hasta 1 m de altura, con tallos erectos que se ramifican en su extremo. Hojas estrechas, lanceoladas. Flores azules terminales y solitarias. Fruto en cápsula globulosa conteniendo numerosas semillas aplanadas de color pardo-brillante.

Originario, posiblemente, del Caucaso. Naturalizado por gran parte del hemisferio norte. Se cultiva para la obtención de fibra textil y por sus semillas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.,; 1995:347). En Galicia fue una planta muy cultivada hasta hace aproximadamente 40 años para obtener de sus tallos una fibra utilizada para elaborar tejidos.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para las pulmonías.

Se utilizaban las semillas de lino que se cocían y se colocaban en las costillas lo más caliente posibles en forma de cataplasmas y luego se tapa muy bien para mantener el calor. Este remedio se utilizaba en pulmonías o catarros fuertes. Teo (1 ref.).

Para los catarros.

Se colocan calientes las semillas en una bolsa que se pone en el pecho hasta que se enfríe. Se tapa uno bien para no coger frío. Mesía (1 ref.), Frades (1 ref.).

Piel

Para deshacer hematomas.

Se utilizan emplastos de semillas de lino calientes para poner en la zona del hematoma y mantenerlos en la zona mientras estén calientes. Cesuras (1 ref.), Vilasantar (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para el dolor de estomago

Se utilizan las semillas del lino hirviéndolas en agua y luego se toma el líquido pastoso resultante y también las semillas. Se repite esto durante varios días. Se suele dar al estomago inflamado. Santa Comba (2 ref.) y Ortigueira (1 ref.).

Para los flemones.

Se utilizaban las semillas de lino, las cuales se trituraban. El polvillo resultante se mezclaba con agua caliente y se hacía una pasta la cual se colocaba sobre el flemón. A Coruña (1 ref.).

Para el estreñimiento.

Las semillas de lino se cuecen y después se toma el agua. Cerceda (1 ref.).

Aparato locomotor.

Para el reuma.

Se utilizan las semillas de lino enteras para poner en saquitos y luego calentarlos. Una vez bien calientes se ponen sobre la zona de los dolores reumáticos. Arteixo (1 ref.), Boimorto (1 ref.).

También se pueden triturar las semillas de lino y después proceder a hacer una cataplasma caliente con agua y poner en la zona de dolor. Betanzos (1 ref.).

Para las inflamaciones.

Se utilizan emplastos de las semillas de lino calientes para poner en las zonas de las inflamaciones. Pontedeume (1 ref.).

Usos veterinarios

Para la digestión

Se utilizan las semillas tanto preparadas en un cocimiento como tras una maceración en agua de un puñado de semillas de lino por litro de infusión para dar a los animales cuando tienen las digestiones pesadas. Vimianzo (2 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para las inflamaciones.

Se utilizan en las inflamaciones de los animales los emplastos de las semillas de lino cocidas en caliente para colocar encima de la zona inflamada. A Laracha (1 ref.).

Para tumoraciones

Se cuecen semillas de lino y se meten en una bolsa en caliente y se pone en la zona de la tumoración. Se intenta coger con una cinta de esparadrapo la

bolsa para que el animal aunque se mueva no tire la bolsa. Vigilar. Cesuras (1 ref.).

Para las roturas de huesos

Se cuecen las semillas de lino y se ponen en caliente en la zona de la rotura. Cerceda (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para hacer mantelería

Se utilizan las ramas que las tratan de una manera especial hasta conseguir hacer el hilo de lino con el que se hacían tejidos y ropa; antiguamente en muchas casas había un pequeño telar en donde las mujeres solían hacer tejidos. Arteixo (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Tordoia (2 ref.), Narón (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene mucilago urónico (10%), aceite (30-40%), glucosidos cianogenéticos (monoglucósidos) que hidrolizados por el enzima linasa producen glucosa, ácido cianhídrico y acetona, sales potásicas y magnésicas, fosfolípidos (lecitina 0.8%), tanino resina y fitoesteroles (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:347).

El uso digestivo de las semillas se justifica por la presencia de mucílagos que actúan como protectores de las mucosas gástricas y antiácidos.

Su empleo vía externa en forma de cataplasmas se debe a su acción emoliente y antiinflamatoria.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del *Linum isitatissimum* L. como fibra vegetal de importancia textil. Además como medicinal en neumonía o pulmonía, al igual que las referencias que hemos encontrado en nuestro estudio, preparándose en forma de cataplasmas. También, como antiinflamatoria en bultos y inflamaciones, en forma de emplastos machacando la semilla y cociendola antes de aplicarla en un paño (BLANCO CASTRO, E.; 1995:113).

En nuestro estudio recogemos como usos antiinflamatorios análogos los de la inflamación de estomago y para los flemones.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como usos medicinales de esta planta el utilizarse como anticatarral, estomacal, antipneumónica, antibronquítica, antidontálgica como preventiva para no herirse (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:124-125).

En la etnobotánica castellanense se emplea como demulcente y emoliente en catarros y pulmonías. Además de como antirreumática (MULET PASCUAL, L.; 1991:259-260).

4-Observaciones.

La harina de linaza libera por hidrólisis 20-50 mg% de ácido cianhídrico. Además la semilla contiene una proteína tóxica denominada lineína, que hace que la harina resulte tóxica por vía interna. Este problema no se da con las semillas enteras, ya que no se digieren y únicamente actúan los mucílagos de la cubierta seminal que son los responsables de la acción laxante- demulcente de las semillas de lino (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.,; 1995:347-348).

Las semillas están recogidas en la farmacopea española como medicinales y también el aceite obtenido por primera presión en frío.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:113.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:259-260.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:347-348.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:124-125.

***Lippia citriodora* H.B. & K.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Lippia citriodora* H.B. & K.

Familia: *Verbenaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: hierba Luisa, María Luisa.

Nombres vernáculos gallegos: herba Luisa , Reina Luisa

Parte utilizada: hojas.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto de hasta 2 m, ramificado con tallos angulosos. Hojas verticiladas, lanceoladas de hasta 7 cm. Flores pequeñas blanquecinas o blanquecino-violáceas, agrupadas en espigas.

Originario de América del Sur (Argentina, Chile y Uruguay) e introducida en el sur de Europa y África del Norte, siendo Marruecos el principal país productor. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 321). En la provincia de La Coruña se cultiva en algunas zonas por debajo de los 500m de altitud.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para catarros.

Se utilizan infusiones de ramas u hojas de Reina Luisa 2-3 veces al día. Es muy agradable de tomar. Monfero (1 ref.), O Pino (1 ref.) y Muxía (1 ref.).

Sistema nervioso

Para relajar.

Se utiliza como sedante, calmante la infusión de Hierba luisa. Carballo (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

Dolor de cabeza.

Se utilizan infusiones de un puñado de hojas, nos dicen que “la cabeza duele cuando el estomago va mal”. Esto lo tratan con las infusiones de hierba Luisa que casi siempre tienen en casa o en el jardín plantada. Coristanco (1 ref.).

Aparato digestivo

Para aumentar el apetito.

Se utiliza un puñado pequeño de hojas en infusión en las comidas. Ponteceso (1 ref.),

Para digestiones difíciles.

Se prepara una infusión de ramas (si es fresca y la tiene en la huerta) o hojas secas para tomar después de las comidas como digestiva. Además tiene un sabor muy agradable. Carballo (1 ref.), Arteixo (3 ref.), Betanzos (1 ref.), Santa Comba (3 ref.), Ribeira (1 ref.), Carral (1 ref.), Curtis (1 ref.), Vedra (1 ref.), Brión (1 ref.), Ordes (1 ref.), A Coruña (2 ref.), Oleiros (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), As pontes de García Rodríguez (2 ref.), Touro (1 ref.), Mañón (1 ref.), Muxía (2 ref.), Cambre (1 ref.), Dodro (2 ref.), Zás (1 ref.), Rianxo (1 ref.), Aranga (1 ref.) Arzua (2 ref.), Ferrol (1 ref.), Noia (1 ref.), Mesía (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Se prepara una infusión de un puñado de hojas en agua. A Coruña (1 ref.), Santiso (1 ref.), Muxía (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Rois (1 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Dolor de estomago

Se utiliza una infusión de las hojas para el dolor de estómago. Es muy agradable de tomar. Ribeira (4 ref.), Dodro (1 ref.), Rianxo (2 ref.), Coristanco (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), A Coruña (1 ref.), Ponteceso (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Muros (1 ref.), Teo (1 ref.).

Para empachos.

Para las indigestiones también se utiliza una infusión con un puñado de hojas de hierba Luisa. Se toman varias infusiones de la planta en ayunas. Rois (1 ref.).

Para los gases

Se toma una infusión de hierba Luisa después de las principales comidas. Oleiros (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para bajar la tensión.

Se toma una infusión de un puñado de planta (hojas habitualmente) a lo largo del día. Ordes (1 ref.) Cedeira (1 ref.)

Usos veterinarios.

Para las vacas que orinan sangre.

Se utiliza la infusión de hierba Luisa para dar a animales (vacas) que orinan sangre. Monfero (1 ref.).

Como relajante.

Se da la infusión de un buen puñado de planta en un litro de agua para los animales excitados. Coristanco (1 ref.).

Piel

Como desinfectante.

Se utiliza la infusión de la planta para lavar las heridas en animales. Oza dos Ríos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para atraer a las abejas.

Se utiliza para que las abejas no cambien de panal se restriega con la hierba luisa la caja donde queremos que se quede la reina, para que se quede y no busque otro sitio. Cerdido (1 ref.)

Para alimentación.

Se utiliza como condimento, las hojas trituradas, espolvoreando a modo de especia, porque dicen dar un sabor agradable y un buen olor. Dodro (1 ref.) y Muxía (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

Para aromatizar la casa.

Se utilizan ramas de la planta que se ponen en jarrones, detrás de las puertas, e incluso en los armarios porque da a la casa un olor alimonado fresco muy agradable eliminando los malos olores. Dodro (1 ref.).

Para la noche de San Juan.

La noche de San Juan se ponen a macerar en agua hierba Luisa, hierba de Santa María, malva, belicroques, fiuncho, romero, pétalos de rosa, etc... Toda la noche y a la mañana siguiente se lavan con ellas la cara. Para mejorar el cutis y no tener arrugas Para no envejecer. Dodro (4 ref.), Monfero (2 ref.), Cesuras (1 ref.).

Para hacer licor.

Es una de las plantas que se pone al aguardiente de hierbas. Se maceran las plantas con azúcar y aguardiente. Coristanco (1 ref.) y Arteixo (1 ref.).

Para las brujas.

En la noche de San Juan se hacen ramos de herba de Santa Maria, herba luisa, hojas de viña, hojas de higuera, chopo, etc... Estos ramos se dejan en casa durante todo el año "pra evitar as bruxas" (para evitar a las brujas). Rianxo (1 ref.).

Como colonia.

Cuando gusta mucho el olor a hierba Luisa, se puede uno lavar el cabello con la infusión como última agua de lavado para que se quede el olor fresco que deja. Brión. (1 ref), Cedeira (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial formado por: monoterpenos (limoneno), sesquiterpenos, alcoholes alifáticos, monoterpenoles (terpineol, citrionelol, geraniol,), sesquiterpenoles (cariofilandrenos), esterres terpénicos, aldehidos, oxidos terpénicos, furocumarinas. Además del aceite esencial también contiene flavonoides. PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 321).

Su utilización como anticatarral se basa en la acción antiséptica del aceite esencial.

Su uso ligeramente sedante es por la acción del aceite esencial.

Su uso estimulante del apetito esta justificado por la presencia de aceite esencial.

Su utilización para los dolores de cabeza y estomago podría estar justificada por su acción analgésica debida al aceite esencial.

Su aplicación en empachos es justificable por su acción eupéptica y espasmolítica.

Su aplicación como hipotensor podría deberse no directamente por sus principios activos sino por su efecto relajante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se emplea la *Lippia tripilla* (L'Hér.) O. Kuntze como eupéptico en caso de dispepsia en infusión (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:247-248).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo de *Lippia tripilla* (L'Hér.) O. Kuntze. Como digestiva, estomacal y analgésico (BLANCO CASTRO, E.; 1995:110).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza medicinalmente la *Lippia tripilla* (L'Hér.) O. Kuntze como digestiva (mal de vientre, mal de pancha, mal de estomago), tranquilizante y antimigrañosa. Usos que también tenemos descritos en nuestro estudio. Además de analgésica, refrescante, antidiarreica y en mezclas de plantas anticatarrales, digestivas, para la menstruación y refrescantes (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:125-126).

En la etnobotánica castellanense la *Lippia tripilla* (L'Hér.) O. Kuntze se indica como estomáquica, digestiva, anticatarral, usos estos comentados en el presente estudio y además como antiespasmódica, afrodisiaca, antigotosa, antiinflamatoria, detoxicante, carminativa, hipoviscosizante sanguíneo, sedante, antiséptica y analgésica (MULET PASCUAL, L.; 1991:260-261).

En el estudio etnobotánico de Piloña (Asturias), se utiliza la *Aloysia citriodora* para el catarro, dolor de cabeza, tranquilizante, al igual que en nuestro

estudio. Además para el dolor menstrual y el dolor intestinal (SAN MIGUEL, ELIA. 2004:252).

Observaciones

En Ribeira dos informantes, que además la tenían plantada en su jardín, llaman a la hierba luisa “hierba buena”.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:110.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:247-248.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 260-261.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:125-126.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995: 321.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:252.

***Lithodora prostata* (Loisel.) Griseb.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Lithodora prostata* (Loisel.) Griseb.

Familia: *Borraginaceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: sanguinaria

Nombres vernáculos gallegos: herba das doas, herba das sete sangrías,

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción , Distribución y ecología

Arbusto perenne, pubescente con tallos ramificados y tortuosos. Hojas lineales y estrechamente elípticas, planas con pubescencia por ambas caras. Las flores en cimas densas. Cáliz de 6-8 mm. Pentalobulado hasta casi la base. Corola azul, raramente purpúrea que alcanza los 21 mm, infundibuliforme, con la garganta cerrada por un aro de pelos. Estambres todos introducidos a la misma altura en el tubo de la corola. Fruto en nucula dura, oblonga, aguda. (SANMARTÍN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L.; 1998:259).

Su distribución esta asociada a áreas litorales, matorrales y pedregales. (Niño Rico, E; Losada Cortiñas, E.; Castro González, J.; "Catalogo da Flora Vasculare Galega". Edi. Xunta de Galicia Consellería de Agricultura, Gandería e Montes, 1994:31).

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para el dolor de cabeza.

Se utiliza la infusión de un puñado de sumidad florida de la planta. Abegondo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

En la bibliografía contrastada no se han encontrado datos sobre su composición, aunque si esta contrastada su acción como hipotensora la que podría explicar su utilización en dolores de cabeza.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo de la especie *Lithodora fruticosa* (L.) Griseb como hipotensora (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:246-247).

También en el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza el congenero *Lithodora fruticosa* L. popularmente como hipotensor y como hipoviscosizante sanguíneo (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:75).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:246-247.
- NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J. "Catalogo da flora vascular galega". Colección investigación y desenvolvemento N° 5. Servicio de Estudos e Publicacións da consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia.1994:31.
- SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L. "Guía da flora do litoral galego". Edicións Xerais.1998:259.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:75.

***Lonicera periclymenum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Lonicera periclymenum* L.

Familia: *Caprifoliaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: madreselva

Nombres vernáculos gallegos: altasebe, bigorda, cabrafolla, cabrifollo, cabrinfollo, **chuchamel**, curriola, **herba salgueira**, madresilva, **saltasebes**, zugameles.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Liana más o menos laxa, de 1-3 m, glabra o glabrescente con hojas opuestas, sésiles, persistentes, las superiores connatas, las normales coriáceas, elípticas y con envés mate glaucescente. Flores (IV-VI) blanco- amarillentas, dispuestas en glomérulos terminales sésiles con hojas connatas en su base. Fruto carnoso, de color rojizo.

Planta lianacea propia de maquias y bosques perennifolios mediterráneos, así como de sus orlas. Alcanza su óptimo en los pisos termo y mesomediterráneo, donde se encuentra entre el nivel del mar y 1200 m. Distribución mediterránea (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:266).

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para los niños que no dejan dormir.

Se les ponía una ramita de madreselva cuando los niños no dejaban dormir. Paderne (1 ref.).

Toxicidad.

Las bolitas rojas son tóxicas, sobre todo para los niños porque se ven atraídos por ese color rojo vivo. Sin embargo, las flores se pueden chupar y comer sin problemas. Noia (1 ref.), Abegondo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para alimentación.

La utilizaban los niños para comer o chupar las flores. Jugaban con ellas. Arteixo (1 ref.)

Para aromatizar.

Se usa en perfumes en aromaterapia. Arteixo (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Entre su composición se encuentran los saponósidos, ácido salicílico, mucílago y aceite esencial (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:266).

Los frutos son tóxicos por los saponósidos y la xilosteína (presente también en las hojas), provocando con su ingestión trastornos digestivos con vómitos, diarrea, trastornos cardiacos e incluso la muerte. Se conocen casos de intoxicación mortal en niños (MULET PASCUAL, L.; 1997: 264).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza en medicina popular como antiséptica intestinal, como cardiotónica, como caramelo chupando las flores y también como bebidas de plantas (ratafia) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:126).

En la etnobotánica castellonense se utiliza la especie *Lonicera implexa* Aiton para hacer pipas de fumar y boquillas por estar hueco el tallo (MULET PASCUAL, L.; 1991:264).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:264.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997: 264.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:126.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:266.

***Malus domestica* Borkh**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Malus domestica* Borkh

Familia: *Rosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: manzano

Nombres vernáculos gallegos: boulleiro, maceira, maciñerio, manzaneira, mazaeiro, mazaieiro, mazairo, mazanceira, pumariño

Parte utilizada: fruto

Descripción, distribución y ecología.

Árbol o arbusto, de 2-12 m, más o menos espinoso, con ramas y yemas glabrescentes. Hojas adultas glabrescentes, con el limbo foliar más o menos sinuado-dentado; redondeado o cuneado en la base y acuminado en el ápice. Flores (IV-V) blancas, generalmente teñidas de rosa, dispuestas en fascículos umbeliformes. Fruto complejo (pomo), subglobuloso, más o menos umbilicado en la base.

En orlas espinosas de bosques caducifolios, con óptimo en la Provincia Atlántica, presente en comarcas lluviosas de la Región Mediterránea, en donde muchas poblaciones son cimarronas (o sea escapadas de antiguos cultivos). Pisos colino y montano del tercio norte peninsular, enrareciéndose hacia el sur, entre el nivel del mar y 1800 m. Distribución eurosiberiana (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:548). En Galicia es una especie muy cultivada con multitud de variedades. Es muy habitual el cultivo del manzano en las aldeas para autoconsumo.

2-Etnofarmacología.

Piel

Para los hematomas.

Se usa el vinagre de manzana con miga de pan con ello se hace un emplasto para colocar en la zona del hematoma. Se dice que este emplasto "come la sangre mazada". Curtis (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El fruto contiene pectinas, ácido málico, cítrico y ascórbico, glucidos (glucosa, levulosa y sacarosa), taninos y vitamina C.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea en alimentación el fruto (BLANCO CASTRO, E.1995:119).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea como abortiva (SAN MIGUEL, ELIA.2004:251).

En la etnobotánica castellonense se utiliza el fruto como detoxicante, anticatarral, astringente, antirreumática, laxante y digestiva (MULET PASCUAL, L.; 1991:267).

No se ha encontrado ninguna referencia de utilización del vinagre de manzana en ninguna de las obras etnobotánicas contrastadas.

5-Observaciones.

Por fermentación alcohólica del zumo de manzana por levaduras (*Saccharomyces mali*) se obtiene la sidra. A partir de aquí se pueden obtener varios productos como son el vinagre de manzana y, también, por destilación de la sidra el licor "calvados" (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:548).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:119.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:267.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:548.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 251.

***Malva sylvestris* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Malva sylvestris* L.

Familia: *Malvaceas*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: malva

Nombres vernáculos gallegos: malveira

Parte utilizada: sumidad florida

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2112).

Descripción, distribución y ecología.

Planta bianual perenne, de hasta 1.5 m, con pelos dispersos simples o en forma de estrella, herbácea o ligeramente leñosa en la base el segundo año, con tallos ascendentes o tumbados. Hojas caulinares pecioladas, alternas, palmeado-lobuladas, con 5-7 lóbulos bastante profundos y dentados.

Flores hermafroditas y pentámeras, de color blanco o lila pálido con vetas purpúreas más oscuras, de 2.5 a 4 cm de diámetro, sobre pedúnculos de distinta longitud, pero siempre más cortos que los pecíolos foliares, reunidas en inflorescencia que aparecen en la axila de las hojas superiores. Cáliz con 5 sépalos ovalados, soldados en la base. Corola con 5 pétalos enrollados los unos con los otros. Numerosos estambres reunidos por los filamentos de un único haz. Libres en la cima, unidos por la base a la corola. Fruto en esquizocarpo, cada mericarpo con la cara dorsal plana y rugosa. Los doce mericarpos tienen forma arriñonada, y se disponen formando una rueda. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:245-246).

Se trata de una planta ruderal-viaria, presente en comunidades nitrófilas de Eurasia, Norte de África y Norteamérica (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:358). En la provincia de La Coruña esta en pastos, bordes de los caminos, en suelos profundos y ricos en nutrientes. Se encuentra tanto sobre rocas silíceas como calizas. Se extiende tanto en el piso colino como montano en ombroclima húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:246).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para las bronquitis.

Se utilizaba un puñado de la sumidad florida para hacer vahos, para ello la olla la ponían debajo de la cama para respirar los vapores. Boiro (1 ref.)

Para la tos.

Se coge y se lava bien la malva y se come la planta. Santa Comba. (1 ref.).

Se hace una infusión de la planta y se toma la infusión. Santa Comba. (1 ref.).

Metabolismo.

Para la diabetes.

Se utiliza la infusión de las hojas y flores en agua. Tomar varias veces al día. Coristanco (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para el dolor de estomago.

Es refrescante para el estomago, de 4-5 veces al día. Cuando está mal el estomago. Tomar la infusión de las flores de malva. Santa Comba (1 ref.)

Para el intestino mal.

Se trata de una planta refrescante para el intestino. Tomar de 4-5 veces al día Cuando está mal el intestino. Tomar la infusión de las flores de malva. Santa Comba (1 ref.).

Para las encías

Se utilizan los frutos de las malvas para frotar las encías cuando estaban inflamadas o sangraban. Boqueixón (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

Para la garganta.

Para los problemas de garganta una decocción de sumidad florida y hacer gargarismos. Negreira (1 ref.).

Para mover el vientre.

Como laxante, para reblandecer las heces que se quedan duras y no se pueden expulsar, cocimiento de hojas y flores de malva. Mañon (1 ref.)

Aparato genital femenino.

Para inflamaciones.

Para la higiene femenina realizaban enjuagues con infusión de malva y manzanilla. A Coruña (1 ref)

Aparato circulatorio.

Para las hemorroides.

Se emplea un cocimiento de las flores y las hojas en baños. Oleiros (1 ref.)

Para los pies cansados.

Se utiliza la infusión de la malva en pediluvios. Ordes (1 ref.).

Para los sabañones

Para cicatrizarlos con una infusión de la planta un par de veces al día.
Touro (1 ref.)

Aparato urinario

Para las cistitis

Para los problemas urinarios de inflamaciones. Haciendo infusión de las flores. Negreira (1 ref.)

Aparato auditivo.

Para las otitis.

Las hojas de malva calentadas con aceite, este se pone en los oídos inflamados. Cedeira (1 ref.).

Piel

Para la alopecia.

Se utiliza una infusión de hojas de malva para lavar la cabeza. Cedeira (2 ref.)

Para los eczemas.

Se hace una infusión de las flores y se lava el eczema. Betanzos (1 ref.).

Para los hinchazones.

Se utilizan la infusión de la sumidad florida de la malva que se mezclaba con el salvado de trigo en cataplasma y luego poner un vendaje para dejar unas horas. Santa Comba (1 ref.).

Como cicatrizante.

Se puede utilizar poniendo a remojo las hojas y/o las flores en agua y luego lavar la herida con esa agua. Cerdido (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Touro (1 ref.), Monfero (1 ref.), Touro (1 ref.), Teo (1 ref.), Oroso (1 ref.), Toques (1 ref.)

A veces se procedía a mezclar con romero para luego lavar la herida. Muxía (1 ref.)

Se puede proceder a poner con las flores de malva un emplasto en la zona de la herida. Muxía (1 ref.).

Se puede preparar un cocimiento de las hojas para lavar la herida. Monfero (1 ref.), Oroso (2 ref.)

Se puede preparar un cocimiento de las flores para lavar la herida. Arteixo (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Muxía (1 ref.)

Se puede hacer un emplasto con las hojas de malva. A Capela (1 ref.), Ortigueira (1 ref.), Oroso (1 ref.), Teo (1 ref.).

Para madurar abscesos.

Se utiliza un emplasto de la sumidad florida (hojas más flores). As Pontes de García Rodríguez (2ref.).

También se puede utilizar un emplasto con las hojas de malva calientes para madurar los granos y que revienten. Cedeira (3 ref.), Dodro (1 ref.), Muxía (1 ref.)

También se pueden poner las hojas calentando con aceite y ponerlo esto en los granos para madurarlos. Cedeira (1 ref.)

Para golpes y heridas.

Se utilizan las hojas que se ponen a remojo durante unas horas y luego lavan estas zonas con esa agua. Cerdido (1 ref.)

También se puede utilizar un cocimiento de la sumidad florida. Rianxo (1 ref), Muxía (1 ref.), Rois (1 ref.).

Para las llagas.

Se hervía la planta y se lavaban las llagas con ese líquido. Touro (1 ref.).

Para las inflamaciones de la piel.

Se hacen con las hojas emplastos que se ponen donde existe las inflamaciones. Dodro (2 ref.).

Para las quemaduras.

Se ponía una hoja de malva limpia (se lavaba bien) sobre una quemadura y luego se ponía el vendaje. Esto se hacía para que no se pegara la venda a la piel. Oroso (2 ref.).

Usos veterinarios

Para alimentación de cerdos.

Se solían dar a los cerdos para mejorar la digestión. Curtis (1 ref.).

Para los moratones.

Se hace una infusión de la planta (bien cargada). En una botella de un litro se echa un vaso de caña de orujo y se rellena con la infusión de árnica colada. Con este preparado se dan fricciones en los hematomas (Monfero 1 ref.).

Como cicatrizante de heridas.

Se solía hacer una infusión de las flores de malva para luego lavar la herida de los animales. Muxía (2 ref.), Betanzos (1 ref), Touro (1 ref)

También, se hacen infusiones de formulas como las ramas floridas de romero con las ramas floridas de malva. Con la infusión se lavan las heridas. Muxía (1 ref.).

A veces se utilizaba la malva haciendo cataplasmas de las flores en las heridas. Muxía (1 ref.),

Para el dolor de barriga.

Se hacen cocimientos de las hojas y flores junto con manzanilla para las vacas cuando tienen un "cordial" y se encuentran mal. Cerdido (1 ref.)

Para relajar.

Se utilizaba la infusión para los animales excitados. Coristanco (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos

Para alimentación

Los niños se comen los frutitos. Monfero (1 ref.)

Para cestería.

Se utilizó para hacer cordeles que luego se utilizaban para atar sacos. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para hierbas sanjuaneras.

En San Juan se ponen las hierbas Sanjuaneras que se cogen en ese día para por la noche tenerlas a remojo y al día siguiente lavarse la cara con esa agua. Ribeira (1 ref.), Ames (3 ref.), Mazaricos (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).Ribeira (1 ref.), Muxía (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene mucilagos urónicos, flavonoides, antocianósidos (están presentes en la flor y el malvidol es el responsable del color malva) y ácidos fenilcarboxílicos.

El uso en bronquitis y para la tos estaría justificado por la acción demulcente y balsámica de los mucílagos.

El uso en el estreñimiento es por la acción laxante mecánica de los mucílagos.

Su uso en vaginitis, sabañones, hemorroides, inflamación de las encías, pies cansados es por la acción antiinflamatoria y emoliente de los mucílagos.

No se ha encontrado ninguna referencia respecto a su uso como hipoglucemiante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se citan 3 especies la *Malva neglecta* Wallr, la *Malva moschata* L. y la *Malva sylvestris* L. que se utilizan a nivel medicinal como laxante, como antiinflamatorio (para inflamaciones, granos y diviesos) y para cuando le salen los dientes a los niños dar la raíz a morder. También, se recopilan usos en veterinaria para su utilización como vulneraria sola o mezclada con plantas como berzas, ortigas y plantago (BLANCO CASTRO, E.; 1995:116).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como usos medicinales de la *Malva sylvestris* L. el utilizarse como anticatarral, antitusígena, laxante, antimigrañosa, antibronquítica y en mezcla de plantas depurativas sanguíneas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:128).

En la etnobotánica castellanense se indica a la *Malva sylvestris* L. como antirreumática, demulcente, digestiva, anticatarral, antihemorroidal, antiflogística, laxante mecánico, hemostática, hepatoprotectora, antisárnica, antifúngica y antidontálgica. También, cita otras especies de malva como la *Malva pusilla* Sm. In Sowerby (*M.rotundifolia* L.) que es utilizada como demulcente intestinal, la *Malva parviflora* L. como estimulante intestinal (laxante suave) y como demulcente, antiinflamatorio (MULET PASCUAL, L.; 1991:268-272).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como laxante y como descongestionante de la boca y de la garganta (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:163).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea la *Malva sylvestris* L. para el catarro, el dolor intestinal, para el dolor de las muelas, para la inflamación en garganta y en pulmones. Además en veterinaria se usa en mamitis, para el parto, como vulnerario, para el catarro y la ronquera (SAN MIGUEL, ELIA.2004:248-249).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:116.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:268-272.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:128.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:358.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guía de plantas medicinales de Galicia”. Galaxia.1996:245-246.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:248-249.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:163.

***Marrubium vulgare* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Marrubium vulgare* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: marrubio

Nombres vernáculos gallegos: alcar, herba dos lombos, marroxo, melrubio.

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz de aspecto blanco-tomentoso. Tallos cuadrangulares con hojas pecioladas, opuestas, ovaladas y de borde festoneado, con los nervios muy marcados. Flores blancas, pequeñas, reunidas en verticilastros espaciados.

De distribución Euroasiática y Norteafricana, vive en lugares nitrificados y alterados por la presión antropozooégena tales como solares, bordes de caminos, lugares frecuentados por el ganado y cultivos abandonados (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:364). Es una planta termófila y se localiza tanto en los pisos colino como el montano de ombroclima húmedo, siempre por debajo de los 800 m de altitud en zonas soleadas protegida de los vientos (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:322)

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para las taquicardias.

Se prepara un cocimiento de la sumidad florida de un puñado pequeño de la planta 2-3 veces al día. Coristanco (1 ref.).

Metabolismo.

Para la ictericia.

Se hace una infusión con esta planta y lavarse la cara para con ello eliminar la ictericia de la cara. Carballo (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene lactona diterpénica (marrubina) que es un principio amargo, alcoholes diterpénicos, aceite esencial rico en monoterpenos y sesquiterpenos, alcaloides, flavonoides y también colina, taninos, pectina, sales potásicas y de hierro.

Su utilidad en taquicardias vendría dada por su efecto sedante cardiaco (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:364).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indican los usos del *Marrubium vulgare* L. como diurético, hipotensor, laxante, protector gástrico, anticatarral, hipoglucemiante, hipocolesteremiante, vulnerario, depurativo además de utilizarlo en hipomenorreas (se utiliza indistintamente la *Ballota hirsuta* Bentham y *Marrubium alysson* L.) (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:256-257).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo de *Marrubium vulgare* L. como venenosa para los animales. Dice que es una planta poco frecuente en el Caurel (BLANCO CASTRO, E.; 1995:116).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:116.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:256-257.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:364.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:322.

***Matricaria chamomilla* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Matricaria chamomilla* L.

Familia: Asteraceae.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: manzanilla.

Nombres vernáculos gallegos: macela, mazanilla

Parte utilizada: capítulos florales

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2117).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual de hasta 60 cm, muy ramificada y con hojas divididas en finas lacinias. Capítulos terminales, con receptáculo cónico y hueco. Flores centrales tubulosas y amarillas, las periféricas liguladas y blancas. Fruto en aquenio algo arqueado

Es una planta subcosmopolita, ampliamente cultivada y naturalizada en márgenes y bordes de caminos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:361). En la provincia de La Coruña esta presente en algunos huertos y jardines.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se prepara en forma de infusión con las cabezuelas para tomar varias veces al día. Monfero (1 ref.)

Aparato digestivo.

Como digestiva.

Se prepara una infusión de la planta para las malas digestiones. Santa comba (6 ref.), Arteixo (1 ref.), Monfero (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Negreira (2 ref.), Lousame (1 ref.), Touro (1 ref.), Vedra (1 ref.) Carnota (1 ref).

Para el dolor de barriga.

Se toma una infusión. Mazaricos (3 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Muxía (2ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Vimianzo (2 ref.), Dumbria (1 ref.), Touro (1 ref.)

Para el dolor de estomago.

Se hace una infusión. Dodro (1 ref.), Cedeira (2 ref.), Cerdido (1ref.), Rianxo (2 ref.), Ribeira (3 ref.), Aranga (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Santa Comba (2 ref.), Carnota (1 ref.), Muros (2 ref.), Mazaricos (4 ref.), Noia (1 ref.), Negreira (2 ref.), Sobrado (1 ref.), Boiro (1 ref.), Cambre (1 ref.), Curtis (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Muxía (3 ref.), Mañón (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Padrón (1 ref.), Somozas (1 ref.), Teo (2 ref.), Rois (2 ref.), Brión (3 ref.), Boqueixón (1 ref.), Ordes (1 ref.), Ames (2 ref.), Touro (2 ref.), A Coruña (1 ref.), Cesuras (2 ref.), Vilasantar (1 ref.), Frades (1 ref.), Boimorto (2 ref.), Mesía (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para el empacho.

En infusión, Touro (1 ref.).

Para los gases.

En infusión se daban a los niños pequeños para gases. Comprada en herboristería. Cedeira (1 ref.).

Sistema nervioso.

Para el dolor de cabeza.

Hacer una infusión de las flores. Brión (1 ref.).

Oftalmología.

Para los ojos irritados.

Infusión de las flores. Para hacer lavados oculares. A Coruña (1 ref.), Mazaricos (2 ref.), Brión (1 ref.), Muxía (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Aranga (1 ref.), Monfero (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para mantener el cabello rubio.

Como agua de lavado después de lavarse la cabeza para que el cabello siga rubio Se prepara una infusión de flores de manzanilla. Muxía (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (0.2-1.8%) rico en camazulenos, polifenoles, mucílago urónico (10%), principio amargo (matricaria precursora del camazuleno), lactonas sesquiterpénicas (proazulenos), sales minerales (8-10%) (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:226).

Las acciones antiinflamatorias se justifican por la presencia de aceite esencial.

Su acción sedante del sistema nervioso por el aceite esencial.

Analgésico, antineurálgico por el aceite esencial.

Su uso en determinados catarros podría estar explicado por su acción antialérgica debida al proazuleno y por la acción antiinflamatoria.

3.2-Referencias etnobotánicas. En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se emplea la *Matricaria recutita* L. como antiséptica en acné, antieczematosa, diurética, antiinflamatoria, hipotensora, eupéptica, carminativa, hepatoprotectora, antiinflamatoria y analgésica (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:327).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se nombra como *Matricaria recutita* L. utilizándose en flemones, como antiséptica ocular, digestiva, antiemética y refrescante (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:129).

4-Observaciones.

Esta planta, aunque algunos informantes la tienen cultivada en el jardín, en la mayoría de los casos al habían comprado en herbolario, farmacia o supermercado para sustituir a la “macela” que ellos utilizaban y que según me decían ya no estaba presente en el campo. No está claro que la especie tradicionalmente utilizada es fuera la matricaria chamomilla.

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; “Fitoterapia. Vademécum de prescripción”. Ed. CITA 1994:226.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:327.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:129.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:361.

***Melissa officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Melissa officinalis* L.

Familia: Lamiaceae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: melisa, toronjil

Nombres vernáculos gallegos: abellariza, abelleira, abilleira, belleira, cidre, cidreira, cobo, herba abella, **herba abelleira**, herba belleira, herba cidreira, toronxil, tronxil, trunxil.

Parte utilizada: Sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2138).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz de hasta 1 m, bastante ramificada. Hojas pecioladas, opuestas, ovales, rugosas y de borde festoneado. Flores blanco-rosadas reunidas en verticilastros axilares con 3-6 flores. Fruto en tetraquenio.

Planta de distribución Euroasiática y Norteafricana, en zonas húmedas y umbrosas nitrificadas. Cultivada y naturalizada (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 368).

En Galicia se desarrolla tanto en rocas calizas como silíceas. No soporta las heladas. Se sitúa en zonas templadas. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:323).

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para relajar.

Se toma la infusión para tranquilizarse. Arteixo (1 ref.)

Para la resaca.

Se toma para la resaca la infusión de la planta. Teo (1 ref.)

Piel

Para evitar infecciones

Como antiinfeccioso, en forma de emplastos sobre la frente o la zona de la infección. A Coruña (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para atraer a las abejas.

Útil para atraer a las abejas cuando se pasaban las abejas de un lugar a otro se restregaba con la herba abelleira la caja del nuevo panal para que la abeja reina se quedara. También para no se cambie el enjambre de abejas de sitio se refriega en la caja con esta planta y las abejas están mejor. A Coruña (1 ref.), Ortigueira (1 ref.), Melide (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Cerdido (1 ref.),

También dicen que cuando van a cortar la miel, se pone humo de herba abelleira porque dice que están más tranquilas y pican menos. Arteixo (1 ref).

Para alimentación.

Para añadir a la comida. Muxía (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (0.1-0.3%) rico en aldehidos (citril, citronelal), terpenos, alcoholes (geraniol, linalol), taninos catequicos, ácidos fenólicos (clorogénico y caféico), principio amargo, mucílagos urónicos y flavonoides.

Presenta acción antiviral y antibacteriana por los ácidos fenólicos (clorogénico y caféico) lo que justificaría su acción antiinfecciosa.

Sedante por la presencia de aceite esencial.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como condimento en guisos y también en uso agrícola concretamente para polinizar las parras ((MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:257).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea como hierba melífera para atraer a los enjambres con la planta fresca en flor (BLANCO CASTRO, E.; 1995:108).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como digestiva, sedante y en mezclas de plantas depurativas sanguíneas. Además de cómo componente de licores de hierbas (ratafia) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:130-131).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como antiespasmódico, sedante nervioso, calmante, digestiva y hipotensora (MULET PASCUAL, L.; 1991:279-280).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para la garganta cociendola con leche y poniendo compresas (AN MIGUEL, ELIA.2004: 247).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de las picaduras de insectos y para el tratamiento de estados de nerviosismo (MUGARDA, J.; 1993:80-81).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:108.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:257.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:80-81.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:279-280.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:130-131.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOVA-VALENCIA, 1995: 368.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:323.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:247.

***Mentha aquatica* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Mentha aquatica* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: menta acuatica,

Nombres vernáculos gallegos: amenta, menta de auga,

Parte utilizada: sumidad florida

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne que puede alcanzar 90 cm con hojas pecioladas, ovales y con bordes aserrados. Flores en verticilos axilares o terminal en forma de capítulo globoso. Corola de color lila rasado o blanca.

Se desarrolla en sitios frescos como prados húmedos, borde de los arroyos, fuentes en suelos fértiles y profundos no muy ácidos y en los que el encharcamiento sea temporal. Vive en los pisos colino y montano medio, en ombroclima húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:326).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

En infusión de sumidad florida. Rianxo (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Se mezclan las hojas de menta con leche caliente. Boimorto (1 ref.).

Aparato digestivo

Como digestiva.

Se utiliza para mejorar la digestión. Se toma una infusión justo después de la comida. Noia (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Para los empachos.

Se utiliza para el intestino y el estomago cuando funcionan mal. Carballo (1 ref.)

Para los gases.

Se utiliza añadiendo a la alimentación como antiflatulento (ej: después de comer fabada). Monfero (2 ref.).

Sistema nervioso

Para dolor de cabeza.

Se utilizan las infusiones de la sumidad florida. Brión (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para atraer las abejas.

Para que las abejas cuando salen de una colmena se metan en otra restriegan Menta en la madera de la colmena donde quieren que se forme la nueva colmena y se quede la reina. Cerdido (1 ref.).

Para alimentación.

Se utiliza la sumidad florida como condimento en cocina. Brión (1 ref.), Muxía (1 ref.), Cedeira (2 ref.), Mazaricos (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Ordes (1 ref.), Touro (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

También se utilizan para cocer las castañas utilizando unas hojas de menta en el agua de cocción. Cerceda (1 ref.), Cesuras (1 ref.), Trazo (1 ref.).

Hierba sanjuanera.

La noche de San Juan se pone menta en flor y otras plantas a remojo y al día siguiente se lavan la cara con dicho líquido. Muros (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (sin mentol) flavonoides y taninos (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:328). Se usa en los catarros por la función antiséptica del aceite esencial y la antiinflamatoria de los flavonoides.

La acción carminativa y digestiva es por la presencia del aceite esencial.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellanense se utiliza como tónica, estimulante estomacal, detoxificante, antiinflamatorio, vermífuga y como ahuyentador de piojos (MULET PASCUAL, L.; 1991:280-283).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para los gases y para recuperar las fuerzas perdidas en las largas caminatas (MUGARZA, J.; 1993: 82-83).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se usa como hepatoprotectora, digestiva y como condimento (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:131).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:82-83.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:280-283.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:131.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:393.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:326-328.

***Mentha piperita* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Mentha piperita* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: menta

Nombres vernáculos gallegos: amenta,

Parte utilizada: hojas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2143).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, híbrida, con flores bilabiadas blanco-rosadas, agrupadas en espigas alargadas, tallos cuadrangulares, hojas redondeadas u ovals de borde dentado.

Planta cultivada con profusión y asilvestradas vegetativamente en regadíos. Se trata de un hídrico estéril, originario de Inglaterra. De reproducción vegetativa exclusiva mediante estolones, existen varias formas y tipos locales (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:370). En la zona de estudio se encuentra cultivada en las huertas.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la tos

Se utiliza la infusión de la sumidad florida cuando hay tos. Vedra (1 ref.).

Aparato digestivo

Como digestiva.

La menta por su sabor agradable para después de las comidas para mejorar la digestión. Infusión de un puñadito o cucharada sopera. Cedeira (1 ref.), Ribeira (2 ref.), Arteixo (1 ref.), Monfero (2 ref.), Coristanco (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Para cuando se tenían molestias en el vientre. Brión (1 ref.) y la utilizaban en los niños para cuando les dolía la barriga. Aranga (1 ref.).

Parasitosis

Para las lombrices.

Para las lombrices de los niños. En infusión se les daba una sola vez cuando tenían gusanos. Malpica de Bergantiños (1 ref.). Coristanco (1 ref.).

Sistema nervioso

Como afrodisíaco

Se utiliza la infusión de hojas de menta. Toques (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar.

Se prepara un cocimiento de la sumidad florida y se lava la herida con este. Aranga (1 ref.).

Para desinfectar.

Se usaban las infusiones de menta como desinfectante en heridas. Coristanco (1 ref.).

Para maduración abscesos.

En granos que no daban reventado con grasa de cerdo sin sal encima de esa hoja para que rompiera. Arteixo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para alimentación.

Para las comidas, en ensaladas hojas de menta fresca, para cocinar como condimento. Por su buen sabor a las comidas. Cedeira (1 ref.), Brión (1 ref.), Muros (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Monfero (1 ref.).

Para cocer castañas también se utiliza poniendo unas hojas en el agua de cocción. Vilamaior (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (1-4%) con más de 100 componentes. El componente principal es un alcohol monoterpénico (mentol); También tiene mentofurano. Una parte del mentol no esta libre sino formando esteres. Además contiene monoterpenos como pineno y limoneno. Aparte de la esencia contiene flavonoides (12%), ácidos fenilcarboxilicos, taninos y principio amargo (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995:370). Su efecto tónico, que justificaría su uso como afrodisíaco, se debe al efecto del aceite esencial. Su efecto vermífugo se explica por el aceite esencial. Su efecto digestivo se debe a la presencia del aceite esencial y los flavonoides. Su efecto antiséptico es debido a la presencia de ácidos fenilcarboxilicos y por el aceite esencial.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería) se emplea la *Mentha x piperita* L. para la mala circulación en las

piernas con baños de pies, como eupéptico en caso de dispepsias, como analgésico en dolores gastrointestinales, como depurativo de la sangre masticando un tallito fresco (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:258-259).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como antiinflamatoria, digestiva, antiinflamatoria, vermífuga y como protector gástrico (MULET PASCUAL, L.; 1991: 284-285).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) su empleo medicinal es solo como digestiva (SAN MIGUEL, ELIA. 2004:247).

4-Observaciones.

Se ha encontrado mucha menta comprada en herbolarios, farmacia y supermercados.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:258-259.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 284-285.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995:370.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:247.

***Mentha suaveolens* Ehrh.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Mentha suaveolens* Ehrh.

Familia: Lamiaceae.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: matapulgas, mentastro

Nombres vernáculos gallegos: mentrastes

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne estolonífera, de 0,3-0,8 m, erecta con un aroma poco agradable. Tallos cuadrangulares, recios y con hojas opuestas, sentadas, obtusas o ligeramente agudas, ásperas y rugosas como consecuencia de su marcada nerviación reticulada. Flores (VI-X) blancas, agrupadas en inflorescencias espiciformes cilíndricas terminales.

Crece formando parte de herbazales y juncales desarrollados sobre suelos húmedos y con frecuencia nitrificados. Es frecuente, sobre todo en los bordes de los lagunazos, navajos, fuentes, y márgenes de cursos de agua, alterados por acción antropozoógena (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 1995:396).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Como digestiva

Para hacer mejor la digestión. Se prepara una infusión con las hojas frescas. Santiago de Compostela (1 ref.), Abegondo (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

Para dolor de estómago.

Se utilizan las infusiones de hojas de mentastro. Dodro (2 ref.), Pontedeume (2 ref.).

Metabolismo

Agotamiento físico

Se utilizan infusiones de menta para el agotamiento. Val do Dubra (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar

Para lavar las heridas con la infusión de mentastro con el fin de cicatrizarlas antes. Oroso (2 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

Sistema nervioso

Para el dolor de cabeza.

Se restriega una hoja de mentastro por la cabeza y se alivia la jaqueca. Val do Dubra (1 ref.).

Aparato respiratorio

Para los catarros.

Se utiliza la infusión de la planta. Frades (1 ref.).

Usos veterinarios.

Cicatrizante de heridas

Se utiliza la infusión de la sumidad florida del mentastro para con el agua lavar las heridas de los animales. Cesuras (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial que contiene monoterpenos, sesquiterpenos y sesquiterpenonas. La acción digestiva, cicatrizante y tónica es debida a la presencia del aceite esencial.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se emplea como hepatoprotector con una infusión de un manojo de esta planta (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:259-260).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea como antiurticante o antipruriginoso. Para frotar con la planta fresca a modo de antídoto contra la picadura de las ortigas (BLANCO CASTRO, E.; 1995:119).

En la etnobotánica castellanense se emplea el decocto de la planta como hipotensora y anticatarral (MULET PASCUAL, L.; 1991:287).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea el cocimiento de la planta como anticatarral (SAN MIGUEL, ELIA.2004: 247).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:119.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 259-260.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:287.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar; 1995:396.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 247.

***Mercurialis annua* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Mercurialis annua* L.

Familia: Euphorbiaceae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: mercurial

Nombres vernáculos gallegos: basallo, melucho, varredoiro

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de 0.1 – 0.4 m, glabra o glabrescente, de color verde claro, con tallo ramoso y raíz débil. Hojas opuestas, pecioladas, blandas de consistencia, ovado-lanceoladas u ovadas y con margen dentado. Planta dioica. Raramente monoica, con flores (I-XII) unisexuales trímeras, con tépalos verdosos, solitarias o en pequeños glomérulos agrupados en espiga, las femeninas subsésiles. Fruto en cápsula con superficie hispida.

Esta formando parte de los herbazales desarrollados, en medios ruderal-viarios nitrificados diversos con humedad estacional superficial, entre el nivel del mar y 1650 m. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 1995: 324).ç

Crece en los campos de maíz entre cultivo y cultivo, en general en suelos muy aireados. Se extiende en los pisos colino y montano en ombroclima húmedo e hiperhúmedo.

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Tóxico

Es toxico. Cuando se da entre el forraje del maíz y se la comen las vacas orinan sangre. Mañón (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene heterósidos flavónicos, sales potásicas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 1995: 324) y una sustancia cromógena llamada hermidina que da un

color azul cuando la planta se seca (PIO FONT QUER 1985:183) que podía ser la responsable de su Toxicidad.

La intoxicación se manifiesta con dolores bilaterales a nivel renal y vómitos. Se presentan eritema y hemoglobulinuria, o sea sangre en orina, que es por lo que dicen que es toxica y no se debe dar a comer a las vacas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza en la medicina popular como laxante y también en veterinaria con el mismo uso (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:134).

En la etnobotánica castellonense se emplea como laxante suave (MULET PASCUAL, L.; 1991:288).

4-Observaciones.

La toxicidad no desaparece con la desecación aunque es máxima en la floración y maduración de las semillas (MULET PASCUAL, L.; 1997:279).

La *Mercurialis annua* L. tiene un congenero que es la *Mercurialis perennis* L. que es más activa y no se recomienda su uso (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:230).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:288.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:279.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:134.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 1995: 324.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscorides renovado"Ed. Labor 1985:183.

***Myrtus communis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Myrtus comunis* L.

Familia: Mirtaceae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: mirto

Nombres vernáculos gallegos: miltra, mirta, mirteira, murta, murteira, murtra.

Parte utilizada: ramas jóvenes.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto, de 1-3 m, aromático, siempreverde y de follaje denso con ramas erguidas ligeramente pelosas. Hojas subsésiles, opuestas, lanceoladas, enteras y lustrosas. Flores (VI-VIII) pedunculadas y solitarias en la axila de las hojas, corola con 5 pétalos blancos, estambres numerosos. Fruto en baya poco carnosa, de color blanquecino cuando joven y generalmente negro-azulada en la madurez.

Habita en zonas marítimas de invierno templado, formando parte de matorrales litorales térmicos, que actúan generalmente como orla o primera etapa degradativa de bosques mediterráneos perennifolios, en comarcas con ombroclima subhúmedo. En territorios con ombroclima seco, los mirtales, aprovechan situaciones edáficamente favorecidas, por lo que se desarrollan sobre suelos con cierta hidromorfia a lo largo de todo el año (como son las proximidades de torrenteras, ramblas, navajos, lagunazos, lagunas, etc...). (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:460).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos

Para hacer escobas.

Se utilizaban las ramas para hacer escobas. Zas (1 ref.), Vimianzo (1 ref.).

Para jugar.

Para jugar como baqueta para limpiar el tubo de saúco en caso de que se taponara con algún proyectil que eran los frutos del asfodelus (abrotega). Arteixo (1 ref.)

Hierba sanjuanera

Se recogían la noche de San Juan mirtos y rosas y se cocían para lavarse al día siguiente. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene un aceite esencial rico en monoterpenos (pineno, mirceno), sesquiterpenos (coriofileno, humuleno), alcoholes terpénicos (linalol, geraniol), óxidos terpénicos, lactonas y taninos. Por ello está indicado como antiséptico, eupéptico, sedante y en afecciones respiratorias aunque en nuestro estudio no se nos haya informado de usos etnofarmacológicos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se ha encontrado ninguna referencia a la utilización de esta planta en usos medicinales populares ni en etnobotánicos en la bibliografía contrastada. Nuestra contribución etnobotánica a nivel de usos como para hacer escobas, para jugar o como hierba sanjuanera. Son utilizaciones novedosas.

5-Bibliografía.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:460.

***Nasturtium officinale* R. Br. in Aiton**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Nasturtium officinale* R. Br. in Aiton

Familia: *Cruciferae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: berro

Nombres vernáculos gallegos: agrión, agro, agrón, berrago, briza, brizo, cardama, mestranzo, mestruzo

Parte utilizada: sumidad aérea

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea perenne, rizomatosa, con tallos ascendentes y fistulosos de hasta 0.5 m de altura. Hojas pinnatisectas, con segmentos redondeados. Flores tetrameras y hermafroditas. Cáliz con 4 sépalos verdes, corola de 4 pétalos en cruz de color blanco, androceo con 6 estambres tetradinamos, ovario supero bicarpelar. Fruto en silicua patente, cilíndrica y algo curvada. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:174).

Crece en herbazales jugosos desarrollados en zonas de aguas someras eutrofizadas, encharcadas o con corriente moderada. Distribución subcosmopolita (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:255).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para anemia

Se utilizan las hojas del berro. Ferrol (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para Alimentación.

Se cogen de los ríos y se comen en ensalada. Coristanco (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene glucosinolatos que por destrucción celular e hidrólisis enzimática, originan feniletilisotiocianato y la glucotropaeolina, que por idéntico mecanismo son los responsables de su sabor picante. Además contiene flavonoides, vitamina C y minerales (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:255). Por ello se utiliza como ingrediente en ensaladas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se utiliza como detoxicante, pectoral y para fortalecer las encías (MULET PASCUAL, L.; 1991: 295).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de las inflamaciones, como antirreumática, para el tratamiento de grietas (en manos y pies) y heridas (MUGARZA, J.; 1993:32-33).

4-Observaciones.

Se suele confundir con el *Apium nodiflorum* L. (berra) debido a que son muy parecidas las hojas, hay que tener cuidado porque la berra es tóxica.

También, debe lavarse bien antes de consumirse verde en fresco en ensaladas porque puede transmitir al hombre una enfermedad parasitaria llamada distomatosis.

Bibliografía

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:32-33.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:255.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:174.

***Nerium oleander* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Nerium oleander* L.

Familia: *Apocinaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: adelfa.

Nombres vernáculos gallegos: No se conocen.

Parte utilizada: sumidad florida .

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto latíífero, perennifolio, glabro, de hasta 5 m, con ramas rectas y hojas opuestas o ternadas, enteras, lanceoladas, gruesas, coriáceas y lustrosas. Flores (V-IX) pentámeras agrupadas en inflorescencias corimbrosas, en forma de ramilletes situados en la terminación de las ramificaciones. Pétalos de color rosa, raramente blancos, soldados en la base y con lóbulos patentes. Fruto en difolículo, rectos y alargados. Semillas con vilano.

Planta de distribución mediterráneo meridional. Sensible al frío, habita en el piso termo y mesomediterráneo nivel inferior, donde coloniza torrenteras, ramblas y barrancos, sobre suelos pedregosos y estacionalmente encharcados, entre el nivel del mar y 500 m. Cultivada como ornamental en todas las regiones del mundo con clima mediterráneo o subtropical (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:144).

2-Etnofarmacología.

Toxicidad.

Es una planta de jardín que es muy tóxica. Cerdido (2 ref.), Noia (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Debido a su contenido en heterósidos cardiotóxicos, derivados del cardienólido la planta tiene una justificada acción tóxica siendo aconsejable abstenerse de su utilización dada su toxicidad.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como antiodontálgico y antiverrucoso. Además en usos veterinarios como Antiparasitario y vulnerario (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:230-232).

En la etnobotánica castellanense se ha utilizado como antiverrucosa, rubefaciente, antisárnica, resolutive, ahuyentador de insectos, antiséptica, antitumoral, veneno y contraveneno (MULET PASCUAL, L.; 1991:296-298).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como insecticida y raticida (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:45-46).

5-Bibliografía

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:230-232.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 296-298.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:144.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:45-46.

***Ocimum basilicum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ocimum basilicum* L.

Familia: *Lamiaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: albahaca

Nombres vernáculos gallegos: No se conocen.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de 0,1-0,4 m, aromática, de color verde claro, con tallo cuadrangular y hojas oval-lanceoladas, opuestas, ligeramente dentadas y pecioladas. Flores (VII-X) bilabiadas dispuestas en espigas alargadas, cáliz con 5 lóbulos ciliados, siendo el superior mayor que los restantes y redondeado, corola blanquecina o rosada con el labio superior mostrando 4 lóbulos.

Es una planta de origen asiático (India), que se cultiva como ornamental y por su uso condimentario en los márgenes de las huertas y jardines, ya que se tiene la creencia de que ejerce una acción repelente de los insectos causantes de plagas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A; 2001:401).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos

Para Alimentación.

Para condimentar la comida. Arteixo (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene un aceite esencial muy rico en fenoles, metiléteres, alcoholes terpénicos, ésteres terpénicos, fenoles, cetonas, heterósidos, taninos y saponósidos. El aceite esencial es responsable de muchas de sus acciones (antiséptica, descongestionante venosa y prostática, antiespasmódica, antálgica, galactógena y antihelmíntica) incluida la de su aroma, por la que se utiliza como condimento.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como carminativo en aerofagia infantil, como antiséptico en higiene bucal y afecciones oculares, como adelgazante en obesidad (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:261-263).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse para dar a las parturientas después del parto, como parte de mezclas carminativas, como condimento en algunos platos u como ahuyentador de mosquitos al colocar macetas de albahaca en las ventanas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:136-137).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como repelente de insectos (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:138).

En la etnobotánica castellonense se utiliza la albahaca como digestiva, sedante nerviosa, estimulante de la memoria, hipotensora y carminativa (MULET PASCUAL, L.; 1991:299-300).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 261-263.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 299-300.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:136-137.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:401.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:138.

***Olea europaea* L**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Olea europaea* L.

Familia: *Oleaceas*

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: olivo, olivera

Nombres vernáculos gallegos: acebucha, oliveira, zambullo, zambuxo

Parte utilizada: ramas y hojas

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2320).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol perennifolio de talla mediana, tortuoso y con corteza de color grisáceo. Hojas opuestas, enteras, coriáceas, lanceoladas, con borde revuelto y blanco plateadas por el envés. Flores blancas, pequeñas, reunidas en pequeños racimos axilares. Fruto en drupa ovoide, negra cuando madura.

Originario y ampliamente cultivado en la Región Mediterránea (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 2001:391). Es una planta mediterránea que en Galicia se cultiva en la mitad sur. Resiste los climas secos y vive sobre suelos frescos y con cierta fertilidad. En La Coruña crece en el pino colino en ombroclima subhúmedo y húmedo, prefiriendo las laderas de solana y evitando los fríos que pueden helar sus flores. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. 1996:296-297)

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo

Para el dolor de estómago.

En infusión de las hojas. Sobrado (1 ref.).

Se dan masajes en la barriga con aceite de oliva con los que se “deshacen los empachos”. Monfero (1 ref.).

Aparato circulatorio.

Para bajar la tensión.

Se toman en infusión unos dicen 3 hojas en un vaso (Paderne (1 ref.), otros dicen 9 hojas (Monfero (1 ref.), O Pino (1 ref.), otros no especifican la cantidad. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Arteixo (2 ref.),

Carballo (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Cerdido (3 ref.).

Locomotor

Para el dolor de espalda.

Se utilizan los emplastos de las hojas en la espalda. Ribeira (1 ref.).

Piel

Para después del sol

Para después del sol, en días de mucho sol, cuando se esta en el campo todo el día, dar en la piel el aceite de oliva. Monfero (2 ref.).

Usos veterinarios.

Dolor de barriga.

Se da masaje en la barriga con aceite de oliva a las vacas cuando no rumian. Monfero (1 ref.),

Otros usos etnobotánicos

Para bendecir.

El domingo de ramos llevan ramos de olivas para bendecir a la iglesia. Lousame (1 ref.), Oroso (2 ref.), Ortigueira (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Vedra (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Touro (1 ref.), Rois (1 ref.), Boiro (1 ref.).

En San Juan se cogían ramas para bendecir el grano que se iba a plantar. Cerdido (1 ref.).

Ramas de olivo para la bendición de los animales del establo. Negreira (1 ref.).

Domingo de ramos se lleva “una rama de olivo que tenga cruces” a la iglesia. Se bendice y se guarda todo el año. Boiro (1 ref.).

Hierbas sanjuaneras

En el día de San Juan, se cogen ramas de olivo, fiuncho, hojas de nogal y se introducen en agua a macerar a la serena y al otro día, la utilizan para lavarse la cara. Se dice que el que lo hace, mantiene el cutis bien el resto del año. Cedeira (1 ref.).

Mágico

Para sacar las enfermedades del cuerpo las hojas de olivo. Toques (1 ref.).

Para la suerte.

Las ramas para poner en las puertas como protección. Es el árbol sagrado. Muxía (1 ref.).

Para poner una rama de olivo en lo más alto cuando se corona una obra. Arteixo (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas contienen secoiridoides (oleoeuropeósido, secologanósido), flavonoides (rutósido, mono y diósidos de flavonas), taninos, principio amargo (alivamarina), sales de ácidos málico, tartárico, láctico y glicólico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 2001:391).

La presencia de oleoeuropeósido produce una acción vasodilatadora periférica prolongada e importante, la cual justifica junto a la acción diurética de los flavonoides su uso como hipotensor.

La utilización del aceite de oliva, muy equilibrado en cuanto a su composición en ácidos grasos monoinsaturados da lugar a acciones emolientes y antiinflamatorias a nivel tópico lo que explica su uso popular para después del sol y la aplicación de masajes en la barriga.

La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante además de la del efecto antiinflamatorio de los flavonoides junto con los mucílagos de propiedades emolientes justifican los usos medicinales populares como cicatrizante y madurador de abscesos.

El uso como anticatarral puede estar justificado con la presencia de flavonoides como antiinflamatorios junto con el efecto antiséptico (bactericida-bacteriostático) de los taninos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como hipotensor, hidratante, antiverrucoso, cicatrizante, antiherpético, emoliente, tónico capilar, purgante, antiespasmódico, antidontálgico, hipoglucemiante, analgésico(en otalgias, picaduras de avispa), anticatarral, emético y en veterinaria también se utiliza como oxitócico, para el prolapso uterino, para el dolor y las picaduras de araña (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. ;1997:236-238).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utilizan las hojas como antihipertensoras y en mezcla de plantas anticatarrales, antidermatósicas, antihipertensivas, antipiréticas y vasotónicas. El fruto en alimentación para preparar las olivas y también intervienen en la preparación de licores (ratafia) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura y cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:137-138).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como hipotensora, antirreumática, contraveneno, antiinflamatoria, vermífuga, febrífuga, antiespasmódica, antiséptica, laxante, antinefrítica, laxante, emoliente,

vulneraria, revulsiva, antihemorroidal, hemostática, protector gástrico, antiviral, antieczematosa, antisárnica, antifúngica, antigangrenosa, hipoviscosizante sanguíneo, estimulante circulatorio periférico y anticatarral (MULET PASCUAL, L.; 1991:300-308).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para los granos, forúnculos, quemaduras, para el dolor articular y los parásitos (SAN MIGUEL, ELIA.2004:249).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como hipotensor, laxante, hipocolesterolemizante y estimulante de la motilidad intestinal tópico pediátrico (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:173).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de sabañones, quemaduras solares y contra la introducción de insectos en los oídos (MUGARDA, J.; 1993: 94-95).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 236-238.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:94-95.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:300-308.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:137-138.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 2001:391.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias). Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:249.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:171-172.

***Omphalodes nitida* Hoffm. et Link**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Omphalodes nitida* Hoffm. et Link

Familia: Borraginaceae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: No se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: Herba do soyo, Onfalodes

Parte utilizada: Sumidad aérea .

Descripción, distribución y ecología.

Es una planta de poca hoja, sin ramificar. Las hojas son lanceoladas y algo asimétricas. Las flores de tamaño pequeño, tienen un cáliz de cinco divisiones y corola azul de cinco lóbulos. Esta descrita en asociaciones de vegetación leñosa en Galicia: *Onphalodo nitidae-fagetum sylvaticae* (IZCO, AMIGO & GUITIAN, 1986 y RIBAS MARTINEZ et al , 1991). En La Coruña se da en casi toda la provincia, no siendo en la montaña.

Han sido recogidas semillas del bosque Cabanella en los Ancares (Lugo) que se encuentran en el banco de Endemismos Ibéricos y Macaronicos como material genético de reserva.

2-Etnofarmacología.

Aparato ginecológico

Para infecciones ginecológicas.

Para evitar las infecciones ginecológicas después del parto. Antiguamente se utilizó para que después del parto se evitaran las infecciones ginecológicas que tantas parturientas tenían y que en la mayoría de los casos desembocaban en la muerte de la persona. Malpica de Bergantiños (1 ref.)

Oftalmología.

Para las conjuntivitis.

Para lavar los ojos en caso de conjuntivitis una infusión de la planta. Carballo (1 ref.).

Piel

Cicatrizante.

Se utiliza como vulneraría, cicatrizante y antiséptica. Cuando había heridas de corte con aperos de labranza se cogía la planta y se chafaba y se ponía sobre la herida en forma de emplasto que se cambiaba cada dos horas. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Usos veterinarios.

Como antimanchas.

La utilizaban para quitar las manchas de la piel en los cerdos, preparando un cocimiento de la planta para luego lavar al animal con lo que ellos llaman el agua de la planta. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias sobre su composición en la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se han encontrado referencias ni etnofarmacológicas ni etnobotánicas en ninguna de las Tesis contrastadas. Tan solo en el libro "A cultura popular en Coristanco" encontramos un capítulo de plantas medicinales que cita la herba do sollo como cicatrizante "fervense e lávanse as feridas con esta auga" (hervir y lavarse las heridas con esta agua (FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a; 1997:171). Por lo que las utilizaciones populares en conjuntivitis, para las infecciones ginecológicas y en veterinaria como antimanchas presentadas en el presente trabajo constituyen una aportación novedosa.

5-Bibliografía.

- FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a; "A cultura popular en Coristanco". Concello de Coristanco, 1997:171.

***Opuntia vulgaris* Miller**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Opuntia vulgaris* Miller

Familia: *Cactaceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: chumbera, nopalera, higuera de pala

Nombres vernáculos gallegos: chumbeira

Parte utilizada: las hojas .

Descripción, distribución y ecología.

Planta de 2-6 m de altura. A menudo tiene un tronco definido que mide 15 cm de diámetro que puede ser liso o espinoso. Generalmente posee una copa grande y muy ramificada. Los segmentos ovales a oblongos, estrechados en su parte basal y de color verde brillante. Las hojas rudimentarias miden 2-3 mm de longitud. Tiene 1 ó 2 espinas, aunque a veces son más. En el tronco a menudo existen grupos de 10 ó más. Son erectas, miden de 1-4 cm. y su color es marrón amarillento a marrón rojizo oscuro. Las flores son amarillas o rojizas, tienen un diámetro de hasta 9 cm, los sépalos son anchos y poseen una banda central de color rojo en su envés. Los pétalos son de color dorado y se disponen de forma muy abierta.

Aunque es una especie muy común en la región mediterránea. En la provincia de La Coruña se encuentra cultivada y a veces naturalizada en comarcas litorales.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la tos ferina.

Para curar la tos ferina. Las palas que dan los higos chumbos, se dejan sin piel en un cacharro en el que se dejaba caer el líquido que rezumaba. Se pone a macerar con limón y azúcar. Se obtiene un líquido muy viscoso, de un sabor poco agradable. Se toma antes del desayuno, comida y cena. Padernes (1 ref.), Ordes (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Toda la planta tiene un alto contenido de mucílagos, su acción demulcente justifica el uso popular como antitusivo.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza su congenera *Opuntia máxima* Miller popularmente como rehidratante y saciante de la sed (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:78).

En los demás estudios etnobotánicos contrastados se utiliza el *Opuntia ficus-indica* (L.) Miller en distintos usos así en el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo como emoliente, vasodilatador periférico, antidiarreico, anticatarral, emoliente, hipoglucemiante, antiinflamatorio, ansiolítico y antitusivo (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:114-116). En el estudio de etnobotánica de Gerona, se ha utilizado en mezclas de plantas pectorales (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:138).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 114-116.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:138.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:78.

***Origanum vulgare* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Origanum vulgare* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: oregano

Nombres vernáculos gallegos: aurego, aurogo, oregaos, ourejau, ourégano, ourego, ouregues

Parte utilizada: sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2343).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea o sufruticosa, de 0.2-0.6 m, erecta más o menos pelosa, aromática y con tallos erectos de color rojizo que se ramifican hacia lo alto y llevan pelos esparcidos a lo largo de los mismos. Hojas opuestas, pecioladas, aovadas, con margen entero o escasamente denticulado, provistas de glándulas esferoidales de aceite esencial. Flores (VII-X) bilabiadas con corola blanca o rosada, aglomeradas en panículas situadas en el ápice de los tallos y provistas de brácteas membranosas, de color verde pálido, 2-3 veces más largas que el cáliz y a menudo apiculadas.

Forma parte de las orlas herbáceas de bosques esclerófilos subhúmedos y ribazos de acequias y caminos con suelo profundo y húmedo, cascajeras fluviales, entre el nivel del mar y 1000 m. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:402). En la provincia de La Coruña se localiza en los pisos colino y montano bajo en ombroclima húmedo e hiperhúmedo. (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:330).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la afonía.

Solo o con romero en infusión de la planta. Teo (1 ref.).

Para la garganta.

Se utiliza la infusión de la planta para hacer gargaras y tragar el preparado. Bergondo (1 ref.).

Para el asma.

Tomar un cocimiento en vino de hojas de orégano, ramas de romero florido y ramas de fiuncho cuando esta frío se añaden unas cucharadas de miel. Tomar 2-3 veces al día. Mañón (1 ref.).

Para catarros.

Se utiliza la infusión de la planta. Teo (1 ref.), Muxía (1 ref.), Ordes (2 ref.), Ferrol (1 ref.) Rois (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Boimorto (1 ref.).

También se utiliza para el catarro, el cocimiento de una pizca de la planta del romero y del orégano. Tomar 2-3 veces al día. Oroso (1 ref.).

A veces, se macera el orégano con vino y azúcar para curar el catarro con tos; así, se tomaba en ayunas medio vaso. Arzua (2 ref.).

Para la garganta.

En infusión para la garganta, Touro (1 ref.), Noia (1 ref.), A Coruña (1 ref.).

Para las gripes.

La infusión de orégano mezclado con una yema de huevo y azúcar se le daba caliente. Ribeira (1 ref.), Santa Comba (1 ref.).

Para la tos.

Se toma la infusión de la planta, varias veces al día. Cerdido (1 ref.), Ponteceso (1 ref.), Oroso (1 ref.), Muros (2 ref.), Rois (1 ref.), Negreira (1 ref.), Malpica de Bergantiños (1 ref.), Santa Comba (4 ref.), Camariñas (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Toques (1 ref.), Carballo (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Ordes (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Tordoia (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para el intestino.

Para el mal de intestino tomar infusiones 3 veces al día. Santa Comba (1 ref.).

Aparato circulatorio.

Para las palpitaciones.

Se utilizaba la infusión de la sumidad florida. Coristanco (1 ref.).

Metabolismo.

Para adelgazar.

Se toma la infusión para adelgazar 3 tazas día. Ordes (1 ref.)

Para bajar la tensión.

Se utiliza la infusión de las hojas para tomar varias veces al día. Mesía (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación.

Utilización como condimento en las comidas. Ames (3 ref.), Arzua (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Noia (1 ref.), Muxía (5 ref.), Carballo (1 ref.) O Pino (1 ref.), Vimianzo (3 ref.), Monfero (2 ref.), Santa Comba (1 ref.), Mazaricos (3 ref.), Muros (1 ref.), Negreira (2 ref.), Rois (1 ref.), Brión (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Cerdido (2 ref.), Santiago de Compostela (2 ref.), Arteixo (1

ref.), Negreira (1 ref.), Boqueixón (3 ref.), Touro (2 ref.), Ordes (2 ref.), Vedra (1 ref.), Teo (1 ref.), Boiro (1 ref.), Lousame (1 ref.), Oroso (1 ref.), Padrón (1 ref.), Dumbria (1 ref.), Vilasantar (1 ref.), Frades, Cerceda (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.), Tordoia (1 ref.),

Para cocer las castañas se utilizan unas ramitas de orégano en el agua de cocción de las castañas. Cesuras (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene un aceite esencial rico en monoterpenos y en fenoles (carvacrol y timol). Ácidos fenólicos (ácidos caféico, clorogénico y rosmarínico) y flavonoides derivados del luteolol, kenferol y diosmetol.

Por su contenido en aceite esencial tiene una acción antiséptica de amplio espectro (activo sobre levaduras patógenas, bacterias Gram (+) y Gram (-)) justificación por la que se emplea a nivel popular en afonías, catarros, faringitis, gripes y tos.

Es importante tener en cuenta que tanto su absorción por infusión o fumado como si fuera tabaco el orégano excita violentamente el corazón (FOURNIER, P.; 1948(3):129).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como digestiva, antiasmática, anticatarral, depurativa, hipotensora, antiinflamatoria, analgésica, preventiva de caries, como condimento y también se utiliza en mezclas de plantas estomacales (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:139-140).

En la etnobotánica castellanense se utiliza el *O. vulgare* L. como expectorante, estimulante del apetito, antiinflamatoria y astringente y también se utiliza el *O. virens* Hoffmanns & Link como antiespasmódico, detoxicante, antiinflamatorio, antirreumático y digestivo (MULET PASCUAL, L.; 1991: 310-312).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de los resfriados, catarros, asma, bronquitis y abscesos (MUGARZA, J.; 1993: 98-99).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea como digestivo, para la garganta, gripes y catarros (SAN MIGUEL, ELIA.2004: 247).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo de otra especie el *Origanum virens* Hoffmanns & Link que se utiliza como anticatarral y además de condimento en alimentación (BLANCO CASTRO, E.; 1995:128).

4-Observaciones.

Existen 2 especies del genero *Origanum* muy testimoniadas en Galicia. Una es el *Origanum virens* Hoffmanns & Link que crece en lugares áridos. Y el *Origanum vulgare* L. Que crece en prados secos, matorrales caminos y lugares soleados. Que es la que nosotros hemos determinado aunque las dos tienen los mismos nombres vulgares.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:128.
- FOURNIER, P. , "Le livre des plantes médicinales et vénéneuses de France. 3 tomos. Ed. Paul Lechevalier. París. 1948(3):129.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:98-99.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 310-312.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:139-140.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:402.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:330.
- SAN MIGUEL, ELIA. "Etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 247.

***Osmunda regalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Osmunda regalis* L.

Familia: *Osmundaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: no se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: dentabrú, **dentabrón**, dentabrún, dentabruño, dentada, dentagrón, dente de agrón, dentequil, dentrabón, dentrabrún, dentragón

Parte utilizada: raíces y frondes. .

Descripción, distribución y ecología.

Es un helecho de rizoma grueso, perenne. Las frondes llegan hasta los 1.5 m. Los soros van, aparte de los foliolos en la cima de los frondes pareciendo ramas florecidas de color castaño claro. Crece en bosques atlánticos, húmedos y umbrosos, fondos de barrancos sombríos. En la Provincia de La Coruña se encuentran fácilmente en las orillas de los riachuelos y ríos. Siempre en zonas de cierta humedad (GARCIA, XOSE RAMON; 1979:187-188).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para dolor de huesos.

Se utiliza para dolores de huesos y artrosis, utilizando el cocimiento de la raíz lechosa. A Coruña (1 ref.), Melide (1 ref.), Toques (1 ref.), Frades (1 ref.).

Para unir huesos.

Se utilizaba para cualquier tipo de roturas y se hacía un cocimiento de la raíz y se daba en vasitos de licor (chupitos) uno al día. Ponteceso (1 ref.), Arteixo (2 ref.).

Se hacía una cocción del cepellón fresco en agua y se tomaba en pequeña cantidad 1 chupito 1-2 veces día. Coristanco (1 ref.).

Cuando había roturas en extremidades se restregaba con el jugo fresco del cepellón de la planta y se procedía a la inmovilización entablillando el miembro roto. Coristanco (1 ref.).

Aparato digestivo

Para problemas digestivos

Las hojas en infusión. Negreira (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar.

Lo que se utiliza de la planta son unas bolitas que tiene donde casi terminan las raíces por lo que se tiene que cavar bastante hondo y en tierra muy dura. Estas bolitas es donde dicen “se concentra mejor la sustancia que tiene las propiedades”. Estas bolitas tienen como característica que se pegan a las manos. Estas bolitas se ponen en agua a cocer hasta que queda una infusión de consistencia gelatinosa.

Las bolitas de las raíces, preparada de la manera indicada, han sido utilizadas para cerrar una fístula sangrante tomando el cocimiento. Malpica de Bergantiños (1 ref.), También en heridas abiertas para cerrarlas. Ponteceso (1 ref.).

Para las mazaduras.

Con las hojas grandes se hacía una infusión que se utilizaba para los golpes internos. Santa Comba (1 ref.), Oroso (1 ref.).

Se hace la cocción de sus raíces y se pone el líquido gelatinoso en forma de emplasto encima de las mazaduras. Santiago de Compostela (1 ref.), Oroso (1 ref.).

Veterinario

Para unir los huesos.

En medicina del ganado para unir huesos lo utilizaban los tratantes de ganado en friegas del líquido geloso de las raíces. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para maduración de abscesos.

Para los bultos de las patas de los animales se pone emplasto de la infusión con el marco de la misma en la zona donde está el bulto a tratar. Santiago de Compostela (1 ref.).

Para las manchas

Para las manchas de la vejez en la cara. Se hace lo siguiente: Se utiliza la zona del helecho que está enterrada que es como un tronco porque de él salen las hojas y las raíces. Esto se filetea con cuidado y se pone a hervir con agua hasta que se forma un líquido gelatinoso. Con este líquido se da en la zona de las manchas varias veces al día. Ponteceso (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias en la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza popularmente como vulneraria y antihemorrágica (BLANCO CASTRO, E.; 1995:345).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para las roturas de hueso, heridas, dolores articulares, como astringente, para el celo y para la sangre en la orina (SAN MIGUEL, ELIA.2004:249).

4-Observaciones.

Es una planta tóxica, todos los informantes que nos han comentado algún uso interno, nos han hecho hincapié en la dosis (siempre vasitos pequeños: chupitos) advirtiéndolo incluso que si se toma mas cantidad puede “pegar las tripas” literalmente. Es pues necesario estudiar más los principios activos de la planta y en caso de utilizar, hacerlo bajo supervisión facultativa.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:345.
- GARCIA, XOSE RAMON. “Flora de Galicia”. Editorial Follas Novas.1979:187-188.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:249.

***Oxalis acetosella* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Oxalis acetosella* L.

Familia: *Oxalidaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: acederilla, aleluya

Nombres vernáculos gallegos: alegría, herba da fame, pan de can, pan de cuco, trevo acedo.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba acaule, de 0,05 a 0,15 m, débilmente pilosa, con rizoma delgado, rastrero horizontal, recubierto de escamas suculentas. Hojas todas basales en roseta, con pecíolo piloso y carnoso en la base, de hasta 10 cm, trifoliadas con foliolos rojizos en su envés, obovados, glabrescentes o pubescentes, estípulas pequeñas, ovadas, agudas. Flores (IV-VI) solitarias sobre pedúnculos que sobrepasan a las hojas; pétalos blancos o rosados, con nerviación violácea y mancha amarilla basal. Cápsula ovoide, angulosa, con semillas estriadas longitudinalmente

Crece en bosques umbrosos y húmedos (hayedos y robledales) de la Región Eurosiberiana (pisos colino, montano y subalpino). En ocasiones alcanza la Región Mediterránea ibérica septentrional, en comarcas lluviosas (piso supramediterráneo), formando parte de robledales montanos, entre el nivel del mar y 1450 m. Distribución eurosiberiana (PERIS, J B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:477).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación

Para poner en la boca los tallos y también se comía durante la posguerra. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene ácido oxálico (0,3 - 1.5%), en general combinado en forma de sales ácidas y vitamina C (en fresco). Por su sabor refrescante-acidulado se utilizan las hojas y pecíolos para ser masticados o chupados.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos de los caminos de Santiago para el tratamiento de las ulceraciones de boca, sequedad de boca, ardor de boca, encías sangrantes, flemones, inflamaciones, granos, diarreas, agujetas, para el cansancio por larga caminata (MUGARZA, J.; 1993:20-21).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:20-21.
- PERIS, J B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:477.

***Oxalis pes-caprae* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Oxalis pes-caprae* L.

Familia: *Oxalidaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: aleluya

Nombres vernáculos gallegos: alegría, flor do sono, trevo acedo vinagreta.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba acaule, de 0.05-0.15 m, débilmente pilosa, con rizoma delgado, rastrero horizontal, recubierto de escamas suculentas. Hojas todas basales en roseta, con peciolo piloso y carnoso en la base, de hasta 10 cm, trifoliadas con foliolos rojizos en su envés, obovados, glabrescentes o pubescentes, estípulas pequeñas, ovadas, agudas. Flores (IV-VI) solitarias sobre pedúnculos que sobrepasan a las hojas; pétalos blancos o rosados, con nervación violácea y mancha amarilla basal. Cápsula ovoide, angulosa, con semillas estriadas longitudinalmente.

Crece en bosques umbrosos y húmedos (hayedos y robledales) de la región Eurosiberiana (pisos colino, montano y subalpino). Distribución eurosiberiana. . (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:477).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación

Se comían sus hojas carnosas y de sabor ácido-amargo. Otras veces se chupaban. Arteixo (2 ref.), Oleiros (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene ácido oxálico (0,3 - 1.5%), combinado en forma de sales ácidas y también contiene vitamina C (en fresco). Por su sabor refrescante-acidulado se utilizan las hojas y peciolos para ser masticados o chupados.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se ha encontrado ninguna referencia a la utilización de esta planta en ninguno de los estudios etnobotánicos contrastados.

5-Bibliografía.

PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:477.

***Papaver rhoeas* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Papaver rhoeas* L.

Familia: *Papaveraceas*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: amapola

Nombres vernáculos gallegos: ababa, adaba, buxaga, mapola, mapoula, panos de Nosa Señora, papola, **papoula**

Parte utilizada: pétalos.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 798).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea anual de 20-60 cm, con tallo erguido e hirsuto. Hojas tomentosas, divididas en segmentos lanceolados. Flores solitarias, con dos grandes sépalos caedizos, cuatro pétalos rojos, manchados de negro en la base, anteras negruzcas y pistilo muy aparente. Fruto en cápsula ovoide glabra.

Es una planta nitrófila Euroasiática y Norteafricana, frecuente como mala hierba en cultivos cerealísticos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:144).

En la provincia de La Coruña se encuentra en las partes medias o bajas del territorio. Se extiende por los pisos colino y montano en diferentes ombroclimas.

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para dormir.

Se toma una infusión de los pétalos de las flores antes de irse a dormir. Un puñado de flores. Mañón (1 Ref.), Betanzos (1 Ref.), Arteixo (1 Ref.), Coristanco (1 Ref.).

Para relajar.

Se hace una infusión con los pétalos de la amapola. Toques (1 ref.), Sobrado (1 ref.).

Los pétalos se utilizaban para ponerlos en la bañera. Un puñado de pétalos y luego darse un baño para relajarse. Santa Comba (1 ref).

Sistema urinario.

Como diurético.

Se tomaban en infusión los pétalos rojos de sus flores. Muxía (2 Ref.).

Les decían a los niños que no tocaran las flores de la amapola porque si no se meaban en la cama. Arteixo (1 ref.).

Sistema respiratorio.

Para la tos.

Se utilizan los pétalos en infusión. Sobrado (1 ref.), Coristanco (1 ref.), Cesuras (1 ref).

Otros usos etnobotánicos.

Toxicidad.

Dicen que es una droga, que es toxica. Cedeira (1 Ref.), Monfero (1 Ref.), Pontedeume (1 ref.).

Para dar olor.

Las flores de amapola de ponen en jarrones para dar olor en casa. Brión (1 Ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene antocianinas, siendo su genina la cianidina que le confiere el color rojo a los pétalos. Además tiene alcaloides contenidos en el látex entre los que destaca la rhoedina, la reagenina, rearrubina I y rearrubina II que le confieren una acción ligeramente sedante de ahí su uso popular en caso de nervios y para el insomnio. Por último contiene mucílagos que le confieren acciones farmacológicas emolientes y antitusivas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como antidontálgica, antitusígena, tranquilizante, sedante, antimigrañosa, anticatarral, pectoral (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:140-141).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería) se utiliza como espasmolítico, analgésico, anticatarral, antitusivo y como acelerador de remisión en el sarampión (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997: 90-91).

En la etnobotánica castellanense se utiliza como sedante, anticatarral, analgésica, sedante, antitusígena, detoxicante, antiinfecciosa, antigripal, vesicante, antiasmática, digestiva, refrescante y como condimento (MULET PASCUAL, L.; 1991: 315-316).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como calmante de dolores dentales y como inductor del sueño (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:178-179).

4-Observaciones.

En las semillas de amapola que son ricas en ácidos grasos (siendo el más abundante el linoleico) se aconseja evitar su empleo por su mayor contenido en alcaloides.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:90-91.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:315-316.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:140-141.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:144.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:178-179.

***Papaver somniferum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Papaver somniferum* L.

Familia: *Papaveraceas*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: adormidera

Nombres vernáculos gallegos: dormideira, durmideira.

Parte utilizada: látex, pétalos .

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2340).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de 0,3-1 m, más o menos hispida, anual, de color verde glauco y frecuentemente unicaule. Hojas opuestas, oblongas, las inferiores atenuadas en el peciolo, las caulinares sésiles y amplexicales y con borde irregularmente dentado o festoneado. Flores (IV-VI) grandes, vistosas, con 2 sépalos tempranamente caedizos y 4 pétalos de color lila, rosado o blanco-rosado, negros en su base; estambres numerosos. Fruto en cápsula elipsoidal con un disco estigmático perdurante y con 5-12 lóbulos.

Eventualmente se encuentra escapada de cultivos y naturalizada en ecótopos ruderalizados (bordes de caminos, campos de cultivo, etc...) formando parte de pastizales anuales subnitrófilos, entre el nivel del mar y 900 m. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:482).

2-Etnofarmacología.

Usos veterinarios.

Diarreas.

Para las diarreas de las vacas. Se les da una infusión cargada adormidera en 2 litros de agua todo hervido y se da por boca. Carral (1 ref.).

Para los nervios

En nervios, enfermedades que se presentan en el ganado vacuno y les arrima la cabeza y se ponen como tontos, sin saber para donde van. Se prepara la siguiente medicina para tomar por vía oral: 50centímetros cúbicos de adormidera y 25 de nitrato potásico todo hervido en 2 litros de agua. Un cuartillo cada hora sobre de la noche a la cena y por la mañana en ayunas. Carral (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Toxicidad.

Dicen que era droga y era más fuerte que la amapola, la tenía plantada en el jardín. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El látex contiene alcaloides becilisoquinoleínicos y fenantrénicos. Además contiene taninos que ejercen un efecto astringente por lo que su infusión es utilizada en la medicina popular como antidiarreica.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como antiodontálgica, anestésica local, febrífuga, tóxica y como ornamental (la planta entera y los frutos secos) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:141-142).

En la etnobotánica castellanense se ha utilizado como antiodontálgica (MULET PASCUAL, L.; 1991:316-319).

4-Observaciones.

Las semillas contienen un aceite comestible muy rico en fósforo por su alto contenido en lecitina (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:482).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 316-319.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:141-142.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:482.

***Parietaria judaica* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Parietaria judaica* L.

Familia: *Urticaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: parietaria, albahaquilla.

Nombres vernáculos gallegos: alfávega de cobra, caracoleira, herba das paredes, **herba dos muros**, paleiro, paletaina, *paletaria*, palietaria, palitaina.

Parte utilizada: sumidad florida .

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne, 0,2- 0,6 m, con tallos difusos o ascendentes, simples o ramosos y densamente pubescentes. Hojas alternas, con 2 pares de nerviaciones laterales, de consistencia blanca aunque a veces pueden resultar algo rugosas, pecioladas, pilosas y con limbo aovado-lanceolado. Flores (I-XII) pequeñas y muy poco vistosas, de color verdoso rojizo, con 4 tépalos soldados y agrupadas en pequeños glómérulos axilares. Fruto en núcula de color negro, rodeada por perianto.

Es frecuente y dominante en herbazales desarrollados sobre suelos en ocasiones esqueléticos y siempre hipernitrificados sometidos a intensa presión zooantropógena, coloniza fisuras de muros y paredones viejos en ciudades y pueblos. Todavía se instala en los suelos de estercoleros, ejidos, escombreras, pie de cantiles y bordes de acequias. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:617). De distribución en A Coruña en los pisos colino y montano con independencia de la precipitación.

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para orinar.

La infusión de esta planta para orinar más. Monfero (1 ref.).

Aparato digestivo.

Dolor de estomago.

Se da la infusión de la planta para el dolor de estomago. Sobrado (1 ref.).

Piel

Para las fisuras anales.

Para las fisuras anales. Se lava y se seca un puñado de hojas y tallos frescos y se extiende sobre la gasa doblada varias veces. Se machaca para extraer el mayor jugo posible y se aplica la gasa sobre la parte enferma. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Para las grietas del pezón.

Se hacía una infusión de la sumidad florida para lavar y luego poner un emplasto de la planta en el pezón, dejar durante unas horas. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Para las inflamaciones de la piel.

Se utiliza un cocimiento de la sumidad florida de la planta. Coristanco (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para los hemorroides.

El cocimiento de la planta se aplica en forma de gasas impregnadas con la infusión, lavándose con la infusión o con baños de asiento. Culleredo (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Carral (1 ref.), Malpica de Bergantiños (1 ref.), Carballo (1 ref.).

También haciendo baños de asiento. Cedeira (1 ref.).

Ginecología

Para las inflamaciones.

Se utiliza la infusión y los baños de asiento para las inflamaciones del aparato reproductor en las mujeres ("para las inflamaciones de abajo en las mujeres"). Culleredo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como forraje.

Se da la sumidad florida para comer los conejos. Cedeira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene glucósidos flavónicos, taninos, sales de potasio y principio amargo no identificado. Su utilización popular como diurético queda justificada por la presencia de sales de potasio y glucósidos flavónicos.

La acción antiséptica, cicatrizante de los taninos unida a la acción antiinflamatoria de los glucósidos flavónicos prueba su utilización en inflamaciones ginecológicas, hemorroides, inflamaciones en piel y grietas en el pezón.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza la especie *Parietaria officinalis* L. subsp. *judaica* (L.) Béguinot como antimigrañosa y refrescante, antidermatósica, antihemorroidal, antiinflamatoria intestinal (en emplasto), depurativa sanguínea, antilitiásica biliar, antipodálgica, antiséptica (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:142-143).

En la etnobotánica castellonense se utiliza la especie *Parietaria difusa* Mert. & Koch in Röhling como antiflogística, detoxicante, demulcente, diurética, antiespasmódica, resolutive, febrífuga, antiinflamatoria y alergizante (MULET PASCUAL, L.; 1991:319-321).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de los forúnculos, abscesos, inflamaciones, quemaduras, pieles reseca, granillos, acnés y para depurar el hígado (MUGARZA, J.; 1993: 1406-107).

4-Observaciones.

En 1851 esta especie formaba parte de la huerta de plantas medicinales anexa al Hospital Real de Santiago (FRAGA VILA, M^a ISABEL, 2004:146).

5-Bibliografía.

- FRAGA VILA, M^a ISABEL; Capítulo: Utilización de plantas silvestres en la curación de dolencias de los peregrinos. "El HOSPITAL REAL de Santiago de Compostela y LA HOSPITALIDAD en el camino de la Peregrinación. Xunta de Galicia. Xacobeo 2004:146.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:106-107.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:319-321.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:142-143.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:617.

***Passiflora incarnata* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Passiflora incarnata* L.

Familia: *Pasifloriáceas*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: pasiflora

Nombres vernáculos gallegos: no se conocen.

Parte utilizada: hojas y flores.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2403).

Descripción, distribución y ecología.

Planta trepadora con hojas alternas trilobuladas de cuya axila parten zarzillos. Flores grandes solitarias y muy llamativas, con corola blanca adornada por filamentos de color púrpura. Fruto ovoide carnoso de color anaranjado.

Originaria de América tropical y subtropical (Brasil, Perú), se cultiva como ornamental y con cierta frecuencia se naturaliza (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:406). En La Coruña la encontramos en jardines y muros.

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para el dolor de cabeza

Chupar la flor para el dolor de cabeza. Oleiros (2 ref.).

Para relajarse

Se utiliza en infusión bien tomada varias veces al día o solo por la noche antes de irse a dormir. Cerdido (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Culleredo (1 ref.) y Betanzos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene alcaloides indólicos (harmano, harmanol, harmalina), flavonoides (vitexina, orientina, lucetina vicenina), maltol, fitosteroles, umbeliferona, ácidos fenólicos, escopetol y heterósidos cianogenéticos (ginocardina) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:406).

La presencia de alcaloides, maltol y flavonoides produce un efecto relajante muscular y sedante del sistema nervioso de relación, lo cual justifica su uso popular como relajante. Al mismo tiempo podría mejorar un cuadro de cefaleas por tensión nerviosa aunque la forma de dosificación (chupar las flores) no sea la más adecuada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se utiliza como sedante-nerviosa en personas que padecen insomnio (MULET PASCUAL, L.; 1991:322).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:322.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:406.

***Petroselinum crispum* (Miller) A. W. Hill.**

1-Datos botánica.

Nombre científico: *Petroselinum crispum* (Miller) A. W. Hill.

Familia: *Umbelliferae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: perejil

Nombres vernáculos gallegos: perexil, perixel, perixil, pirexel, piriixel, prixel, prixil.

Parte utilizada: planta entera.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de 20-90 cm con hojas largamente pecioladas, de contorno triangular y divididas en segmentos dentados. Flores verde-amarillentas agrupadas en umbelas compuestas. Fruto pequeño y globulosos (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:410).

Se trata de un hemicriptofito bienal, el perejil es ampliamente cultivado en todos los países templados, para uso culinario. En ocasiones naturalizado en lugares rocosos como muros, paredones y escombreras. Entre el nivel del mar y 1250 m. Distribución plurirregional (MULET PASCUAL, L.; 1997:320).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario

Para orinar.

Se utiliza tomando por la mañana un cocimiento de la planta. Paderne (1 ref.), Ferrol (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para el mal aliento.

Para quitar el sabor a ajo, se mastican unas ramitas de perejil. Ferrol (1 ref.).

Aparato ginecológico.

Como abortiva

En un embarazo de pocos meses, se pone un emplasto de esto en la vagina de la mujer, o también ponen trozos de perejil en el interior de la vagina para abortar. Monfero (2 ref), Muxía (2 ref).

También tomando infusiones cargadas de perejil para abortar. Toques (1 ref.).

Para regular el menstruo

Se utiliza el cocimiento de infusiones suaves de perejil para regular el periodo de la mujer. Arteixo (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para la circulación.

Se hace un cocimiento de la planta por la mañana para tomar en ayunas. A Coruña (1 ref.).

Tónico del corazón.

Se utiliza el cocimiento de un puñadito de hojas de perejil. A Coruña (1 ref.).

Sistema oftalmológico.

Para sacar las ojeras.

Se utiliza un cocimiento de la raíz del perejil para tomar. Arteixo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para la alimentación.

Para las comidas como condimento. Ribeira (1 ref.), Dodro (2 ref.), Arteixo (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Betanzos (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Toxicidad

En algunos sitios nos especifican que puede ser peligrosa y que puede producir abortos. Betanzos (1 ref.), Ferrol (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial que presenta apiol, miristicina, pineno y apiína. Contiene asimismo glucósido flavónico (apiósido), vitamina A, B y C, sales de hierro, calcio, fósforo, magnesio, sodio, potasio, yodo, manganeso, azufre y furocumarinas.

Popularmente se justifica su uso como diurética por la presencia de sales potásicas del aceite esencial y flavonoides.

El contenido de la planta en apiol hace que se utilice como abortivo por su efecto sobre la excitación de la musculatura lisa.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como emenagogo (abortivo) en amenorreas y embarazo, como hipoglucemiante en diabetes. En veterinaria para expulsar la placenta después del parto en cabras y como tónico oftálmico en animales (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:218-219).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza como diurético, como laxante pediátrico (poniendo un rabito de perejil en el ano), como condimento en alimentación. Además de en veterinaria darlo a los cerdos cuando eran castrados (BLANCO CASTRO, E.; 1995:131).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como emenagogo, hipoglucemiante, diurético, laxante, antilitiásico, hipotensor, antiácido, digestivo, antidontálgica, antiotálgica, antiséptica oftálmica, vitaminizante y condimentaria (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:143-144).

En la etnobotánica castellanense se utiliza como antinefrítica, diurética, hemostática, abortiva, analgésico, antiflogístico, anticinética, en cardiomegalias, galactófuga, detoxicante y como aporte vitamínico (MULET PASCUAL, L.; 1991:323-324).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como desodorante de los pies (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:43-44).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de llagas, úlceras, abscesos, contusiones, tos, asma y ronqueras (MUGARZA, J.; 1993:110-111).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea como abortivo, diurético y para la tensión (SAN MIGUEL, ELIA.2004:243).

El uso del perejil como diurético, emenagogo y abortivo es un uso bastante extendido con referencias en casi todos los trabajos etnobotánicos incluido el nuestro. También esta muy extendida la utilización del perejil como condimento alimentario.

4-Observaciones.

Las hojas de perejil fresco se emplean como condimento culinario careciendo de toxicidad dado que el contenido en apiol porcentual en peso fresco es bastante bajo.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:131.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 218-219.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993: 110-111.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:320.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 323-324.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:143-144.

- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:410.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias). Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 243.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:43-44.

***Pimpinella major* (L.) Hudson.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Pimpinella major* (L.) Hudson.

Familia: *Apiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: pimpinela

Nombres vernáculos gallegos: no se conocen.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba robusta, de 0,5- 1, 2 m, con tallo fistuloso y surcado- Hojas inferiores pinnaticompuestas con 3-9 foliolos, peciolulados, de contorno oblongo. Umbela e 8-15 radios delgados. Flores (VI-IX) con pétalos blancos o rosados. Fruto de 2,5-3,5 mm, ligeramente rugoso y con costillas blancuzcas prominentes.

Se encuentra en megaforbios de pie de cantiles y repisas, prados húmedos de siega, orlas de alisedas, robledales y hayedos, preferentemente de la Provincia atlántica (pisos montano y subalpino), raro en la región mediterránea (pisos meso, supra y oromediterráneo). Frecuente en el tercio norte, se enrarece hacia el sur. Se encuentra entre el nivel del mar y 2000 m Distribución Eurosiberiana (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:140). Es frecuente en la provincia de La Coruña.

2-Etnofarmacología.

Metabolismo

Para estimular defensas.

Se hace el cocimiento de la planta entera. Fene (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Alimentario.

Se utiliza para cocer las castañas las semillas que se ponen en el agua de cocción. Mazaricos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (0.4-0.6%) con bisaboleno, 1,4-dimetilazuleno, geijereno y 2 metilbutiriléster. También hidroxycumarinas y furanocumarinas (umbeliferona, escopoletina, esfondina, pimpinellina, bergapteno), sitosterol, saponósidos triterpénicos, taninos y polifenoles (ácidos cafeico, clorogénico, quínico).

Su uso como estimulante de las defensas no parece tener ninguna evidencia directa por su composición química, sin embargo la composición compleja de su aceite esencial podría ser el responsable de esta acción.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Las referencias que se dan en distintos estudios etnobotánicos son de la especie *Pimpinella anisum* L. de la cual es generalizado el uso como carminativa y condimentaria (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:220-221) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:146).

Su uso como condimento también lo tenemos recogido en nuestro estudio.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 220-221.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guílleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:146.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:140.

***Pinus pinaster* Aiton.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Pinus pinaster* Aiton.

Familia: *Pinaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: pino marítimo,. Pino rodeno, pino oficial.

Nombres vernáculos gallegos: pino bravo, **pino do país**, pino galego, pino negral, piñeiro bravo, **piñeiro del país**, piñeiro galego.

Parte utilizada: acículas, yemas y secreción oleo-resinosa que se obtiene por incisión y sangrado de los troncos de ejemplares adultos.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2825).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol robusto, de hasta 40 m, con ritidoma oscuro, grueso y figurado, copa piramidal o amplia. Hojas e hasta 25cm, aciculares, sobre braquiblastos y en fascículos de 2, largas rígidas, de color verde intenso. Piñas (III-V) oblongo-cónicas, subsésiles, de color castaño rojizo, brillantes y de hasta 20 cm. Semillas de hasta 8mm. Con ala larga.

Crece en bosques mediterráneos y matorrales sobre substratos descarbonatados o pobres en bases, en los pisos termo, meso y supramediterráneo nivel inferior (en general sobre suelos originados a partir de materiales pobres en bases, preferentemente arenosos), forma frecuentemente bosques permanentes o en ocasiones mixtos con el alcornoque, en cambio sobre suelos descarbonatados convive con la carrasca. Espontáneo en la Región Mediterránea occidental (se cultiva en zonas atlánticas del sur de Francia y Península Ibérica, donde ha sido introducido en repoblaciones forestales) entre el nivel del mar y 1500 m. Distribución mediterránea. (PERIS, J .B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:98). En la provincia de La Coruña se encuentra distribuido desde la costa hasta las montañas más altas, en los pisos montano y colino de ombroclima subhúmedo a hiperhúmedo.

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para el reuma.

Se utilizaba la resina de pino para los dolores reumáticos. Dodro (1 ref.). No se acordaba como se preparaba.

Aparato respiratorio.

Para las bronquitis.

Se hace un cocimiento de las yemas de pino. Coristanco (1 ref.).

En cocimiento las acículas y tomar un vaso. Boiro (1 ref.).

El "Gromo" de pino (son los brotes de pino, es lo que crece del pino en primavera). Se hace un jarabe con 1 limón casero cortado y el gromo lavado, se corta a la mitad y se hecha romero y orégano y un poco de tomillo y se toma mezclado con miel. Cerdido (2 ref.).

Para descongestionar

Se utilizan las yemas en infusión. Arteixo (1 ref.).

Para los catarros.

Se utiliza a resina para los problemas catarrales, diluyéndola en infusión. Boiro (1 ref.).

Se hace un cocimiento y se deja hervir junto las hojas de eucalipto para hacer vahos para descongestionar. Dodro (2 ref.).

También se pueden machacar las piñas de los pinos verdes y se hervían con agua, el caldo se tomaba para el catarro. Culleredo (1 ref.).

Las infusiones de yemas de pino. Coristanco (1 ref.).

Para la garganta.

Para problemas de garganta o afonías. Se hace un jarabe muy bueno. Se cogen las piñas jóvenes y blandas y se ponen a macerar en miel o azúcar moreno. Trazo (1 ref.).

Para la tos ferina.

Los brotes de pino para morder. Teo (1 ref.). También se utiliza la resina o goma que sueltan. Monfero (1 ref.).

Para la tos.

Se prepara del Pino de país. El "Gromo" de pino (son los brotes de pino. Se hace un jarabe con: 1 limón casero cortado y el gromo lavado se corta a la mitad y se hecha romero y orégano y un poco de tomillo y se toma mezclado con miel. Cerdido (2 ref.)

Metabolismo.

Defensas.

El cocimiento de las yemas de pino en los cambios de estación, se las daba su abuela cuando era pequeña. Noia (1 ref.).

Piel

Como cicatrizante.

La brea de pino. Se cuece y se amasa con aceite para infecciones colocandose con un trapito caliente. Se usaba también frío en cortes para desinfectar y como cicatrizante. Cedeira (1 ref.).

La brea de pino (= resina de pino) la utilizaba como antiséptico para cicatrizar heridas aunque según me dice es muy fuerte y algunas pieles no la quieren. Mañón (2 ref.).

Parasitología

Para las lombrices.

La piña verde cogida directamente del pino + ruda + romero + asentes hervido todo y luego beber 2 veces al día durante una semana. Touro (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para hacer expectorar.

Para hacer expectorar a los animales, vacas, cerdos, caballos... Se prepara agua hirviendo con un puñado de yemas de pino y se deja cocer unas horas. Se da a tomar varias veces al día. Mañón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para alimentación.

Los brotes de pino como alimento durante la Guerra Civil cuando escaseaba la comida. Santiso (1 ref.)

Como desinfectante.

Para la limpieza como un cocimiento de la planta. Cerdido (1 ref.).

Para hacer fuego.

Las piñas secas se guardan para hacer fuego. Arden muy bien. Rois (1 ref.), Boqueixón (1 ref.).

Para el hilo de coser zapatos.

La brea de pino cocida y amasada con aceite también la usaban los zapateros para impregnar el hilo de coser los zapatos. Cedeira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene oleoresina, cuyo componente volátil es un aceite esencial compuesto de monoterpenos (pínenos, careno, terpinoleno), sesquiterpenos (cariofileno, longifoleno y monoterpenoles (borneol).

El aceite esencial es especialmente activo a nivel respiratorio y urinario produciendo una acción antiséptica, antivirica y expectorante. Se justifica de esta manera su uso popular en congestiones, catarros, faringitis, bronquitis, como expectorante y en crisis de tos.

La oleoresina a nivel tópico tiene un efecto rubefaciente lo que hace activar la circulación a nivel local y por ello se utiliza a nivel tópico como antirreumática.

La brea de pino tiene propiedades antisépticas que son utilizadas a nivel tópico como cicatrizante y desinfectante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como madera para las tornerías. Mientras se utiliza para usos medicinales otras especies como el *Pinus halepensis* Mill., el *Pinus pinea* L. y el *Pinus sylvestris* L. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:147).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza el *Pinus pinaster* Aiton popularmente como descongestivo de las vías respiratorias y como mucolítico y además el *P. halepensis* Miller como cicatrizante y hemostático (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:180-182).

4-Observaciones.

De la resina o trementina del *Pinus pinaster* Aiton, se obtiene por destilación en agua o con vapor recalentado, el aceite esencial (aguarrás) de sabor fuerte y picante (rico en pineno), quedando como residuo sólido la resina que estaba disuelta en el aceite esencial, llamada colofonia. Cuando el aceite esencial contenido en la trementina extravasada se volatiliza espontáneamente, la resina resultante, en vez de colofonia, se llama galipodio (MULET PASCUAL, L.; 1997:324). Por destilación seca de la madera y leña del pino se obtiene una masa resinosa, negra y con un olor particular llamada brea vegetal (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:83).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L “Flora tóxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:324.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:147.
- PERIS, J .B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar.; 2001:98.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guía de plantas medicinales de Galicia”. Galaxia.1996:83.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:180-182.

***Plantago coronopus* L.**

1-Datos botánicos

Nombre científico: *Plantago coronopus* L.

Familia: *Plantagináceas*

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: estrellamar, cuerno de ciervo, hierba de la estrella, coronopo

Nombres vernáculos gallegos: estrela do mar, **estrelamar**, herba estrela, herba estrelada.

Parte utilizada: sumidad florida .

Descripción, distribución y ecología.

Hierba, de 0.03-0.3 m, rotulada, acaule, con hojas lineares o linear-lanceoladas, por lo general pinnatífidas o 1-2 pinnatipartidas, raramente enteras. De la axila de estas hojas nacen escapos floríferos (I-XII) arqueados, en cuyo ápice se sitúan las espigas floríferas.

Crece formando parte de pastizales y juncuales desarrollados sobre suelos subhalonitrofilos compactos, en numerosas ocasiones pisoteados. Común en la Península Ibérica, excepto en las zonas de alta montaña (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:458). En A Coruña se puede encontrar en roquedos y arenales marítimos que tiene a lo largo de toda la costa.

2-Etnofarmacología.

Piel

Cicatrizante

Se utilizan las hojas de la planta machacadas y puestas a modo de emplasto encima de la herida y se venda la herida. Arteixo (1 ref.).

También se puede hacer una infusión con la planta y lavar la herida con la infusión obtenida, varias veces al día. Coristanco (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

Aparato respiratorio

Para la tos

Se utilizan infusiones de la planta para tomar varias veces al día cuando tengamos tos. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene secoiridoides (aucubósido, catapol), mucilagos, pectinas, taninos, sales potásicas, glucosinolatos y ésteres osídicos del ácido caféico (acteósido, plantaniósido) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:486).

La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante además del efecto antiinflamatorio de los flavonoides justifica su uso medicinal popular como cicatrizante de heridas.

El efecto antiinflamatorio de los secoiridoides junto con el emoliente de los mucílagos justifica su uso para la tos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se ha utilizado como astringente en diarreas y antipalúdica (MULET PASCUAL, L.; 1991:339-340).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se menciona su utilización en la medicina popular como anticatarral, para las conjuntivitis, como emenagoga, en dismenorreas y como vulneraria (BLANCO CASTRO, E.; 1995:102).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como aplicaciones medicinales populares de esta planta las de anticatarral, activadora circulatoria, antiséptica renal y faríngea (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:151).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea popularmente para las roturas de huesos, para las heridas, quemaduras, para la ronquera, la garganta, las muelas, para los granos y forúnculos (SAN MIGUEL, ELIA.2004:250).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:102.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:339-340.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:151.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:458.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:250.

***Plantago lanceolata* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Plantago lanceolata* L.

Familia: *Plantaginaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cinco en vena, correola, llantén de cinco nervios, llantén menor.

Nombres vernáculos gallegos: chantá chantán, chantasia, chantaxe, currúa, lingua de ovella, porroá, sete costas, tantaxe

Parte utilizada: sumidad aérea.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2068).

Descripción, distribución y ecología.

Perenne, acaule, de 0.1 – 0.4 m. Con hojas en roseta pegadas al suelo. Hojas grandes, más o menos pubescentes, atenuadas en un largo pecíolo, de ovaladas a casi orbiculares, más o menos cordadas en al base, glabrescentes con 5-7-(9) nervaciones prominentes dispuestas paralelas unas de las otras. De la roseta emergen varios escapos vellositos que llevan en su parte apical las espigas floríferas (V-IX), laxas e la base y con flores cuya corola es pardo-grisácea.

Crece en praderas desarrolladas sobre suelos húmedos, nitrificados y frecuentemente pisoteados, que ocasionalmente pueden inundarse. Común en toda la Península Ibérica, entre el nivel del mar y 2300 m. Distribución Plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:486).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio

Para la circulación.

Se utiliza el cocimiento de un puñado pequeño de la planta. A Coruña (1 ref.).

Parar cortar hemorragias.

Se prepara en infusión, un cocimiento de las hojas para lavarse las encías. Coristanco (1 ref.).

Para los hemorroides

Se prepara una infusión de las hojas y se utiliza el agua para lavar las hemorroides. Monfero (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Metabolismo.

Para el herpes.

Se utiliza una infusión de las hojas con la planta de la achicoria. Fene (1 ref.).

Aparato respiratorio

Para la tos

Se utilizan las infusiones para la tos. Tomar varias veces al día. Arteixo (1 ref.).

Para la garganta

Se utiliza una infusión para hacer gárgaras cuando tienes mal (inflamada) la garganta. Carballo (1 ref.).

Aparato locomotor

Para el dolor de huesos.

Se ponía un emplasto de las hojas limpias sobre la zona de articulación donde se tuviera el dolor. Curtis (1 ref.).

Piel

Cicatrizante

Se utilizaban las hojas limpias en emplasto sobre la 1 herida. Oleiros (1 ref.), Mazaricos (1 ref.).

Había veces que se calentaba las hojas para poner en emplasto y luego vendarlas. Toques (1 ref.).

Otras se ponían en heridas y pequeños cortes la hoja machacada hasta extraer el zumo de la planta. Negreira (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

Para las picaduras.

Se utiliza como contraveneno de las picaduras con compresas de aceite y leche con las hojas en emplasto en la zona de la picadura. Curtis (1 ref.).

Para madurar abscesos, forúnculos.

Se utilizan las hojas limpias en emplastos colocadas encima de los abscesos para madurarlos. Sobrado (1 ref.), Vimianzo (1 ref.),

A veces se utilizan con aceite y leche las hojas en emplasto encima del absceso o forúnculo. Curtis (1 ref.).

Para quemaduras.

Las curaban colocando sobre ellas hojas de plántago (Chantán) limpias y se cambiaban cada cierto tiempo. Oleiros (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para las camas de los animales.

Se ponían para hacer las camas en el establo a los animales. Rois (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene secoiridoides (aucubósido, catapol), mucilagos, pectinas, taninos, sales potásicas, glucosinolatos y ésteres osídicos del ácido caféico (acteósido, plantaniósido) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:486).

La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante además de la del efecto antiinflamatorio de los flavonoides junto con los mucílagos de propiedades emolientes justifican los usos medicinales populares como cicatrizante y maduradora de abscesos, forúnculos, para quemaduras y los hemorroides.

El efecto antiinflamatorio de los secoiridoides junto con el emoliente de los mucílagos argumentan su uso para la tos y para la inflamación de garganta

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse como antiuricémica, refrescante, diurética, protectora hepática, estimuladora de la sangre y vulneraria. Además también la cita en mezclas de plantas antiodontálgicas, antisépticas bucales, laxantes, depurativas sanguíneas y vulnerarias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:151-152).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para la ronquera, faringitis, heridas y quemaduras (SAN MIGUEL, ELIA.2004:250).

En la etnobotánica castellonense se indica en amigdalitis, faringitis, antihemorroidal, gingivitis, odontálgias, fracturas óseas, bronquitis, úlceras gástricas y para combatir el asma (MULET PASCUAL, L.; 1991:340-343).

El uso como cicatrizante de heridas (vulneraria) y para faringitis queda también registrado en nuestro estudio.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:340-343.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:151-152.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:486.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:250.

***Plantago major* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Plantago major* L.

Familia: *Plantaginaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cinco en vena, correola

Nombres vernáculos gallegos: chantá, chantán, chantaxe, chantaxe mayor, lentén, **lingua de vaca**, tantaxe

Parte utilizada: sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de hasta 40 cm. Hojas en roseta, grandes, aovadas, de enteras a sinuosas y con largo pecíolo. Inflorescencias terminales en espiga de flores poco vistosas. Fruto en pixidio.

De distribución Euroasiática y Norteafricana, en linderos de campos y zonas nitrificadas con suelos frescos y profundos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1994:354).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para afonías y el dolor de garganta.

Se hacen gargarismos en caso de afonías con el cocimiento de la planta. Coristanco (1 ref.), Ferrol (1 ref.)

Para los catarros de pulmón

Para los catarros que se cogen al pulmón tomar infusiones de plántago varias veces al día durante una temporada. Oleiros (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para las encías.

Para cortar hemorragias en las encías se prepara el cocimiento de un puñado de hojas de plantago y se enjuaga la encía. Coristanco (1 ref.).

Para las hemorroides.

Se prepara el cocimiento de la planta y con la infusión se lava la zona. Monfero (1 ref.), Ferrol (1 ref.).

Metabolismo

Para el bocio.

Las hojas frescas, restregadas con las manos y mezcladas con sal marina curan el bocio aplicándolas en el cuello. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Piel

Como cicatrizante.

Para cicatrizar heridas, llagas ó úlceras se ponen hojas limpias encima de la herida y luego se venda. Malpica (1 ref.), Monfero (2 ref), Mazaricos (2 ref.), Malpica de Bergantiños (1 ref.), Oleiros (1 ref), Coristanco (1 ref.), Frades (1 ref.), Trazo (1 ref.).

A veces del envés de la hoja se quita la telilla y se pone en forma de emplasto en la zona para curar llagas, heridas y úlceras en forma de emplasto. A Coruña (1 ref.).

También se pone el jugo del emplasto de hojas machacadas sobre la herida. Pontedeume (1 ref.).

También se usaba haciendo un cocimiento de la planta para luego lavar las heridas con el mismo cocimiento varias veces al día. Monfero (1 ref.); o también colocando gasas del cocimiento. Monfero (1 ref.).

Maduración de abscesos.

Para ablandar los abscesos, madurar forúnculos y sacarlos hacia fuera con las hojas de la planta en emplasto. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Abegondo (1 ref.), Curtis (1 ref.).

A veces se utilizan las hojas calientes como apósito o cataplasma para hacer madurar los forúnculos. Monfero (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Se puede utilizar las hojas en emplasto mezcladas con unto (grasa animal) y se vendaba. Frades (1 ref.), Mesía (1 ref.).

Para las moraduras.

Se utilizaban las hojas en emplasto en la zona de la contusión. Mañón (1 ref.).

Para las quemaduras.

Para poner encima de una quemadura. Las hojas limpias se ponen en contacto con la quemadura. Cada cierto tiempo se van cambiando. Santa Comba (2 ref.).

Usos veterinarios.

Mamitis.

Se utilizaban las hojas machacadas, esa pasta se ponía sobre la la mama de la vaca y se cambiaba al día varias veces. Ortigueira (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como forraje.

Se utiliza como pienso a los conejos y vacas. Dodro (1 ref.), Ames (1 ref.).

Para vendar.

Se utilizaban las hojas poniéndose en contacto con la piel para que al vendarse no se cogiera la venda a la carne. Curtis (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene secoiridoides (aucubósido, catapol), mucilagos, pectinas, taninos, sales potásicas, glucosinolatos y ésteres osídicos del ácido caféico (acteósido, plantaniósido) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:486).

La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante además de la del efecto antiinflamatorio de los flavonoides junto con los mucílagos de propiedades emolientes justifican los usos medicinales populares como cicatrizante y maduradora de abscesos, forúnculos, para quemaduras, las mamitis, para las encías y los hemorroides.

El efecto antiinflamatorio de los secoiridoides junto con el emoliente de los mucílagos confirman su uso para las afonías y para la inflamación de garganta.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de úlceras, llagas, almorranas, quemaduras, otitis, incluso vegetaciones (MUGARZA, J.; 1993:72-73).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como antiodontálgica, antiuricémica, hepatoprotectora, depurativa sanguínea y refrescante. Además de entrar a formar parte de formulaciones de plantas antiodontálgicas, antipiréticas, antisépticas bucofaríngeas, depurativas, laxantes y vulnerarias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J 2002:152-153).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), la nombra, llamándola por el nombre vulgar de "lengua de boei" pero no da ningún uso de la misma (BLANCO CASTRO, E.; 1995:113).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como astringente, antiinflamatoria, antiséptica, analgésica, demulcente, hemostática, expectorante, vulneraria, remineralizante y antirreumática (MULET PASCUAL, L.; 1991:343-345).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para las muelas, heridas, granos u forúnculos (SAN MIGUEL, ELIA.2004:250).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:113.
- MUGARZA, J. “Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago”. Ediciones de Librería de San Antonio.1993: 72-73.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 343-345.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:152-153.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1994:354.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:250.

***Potamogeton natans* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Potamogeton natans* L.

Familia: *Potamogetonaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: no se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: espiga de auga, nadanta, nadantas, oucas

Parte utilizada: Las hojas.

Descripción, distribución y ecología.

Planta que viven sumergidas en el agua de riachuelos, ríos o canales en los que haya cierto movimiento de agua. Tiene tallos largos (a veces de varios metros), muy ramificados, de los que salen las hojas. Estas son de dos tipos según sean las que están sumergidas o sobre el agua. Las flotantes son algo ovaladas, de 3 a 15 cm de largo, algo coriáceas y con nervios paralelos. Las otras sumergidas son acintadas como hilos para no hacer resistencia al paso de la corriente. Las flores de cuatro piezas de cáliz-corola, son muy pequeñas, de 2 mm y van juntas haciendo una espiga de 3- 8 cm de largo que se sostiene fuera del agua.

Es una planta perenne que florece por el verano y luego pierde casi todas las hojas (GARCIA, XOSE RAMON; 1979:163).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para madurar abscesos

Se ponen las hojas limpias encima de la zona del absceso. Vimianzo (1 ref.). También se utilizan las hojas calientes poniéndolas sobre el absceso para acelerar la maduración. Zas (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias en la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se han encontrado referencias ni etnofarmacológicas ni etnobotánicas en ninguna de las fuentes contrastadas. Por lo que la utilización popular como

resolutiva en maduración de abscesos expuesta en el presente trabajo constituye una aportación novedosa.

5-Bibliografía.

- GARCIA, XOSE RAMON. "Flora de Galicia".Editorial Follas Novas.1979:163.

***Prunus avium* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Prunus avium* L.

Familia: *Rosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: cerezo

Nombres vernáculos gallegos: cerdeira, cereixo, **cerexeira**, cerexeiro, cerexo, cirdeira, garoubeira, marouveira, maroviña, xireireira

Parte utilizada: hojas, pedúnculos de los frutos y madera.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol caducifolio de talla media con corteza lisa y hojas ovales, relucientes y dentadas. Flores de color blanco-rosado agrupadas en corimbos. Fruto en drupa con largo pedúnculo.

Es natural de orlas espinosas de hayedos y otros bosques caducifolios atlánticos. Ampliamente cultivada en Europa (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:217).

En Galicia es frecuente como componente de las fragas, sobre todo de la parte oriental de la región. En la Provincia de La Coruña se encuentra cultivada en huertos para autoconsumo. Resiste el frío y aparece preferentemente en el piso montano en ombroclimas húmedo y subhúmedo, bajando al colino hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:197-198).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Dolor de barriga.

Se utiliza un cocimiento de las hojas del cerezo para tomar varias veces al día. Monfero (1 ref.).

Para los cólicos de intestino.

Se utiliza un cocimiento de los pedúnculos del cerezo (rabos de la cereza). Touro (1 ref.).

Veterinario

Para orinar.

Se hace un cocimiento de los pedúnculos de las cerezas para hacer orinar. Mañón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para madera.

En el cerezo la madera es mejor la de las cerezas silvestres, la que no está injertada. Es una madera muy fina que no tiene poro. Dodro (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los pedúnculos contienen flavanonas, flavonas, isoflavonas y sus glucósidos, sales potásicas, derivados salicílicos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:217).

El efecto diurético de los flavonoides y las sales potásicas justifican su uso a nivel popular para hacer orinar.

Los derivados salicílicos junto con los flavonoides ejercen un efecto antiinflamatorio-analgésico que podría mejorar la sensación de dolor y malestar en el intestino.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica como diurético en enfermedades renales (mezclado con los estigmas de maíz) (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:168-169).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo en alimentación (las cerezas), la utilización de su madera y como forrajera (las hojas) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:93).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse sus frutos (cerezas) como diuréticos, febrífugos, hipouricemiantes, en alimentación (confituras) y los pedúnculos de las cerezas como diuréticos y antilitiásicos (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:155-156).

En la etnobotánica castellonense se indica como diurética (los pedúnculos) y antiespasmódica (las cerezas) (MULET PASCUAL, L.; 1991:351-352).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplean los pedúnculos en cocimiento para las enfermedades venéreas y como diurético (SAN MIGUEL, ELIA.2004:251).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:93.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:168-169.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:351-352.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:155-156.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:217.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. “Guía de plantas medicinales de Galicia”. Galaxia.1996:197-198.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:251.

***Prunus Laurocerasus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Prunus Laurocerasus* L.

Familia: *Rosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: laurel cerezo

Nombres vernáculos gallegos: loureiro real, loureiro portugues

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto (7-8 m de altura), con hojas alternas de 7,5 a 15 cm de longitud, elíptico-oblongas, coriáceas y relucientes. Flores blancas, agrupadas en racimos derechos. Fruto en drupa negruzca.

Es originaria de Asia occidental y Europa oriental, frecuentemente se cultiva con fines medicinales u ornamentales, en la mayor parte de países con clima templado (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:339).

2-Etnofarmacología.

Usos Veterinarios.

Toxico

Se dice que marea a las vacas si están debajo de el. Cerdido (2 ref.).

Para unir los huesos.

Para cuando se rompían los miembros antiguamente. Se cogía la corteza de laurel real (casca) + Huevo (la clara) + amarre para entablillar el miembro roto. A Capela (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer cierres.

Para hacer cierres de abrigo en las fincas. Negreira (1 ref.).

Toxica en alimentación.

Con el laurel de hoja grande se nos dice que no vale para cocinar y además que es tóxico. Oroso (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), A Capela (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Toda la planta se considera tóxica. Los frutos inmaduros son particularmente tóxicos. Las hojas y las pepitas del fruto contienen el glucósido prulaurasina (heterósido cianogenético), que produce ácido cianhídrico, altamente tóxico. La pulpa del fruto en cambio es inocua (MULET PASCUAL, L.; 1997:336).

No se ha encontrado ninguna justificación de su uso para unir los huesos con la corteza del Caurel cerezo con la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se ha encontrado ninguna referencia etnobotánica sobre la utilización de esta planta en la bibliografía contrastada.

4-Observaciones.

Las enzimas que hidrolizan el heterósido cianogenético se encuentran en distintos compartimentos celulares (citoplasma). La prulaurasina se encuentra en las vacuolas. Entran en contacto cuando hay rotura o aplastamiento celular, liberando ácido cianhídrico, que inactiva las citocromooxidasas (enzimas responsables de la respiración celular) provocando falta de oxígeno en el sistema nervioso central (MULET PASCUAL, L.; 1997:336).

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:336.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:339.

***Prunus spinosa* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Prunus spinosa* L.

Familia: *Rosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: endrino

Nombres vernáculos gallegos: abruñeira, **abruñeiro**, ambruñeiro, ameixeira brava, andrino, cambroeiro, espiño, gruñeiro.

Parte utilizada: frutos .

Descripción, distribución y ecología.

Arbolillo o arbusto de mucha espina que puede llegar hasta los 4 m. y de corteza casi negra. Hojas enteras, alternas o en fascículos, aovadas, elípticas u obovadas, finamente aserradas y cortamente pecioladas. Flores (III-V) pediceladas, en fascículos de 2-3 flores, con 5 pétalos de color blanco-verdoso y numerosos estambres. Fruto en drupa de forma y tamaño variable. Es una especie de ciruela pequeña, oscura, de sabor áspero. (GARCIA, XOSE RAMON.; 1979:68).

Originario de Cáucaso y cultivado en extensión, especialmente para el aprovechamiento de sus frutos. En ocasiones se encuentra asilvestrado en orlas espinosas y otras etapas de sustitución que actúan como etapas degradativas de bosques riparios.(PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:555).

En La Coruña se da en los pisos colino y montano.

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación.

El fruto (se llama "abruño/bruño") cuando estaba maduro se comía porque si estaba verde era muy astringente y ponía la boca blanca. Oleiros (1 ref.).

Para hacer pacharan.

Para hacer licor de pacharan, se ponían en maceración los frutos (bruños) con una mezcla de anís y aguardiente. Oleiros (1 ref.).

Para hacer licor de abruño.

Para hacer licor de abruño. Se dejan macerar los frutos con aguardiente, azúcar y granos de café, un poco de canela en rama.

Receta de licor de abruño: ½ kg abruños + 1 litro de aguardiente + ½ kg azúcar + Unos granos de café (2-3) + canela en rama.

También puede hacerse licor de abruños y guindas, aquí al licor de abruños se le añadirían guindas a macerar. Cedeira (3 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los frutos del endrino contienen materias tánicas, flobafeno, ácido málico (hasta el 3%), azúcar de caña, pectina, goma, un pigmento rojo, la punicianina, esto es, un diglucósido que, por hidrólisis, da glucosa y ramnosa (PIO FONT; 1985:343).

Por el contenido en materias tánicas las endrinas (los bruños) son astringentes.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea para hacer licor de pacharan (BLANCO CASTRO, E.; 1995:101-102).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utilizan las hojas como analgésicas y los frutos como antidiarreicos en infusión. Además de para hacer licores (ratafias) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:157).

En la etnobotánica castellanense se emplea como astringente, febrífugo, astringente, refrescante, aperitivo y laxante. Además de cómo alimento (MULET PASCUAL, L.; 1991:357-358).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como antidiarreico y como blanqueador de los dientes (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:203).

4-Observaciones.

La corteza del tronco, de las ramas y de la raíz así como las flores y las semillas contienen ácido prúsico (heterósido cianogenético). En el agua de destilación de las semillas se ha comprobado la existencia de ácido cianhídrico. Por ello el uso medicinal de la corteza y flores (con sabor a almendras amargas) se debe hacer bajo vigilancia facultativa.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:101-102.
- GARCIA, XOSE RAMON. "Flora de Galicia". Editorial Follas Novas.1979:68.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:357-358.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:157.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:555.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscorides renovado"Ed. Labor 1985:343.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:203.

***Pteridium aquilinum* (L.) Kuhn.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Pteridium aquilinum* (L.) Kuhn.

Familia: *Hypolepidaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: helecho común, helecho hembra.

Nombres vernáculos gallegos: felgo, fenta, **fento**, fento común, **feito**, folgueira.

Parte utilizada: frondes.

Descripción, distribución y ecología.

Helecho con rizoma negruzco subterráneo profundo, muy desarrollado y ramificado. Frondes coriáceas grandes, de 0.2-2 m, marcescentes, blandas, con pecíolo erecto, rígido y canaliculado, igual o más corto que el limbo, que es 3 – 4 veces pinnatisecto, muy dividido y de contorno oblongo-ovado a deltoideo, erecto o comúnmente dispuesto casi horizontal con respecto a la superficie del suelo. Pinnas subopuestas, de ovado-deltoideas a oblongas, a a veces subovadas. Pínnulas oblongas, obtusas o subagudas, glabrescentes por su haz y de subglabras a densamente cubiertas de pelos pluricelulares por su envés, de un color hialino o castaño claro. Resulta bastante raro encontrar el helecho común, con esporangios (VI-IX) desarrollados, ya que suele permanecer en estado vegetativo durante años.

Vive frecuentemente en la provincia Atlántica de la Península Ibérica (pisos colino, montano y subalpino). En general se le encuentra en claros de bosques caducifolios húmedos, también en bosques mixtos o , incluso, perennifolios ,siempre sobre suelos silíceos o al menos descarbonatados, en donde es de difícil erradicación. Distribución cosmopolita. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:73)

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Como laxante.

Un cocimiento de la raíz se utilizaba como laxante para el estreñimiento. Monfero (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer abono.

Para el abono, se utiliza para hacer las camas de los animales en las cuadras. Muxía (1 ref.), Vedra (1 ref.), Muros (2 ref.), Teo (1 ref.).

Para poner debajo del “pan de brona” (pan de maíz).

Los Helechos de al lado de los ríos son los que se cogían para este menester. Somozas (1 ref.).

Para hacer las camas.

Las frondes se utilizan para hacer las camas de los animales en las cuadras. Lousame (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Ames (1 ref.), Vedra (1 ref.), Padrón (1 ref.), Rois (1 ref.), Negreira (1 ref.), Mazaricos (2 ref.), Cesuras (1 ref.).

Para chamuscar el pelo del cerdo.

Para chamuscar el pelo del cerdo cuando se mataban. Ames (1 ref.), Lousame (1 ref.), Oleiros (1 ref.). Touro (5 ref.), Ames (1 ref.), Ordes (1 ref.), Vedra (1 ref.), Teo (2 ref.), Santiago de Compostela (2 ref.), Boqueixón (1 ref.), Brión (1 ref.), Dodro (1 ref.).

Para eliminar plagas.

Se utiliza en agricultura biológica para la eliminación de plagas. Arteixo (1 ref.).

Para adornar floreros.

Las frondes del helecho se ponen en los floreros con las flores de colores pues mantienen el verde mucho tiempo. Arteixo. (1 ref).

Hierba sanjuanera.

En San Juan se cogían los helechos y se ponían en las casas. Noia (1 ref.).

También se hacían ramos de fieitos con ramas de bieiteiros, espadanas, Fiuncho, olivo y loureiro se recogían y se ponían en las puertas. Esas plantas después se guardaban y había quien hacía un fuego con ellas para los malos espíritus. Ordes (1 ref.).

Para conservar el pescado.

En las lonjas se ponían capas de fieito y pescado fresco para trasportarlo antiguamente. Después se intercalaban capas de de hielo entre fieito y pescado con lo cual aguantaba más el hielo (cuando el hielo era más caro). Aranga (1 ref), Cambre (1 ref.), Carballo (2 ref.), Oleiros (1 ref.), Arteixo (1 ref.), O Pino (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El fronde y el rizoma contienen tiaminasa, heterósidos cianogenéticos, saponósidos, taninos, flavonoides y principios cancerígenos. Se trata de una planta muy tóxica en la que la tiaminasa tiene mayor concentración en el rizoma y los heterósidos cianogenéticos en los brotes jóvenes de la planta (MULET PASCUAL, L.; 1991:359-360).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo en quemaduras y para las camas de los animales estabulados (BLANCO CASTRO, E.; 1995:105).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse como ornamental en jardinería (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:157).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como hipotensor y vermífugo. También como conservante y de adorno (MULET PASCUAL, L.; 1991:359-360).

4-Observaciones.

Se trata de una planta muy tóxica que puede producir graves alteraciones hepáticas. No recomendamos su utilización vía interna.

Es importante saber que la leche del ganado vacuno y ovejas que consumen esta planta es tóxica pues los principios tóxicos pasan a la leche intoxicando a las personas que la toman (MULET PASCUAL, L.; 1997:338-339).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:105.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:359-360.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:338-339.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura y cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:157.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:73.

***Punica granatum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Punica granatum* L.

Familia: *Punicaceas.*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: granado

Nombres vernáculos gallegos: no se conocen.

Parte utilizada: Corteza de frutos.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol o arbusto, de 1-4 m, caducifolio de ramas espinosas con hojas glabras, cortamente pecioladas, opuestas, obtusas en su ápice, enteras y lustrosas. Flores (III-V) grandes y solitarias. Cáliz coriáceo, en forma de urna, con 5 ó 7 lóbulos en su extremo. Pétalos de llamativo color rojo escarlata, en número igual al de lóbulos del cáliz, naciendo entre cada par contiguo de dientes calicitos. Fruto en balaústa, denominado popularmente “granada”, redondeado, rojizo y rematado superiormente con el cáliz, que es persistente. Dentro existen numerosas semillas, de forma prismática y color grana, muy rugosas, que se separan en diversos compartimentos por la existencia de unos delgados tabiques amarillos.

Se cultiva como árbol frutal, pero suelen encontrarse ejemplares asilvestrados por las barrancadas y lindes de los campos de cultivo. Originaria del sudoeste de Asia y del este del mediterráneo. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:504).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para las diarreas

Se utiliza el cocimiento de la corteza del fruto de la granada. Carballo (1 ref.), O Pino (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La corteza de la raíz contiene ácidos (galotánico, ursólico y betúlico) y alcaloides (pseudopelletierina, pelletierina, pseudoisopelletierina), en menor proporción también se localizan en el tronco y las ramas. Los frutos también contienen

taninos por lo que su corteza se emplea como astringente y antidiarreíca (MULET PASCUAL, L.; 1997:340-341).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como astringente, analgésica, antihelmíntica y antitusiva (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:193-194).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza esta planta como anticatarral, antiséptica bucofaríngea y antihelmíntica (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:158).

En la etnobotánica castellonense se indica como vermífuga, antiinflamatoria, antidispéptica, febrífugo, detoxicante y antidontálgica (MULET PASCUAL, L.; 1991: 361-362).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como antihelmíntico, calmante dental y rehidratante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:193-194).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:193-194.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:361-362.
- MULET PASCUAL, L. "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:340-341.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guílleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:158.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:504.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:193-194.

***Quercus robur*. L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Quercus robur*. L.

Familia: *Fagaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: roble

Nombres vernáculos gallegos: alvariño, **carballo**, carballo alvariño, carballo branco, carballo verino, rebolo albar

Parte utilizada: corteza, bellotas, hojas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2592).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol de gran talla, con hojas caducas, ovales y sinuado-lobuladas. Flores femeninas insertas en la axila de las hojas. Fruto en glande pedunculado, provisto en su parte inferior de una cúpula lignificada, provista de numerosas escamas.

Crece en la región atlántica, en zonas litorales y sublitorales, con suelos profundos con cierta hidromorfia, especialmente pobres en bases (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:439). Es un árbol climax en La Coruña aunque su presencia ahora es más reducida debido a la acción antropozooógena. Crece en los bosques de los pisos colino y montano en ombroclimas húmedo e hiperhúmedo pero necesita de cierta cantidad de lluvia y humedad tanto atmosférica como edáfica durante el verano (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:126-127).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario.

Para orinar.

Para poder orinar cuando tenían problemas de riñón tomaban landras (las bellotas). Se hacía un cocimiento del fruto. A Coruña (1 ref.).

Metabolismo.

Para controlar el sudor de los pies.

Se cocía la corteza del carballo en agua y con ello se lavaban los pies y se controlaba el sudor de los pies. Monfero (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para las diarreas.

También se utilizaba el cocimiento de la corteza de carballo en agua y se tomaba 1-2 veces al día. Camariñas (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Monfero (1 ref.) y Coristanco (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para los hemorroides.

El cocimiento de las hojas para hacer baños de asiento para tratar los hemorroides. Coristanco (1 ref.).

Para las varices.

Se utilizan el cocimiento de las hojas y la corteza para con el líquido resultante mojar las varices con un trapo. Ames (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar úlceras o heridas.

Se utiliza un cocimiento de la corteza. Se utilizan gasas impregnadas en dicho cocimiento para poner encima de las úlceras o heridas para que así cicatricen rápido. Teo (1 ref.).

Usos Veterinarios.

Para la diarrea.

Se utilizaba la corteza para cuando el ganado, terneros pequeños o los cerdos tenían diarrea. Se les daba directamente las hojas o corteza a comer o en forma de infusiones de la corteza. Oroso (2 ref.), Ortigueira (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para alimentación.

Las bellotas cocidas se preparaban para comer. Como si fuesen castañas. Antiguamente y durante la postguerra. Dodro (1 ref.), Ames (2 ref.)

Para alimento de animales.

Se utilizan para alimentar cerdos (se llaman landras). Dicen que la carne los cerdos criados con bellotas tiene un sabor especial. Ames (2 ref.), Padrón (1 ref.), Touro (1 ref.).

Para tinter.

Las agallas para hacer tinta dice que es una tinta que realmente tinta y no se va con el tiempo. Durante la edad media se hacía así. Arteixo (1 ref.).

También se utilizaba la corteza para teñir. Teo (1 ref.).

Para hacer carros.

Se utiliza su madera para hacer distintas partes del carro (los ejes, cambas, Muil, botoaya, chedeiro, cainzos). Ortigueira (1 ref.), Padrón (1 ref.).

Para hacer cestas.

Se utilizaban las ramas jóvenes del año. Vimianzo (1 ref.).

Para hacer casas.

Las vigas, las puertas y el piso se hacían de madera de carballo. Sobre todo el cerne bien secado es una madera que puede durar cientos de años como se ve en algunos edificios en los que los pisos están hechos con este tipo de madera y llevan cientos de años levantados. Para esto hacían falta carbалlos lo suficientemente grandes. Ortigueira (1 ref.), Carnota (2 ref.), Muxía (2 ref.), Padrón (1 ref.), Brión (2 ref.), Mazaricos (1 ref.), Boiro (1 ref.), Cedeira (3 ref.), Negreira (1 ref.).

Para hacer muebles.

Se hacían de la madera de carballo, eran duros y duraban muchas generaciones. Ortigueira (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Touro (1 ref.), Ordes (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para hacer las barricas de vino.

Se utilizaba su madera para hacer las barricas para el vino. Dicen que el vino reposado en barrica de carballo era de mejor sabor. Cerdido (1 ref.), Brion (1 ref.),

Para leña.

Dicen que la leña que da es de primera calidad porque tiene un gran poder calorífico, por lo que es buena tanto para horno como para chimenea o para una churrascada. Negreira (1 ref.), Ames (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Monfero (2 ref.), Muros (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Aranga (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Brión (1 ref.), Cesuras (1 ref.), Tordoia (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

Para la construcción de barcos.

Se utilizaba esta madera en la construcción de barcos, si estaba bien seca y curada es muy duradera. Dodro (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Este árbol en su composición contiene taninos gálicos y elágicos (10-20%). Catecoles y proantocianidoles oligoméricos. Las bellotas son ricas en lípidos, glúcidos y taninos.

Su utilización como astringente, antidiarreica, antibacteriana, hemostática y antiinflamatoria de acción local esta justificada por la presencia de taninos (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:439).

A nivel intestinal los taninos hidrolizables actúan bloqueando la secreción intestinal (provocando estreñimiento) y alterando la flora bacteriana (MULET PASCUAL, L., 1997:342).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo en faringitis, para quitar las hernias a los niños, como alimento para los cerdos (las landras) y su madera muy preciada para diversos usos y para leña. Cita también otras especies como son el *Q. pyrenaica* Willd. y el *Q. x*

andegavensis a las que da usos similares (BLANCO CASTRO, E.; 1995:134-135).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea como astringente, cicatrizante y analgésico (SAN MIGUEL, ELIA.2004:246).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente el congenero *Quercus coccifera* L. para reducir los episodios de eneuresis de los niños (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:116).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:134-135.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:342.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:439.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:126-127.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:246.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:116.

***Ranunculus peltatus* Schrank**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ranunculus peltatus* Schrank

Familia: *Ranunculaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: no se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: escamona, **escaramona**, herba da prata, herba do gogo, ouca.

Parte utilizada: sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Es una planta acuática, que pasa de 1 m con dos clases de hojas; las que tiene sumergidas en el agua que son un poco ovaladas y no llevan peciolo. Las hojas que están flotando que son redondeadas, sin hojas simples laminares (todas las hojas divididas en segmentos) y con 3- 7 lóbulos, hojas adultas excediendo raramente la longitud de los entrenudos, muy rara vez de más de 5 cm; segmentos foliares divergentes. Las flores de casi 3 cm llevan 5 sépalos verdes y cinco pétalos blancos. Aquenios menores de 1mm En el medio de los pétalos tienen una mancha amarilla. Solo la encontramos en ríos y riachuelos de poca corriente, hábitats acuáticos eutróficos alterados temporal o algo salobres. Crece dispersa por la mayor parte de la Península (García, Xosé Ramón; 1979,54) (CASTROVIEJO, S. et al. CSIC Madrid (2001)).

2-Etnofarmacología.

Aparato Locomotor.

Para dolores articulares.

Se utiliza el emplasto de la planta Se pone un emplasto con planta machacado y un vendaje encima de la zona de la articulación dolorida entre 6-8 horas (no más de 8h) en una única aplicación. A la media hora de estar aplicado ya deja de tener dolor la persona. Luego se quita la venda y se elimina sin tocar el resto, con mucho cuidado. Al cabo de unas 6-12 horas aparece una vejiga que se pinchará con cuidado para eliminar el agua. A Coruña (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Probablemente en su composición haya lactonas como la protoanemonina sustancia tóxica que actúa como irritante-vesicante vía tópica, provocando eritema e inflamación de piel. De ahí que en el uso popular se describa la aparición de vejigas en la zona del emplasto unas horas después quitar la planta de la que nos dicen que no puede estar en contacto con la piel más de 8 horas. Probablemente esta acción rubefaciente-irritante mejoró los problemas de dolores articulares al aumentar en la zona la actividad circulatoria consecuencia de dicha acción rubefaciente.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), menciona los congéneres *Ranunculus acris* Lainz y el *Ranunculus repens* L. haciendo el comentario de que el ganado la evita y solo la come cuando tiene mucha hambre (BLANCO CASTRO, E.; 1995:131).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso etnofarmacológico del *Ranunculus bulbosus* L. el utilizarlo como resolutivo en quistes utilizándolo en emplasto (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:162).

4-Observaciones.

La protoanemonina es una lactona que esta contenida en la parte aérea de la planta. La toxicidad de la planta depende de las condiciones del suelo y del clima. Es importante saber que en estado seco desaparece su toxicidad al transformarse la protoanemonina en anemonina que es inocua (MULET PASCUAL, L.; 1997:347).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:131.
- CASTROVIEJO, S. et al. "Claves de *Flora Ibérica* Vol. I. Plantas vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares. Real Jardín Botánico, CSIC Madrid (2001).
- GARCIA, XOSE RAMON. "Flora de Galicia". Editorial Follas Novas.1979:54
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:347.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:162.

***Raphanus raphanistrum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Raphanus raphanistrum* L.

Familia: *Cruciferae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: rabano silvestre, rabanillo.

Nombres vernáculos gallegos: piparelo, samargo, **saramago**, saramagueiro, saramogo, senradela, xaramago.

Parte utilizada: planta entera.

Descripción, distribución y ecología.

Planta anual o bienal, de 0,2-0,5 m, más o menos hispida, con raíz y base del tallo tuberosos engrosados y de color rojizo. Hojas inferiores lirado-pinnatisectas, las superiores más o menos dentadas. Flores (V-X) con 4 pétalos blanco-violáceos. Fruto en silicua indehiscente.

Es cultivada en huertas y raramente subespontaneizada en ambientes ruderalizados de orillas de campos y bordes de caminos, entre el nivel del mar y 600m. Distribución plurirregional. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:254).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para las picaduras

Se frota la planta cortándola y frotando con la parte de dentro sobre la zona de la picadura. Frades (1 ref.).

Veterinario

Para bajar la dureza de las ubres al parir.

Se usaba el cocimiento de esta planta en las vacas para las ubres para que al parir le bajara la dureza de las ubres. Se les daba justo después de parir. Mazaricos (2 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene Alil-isotiocianato (resultante de la hidrólisis enzimática del glicósido sinigrina presente en toda la planta, aunque alcanza mayores concentraciones en las semillas).

En los animales, sobre todo el ganado cuando la come en cantidad, le causa una acción irritante, con gastroenteritis y síndrome urinario (hemoglobinuria). Se conocen intoxicaciones mortales por animales al comer de esta planta. Aunque no siempre se intoxican se ha visto que en ovejas adultas y en gestación o corderos de un año alimentados con un kilo de sus vainas se produce manchas en la leche y disminución de su producción (MULET PASCUAL.; 1997: 348-349) efecto este, que puede explicar su uso para disminuir la dureza de las ubres en las vacas nada más parir.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo como forrajera (BLANCO CASTRO, E.; 1995:142).

En la etnobotánica castellanense se indica el empleo del congener *Raphanus sativus* L. como antirreumático, anticatarral y expectorante (MULET PASCUAL, L.; 1991:369-370).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:142.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:369-370.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997: 348-349.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:254.

Rosa sp.

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Rosa sp.*

Familia: *Rosaceae.*

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: rosa, rosal de jardín

Nombres vernáculos gallegos: roseira

Parte utilizada: las flores y frutos.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1486).

Descripción, distribución y ecología.

Se tratan de arbustos espinosos de 1-3 m de altura, con turiones robustos, turiones fuertes y falciformes; Hojas alternas, compuestas por folíolos elípticos-ovalados, agudos, glabros en su haz y pilosos por su envés. Las flores que son de una gama de colores que van desde el blanco al rojo pasando por el amarillo pueden estar solas o agrupadas en umbelas. Se utilizan mucho en jardinería en toda la provincia de La Coruña. También forman parte de setos, matorrales y linderos de bosque.

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para las diarreas.

Se utiliza el cocimiento de los frutos de las rosas. Este líquido se utilizaba para cortar las diarreas tomándolo varias veces al día. Arteixo (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar heridas.

Se utiliza el cocimiento de los frutos de las rosas. Con este líquido se lavan las heridas. Arteixo (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Como alimento.

Los tallos de las rosas como alimento. Arteixo (1 ref.).

Para adorno en floreros.

Rosa Canina con 4 pétalos. La recoge para poner en el florero en primavera porque dice que la casa tiene un olor a rosa intenso. Arteixo (1 ref.).

Como hierba sanjuanera.

Para San Juan es un ritual bastante extendido poner a remojo en agua flores, entre ellas las rosas (en principio cualquier flor bonita y/o que huela bien vale) para dejar macerar toda la noche y a la mañana siguiente lavarse con esa agua antes de que salga el sol. Algunos les atribuyen propiedades espanta malos espíritus, espata meigas y otras propiedades de rejuvenecer el cutis y estar más bella. Touro (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Brión (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Monfero (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Vedra (1 ref.).

A veces se florea las casas con pétalos de rosas. A Capela (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene taninos, flavonoides, carotenoides, ácidos orgánicos (cítrico, málico) y ácido ascórbico (solo en cinorrodon frescos) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:561-562).

La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante además de la del efecto antiinflamatorio de los flavonoides justifica su utilización popular como cicatrizante de heridas.

La presencia de taninos por su acción astringente verifica su utilización popular como antidiarreico.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo popular de la rosa sp. cultivada como emoliente, antiséptica y analgésica (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. ; 1997:171-172).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo de la *Rosa canina* L. y la *Rosa nitidula* Besser utilizadas popularmente como vulnerarias (BLANCO CASTRO, E.; 1995:144).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopilan los usos de la *Rosa canina* L. como antiséptico ocular, vulneraria, anticatarral. La *Rosa x centifolia* L. como antiséptica ocular y la rosa sp. Como antiséptica dermatológica y oftálmica (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:164-165).

En la etnobotánica castellanense se indican usos de distintas especies de rosa como son la *Rosa canina* L. utilizada como antiverrucoso, hipotensor y astringente. La *Rosa centifolia* L. como antiinflamatorio oftálmico y la *Rosa gallica* L. usada también como antiinflamatorio oftálmico, antiflogístico, antiséptica, vulneraria, hemostática y antiflogística, detoxicante y carminativa (MULET PASCUAL, L.; 1991:374-379).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:144.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:171-172.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 374-379.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:164-165.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:561-562.

***Rosmarinus officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Rosmarinus officinalis* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: romero

Nombres vernáculos gallegos: alecrín, romanín, romeiro, romeo, romeu, rosmaniño, rosmariño.

Parte utilizada: sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2594).

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto aromático (1-2 m de altura), muy ramoso, con hojas opuestas, sésiles, lineares, coriáceas, que presentan el margen revolut hacia abajo. Flores bilabiadas, de color azulado, agrupadas en racimos densos asilares o terminales (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:440).

Planta típica de la Región Mediterránea que escasea en Galicia. En la Provincia de La Coruña se cultiva y se utiliza como ornamental, naturalizándose en algunos puntos. Crece en suelos arenosos, con tendencia a la neutralidad, buscando siempre situaciones soleadas. Se localiza en los pisos mesomediterráneo subhúmedo y colino húmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:332).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la pulmonía.

Cuando alguien tenía pulmonía, se hervía y lo ponían con una hoja de limonero y relón de trigo. Con esto hacían una masa y se lo ponían a modo de emplasto a la persona que tuviera una pulmonía. Ribeira (1 ref.)

Para el asma.

Se utilizan los vahos de romero para inhalar los vapores de las ramas floridas de romero en agua caliente. Muros (1 ref.).

Para la tos.

Se hacen infusiones (A Capela (1 ref.), Cesuras (2 ref.).A los que se puede añadir miel para tomar. Touro (1 ref.).

Para los catarros.

Se utilizan las infusiones bien calientes de la planta varias veces al día. Mañón (1 ref.), Monfero (2 ref.), A Capela (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (5 ref.), Aranga (1 ref.), O Pino (1 ref.), Cerdido (2 ref.), Rianxo (1 ref.), Dodro (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Sobrado (2 ref.), Mazaricos (1 ref.), Oroso (2 ref.), Touro (1 ref.), Arzua (2 ref.), Ordes (1 ref.), Zas (1 ref.), Brión (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Rois (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Frades (1 ref.), Cesuras (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Narón (1 ref.), Mesía (1 ref.).

A veces se les añade miel. Oleiros (1 ref.), Carballo (1 ref.), A Capela (1 ref.),

También se le añade a la infusión de las ramas de romero la cebolla y miel. Muxía (1 ref.).

Otras veces se hacen vapores de las ramas de romero para inhalar los vapores. Dodro (2 ref.), Negreira (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Camariñas (1 ref.).

También a veces se hierve con vino las ramas de romero ("ferver viño con romero"), y luego se toma. Vedra (1 ref.).

A veces se añade a la infusión de las ramas de romero las ramas de orégano. Oroso (1 ref.).

Para la garganta irritada y la afonía.

En caso de garganta irritada y afonía, se utiliza la infusión de las ramas floridas para hacer gargaras varias veces al día Touro (1 ref.), Curtis (1 ref.), Muxía (2 ref.), Arteixo (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Teo (1 ref.).

Se puede preparar una mezcla de romero, de limón, orégano y yemas de pino y se mezcla con miel. Arteixo (1 ref.).

Para la gripe.

Se hace una puñadito de infusión de la planta, varias veces al día. Boiro (1 ref.), Monfero (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para mejorar la circulación.

Se hace una infusión de las ramas de romero y con ello se lavan las piernas. Touro (1 ref.).

También se compra en la farmacia el alcohol de romero y se da en friegas en las piernas. Betanzos (1 ref.)

Sistema nervioso.

Para la depresión.

Se hace una infusión con las ramas en flor del romero y se toman por la mañana. A Coruña (1 ref.).

Para el dolor de cabeza.

Se utilizan las hojas de Romero y las hojas de freixo cocidas en vino. Se hace un emplasto con un trapo empapado y las hojas; Este se pone en la cabeza 2-3 horas. Mañón (1 ref.)

Para relajar.

Se utilizan los baños relajantes con una infusión de romero que se pone en el agua de la bañera. Rois (1 ref.).

Oftamología.

Para los ojos irritados.

Se utiliza una infusión de la sumidad florida de la planta, para hacer lavados con ella en los ojos. Brión (1 ref.).

Aparato locomotor

Para el dolor de huesos.

Se utilizaba el alcohol de romero para dar friegas donde se tenían los dolores. Betanzos (1 ref.).

Para el dolor de piernas.

Se utiliza el alcohol de para uso tópico para problemas musculares de dolor en las piernas (detrás de las rodillas). A Coruña (1 ref.).

Para el dolor de rodillas.

Se utiliza el alcohol de romero (se cogen hojas y se dejan macerar en alcohol). Se dan friegas en la zona del dolor. Ribeira (2 ref.).

Metabolismo

Para bajar la diabetes.

Se prepara una infusión de romero para tomar por las mañanas. Coristanco (1 ref.).

Para mejorar el hígado.

Se utiliza la infusión de las ramas de la planta para tomarla para este fin. Ferrol (2 ref.).

Aparato digestivo.

Para ir al baño.

Se utiliza una infusión de una ramita en agua caliente. Cedeira (1 ref.).

Para las infecciones en la boca.

Se utilizan las infusiones de las ramas floridas de romero. Cedeira (1 ref.).

Para las boqueras.

Se utiliza un cocimiento de la planta y se da con una gasa en la zona. Vimianzo (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Se prepara una infusión de ramas de romero para tomar varias veces al día. Boiro (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Ribeira (1 ref.), Rianxo (1 ref.).

Para el dolor de estómago.

Se prepara la infusión de romero. Noia (1 ref.), Dodro (1 ref.), Touro (1 ref.).

Para empachos y indigestiones

En caso de digestiones molestas y empachos se toma en infusión después de la comida. Negreira (1 ref.), Monfero (2 ref.).

Piel

Para la caída del cabello.

Se utiliza la infusión de las ramas de romero como última agua de aclarado. Rois (1 ref.).

Para eliminar las durezas en los pies (callos).

Se utilizan infusiones muy calientes de las ramas floridas de romero. Ribeira (1 ref.).

Para cicatrizar heridas.

Se utiliza la infusión de la planta de romero para lavar la herida Camariñas (1 ref.), Curtis (1 ref.), Muxía (1 ref.).

A veces se utiliza un emplasto con el marco de la infusión que se coloca con la gasa impregnada de líquido sobre la herida a tratar. Muxía (2 ref.).

Para desinfectar las heridas.

Se prepara una infusión y se lava la herida con la misma, varias veces al día. Santa Comba (1 ref.), Curtis (1 ref.), Mesía (1 ref.).

A veces en formulas: Romero las ramas + eucalipto las hojas + alcohol 1 litro en friegas para utilizar en granos y heridas. Cedeira (1 ref.).

A veces se macera romero con hojas de limón en aguardiente y se pone en emplasto en caso de infección. Pontedeume (1 ref.).

Usos veterinarios.

Afrodisiaco

Para aumentar la libido en vacas. "A las vacas se les daba un litro de infusión para que andasen a los toros". Ordes (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para atraer a las abejas.

Para que no se vaya la reina nueva del emplazamiento se restriega la caja donde vamos a ponerla con ramas de romero. Mañon (1 ref.).

Es una planta melífera importante para las abejas. Dodro (1 ref.).

En alimentación como condimento.

Se utiliza como condimento en la comida las ramas floridas del romero. Camariñas (2 ref.), Aranga (1 ref.), Vimianzo (4 ref.), Oroso (1 ref.), Moeche (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Aranga(1 ref.), Brión (2 ref.), Ordes (2 ref.), Monfero (1 ref.), Dumbria (1 ref.), Muxía (2 ref.), Sobrado (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Mazaricos (4 ref.), Muros (2 ref.), Dodro (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Negreira (1 ref.), Santa Comba (2 ref.), Noia (1 ref.), Rois (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Trazo (1 ref.), Tordoia (1 ref.), Vilasantar (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

En niños para dejar el chupete.

Se restregaba antes en el chupete de los niños para que dejaran el chupete. Touro (1 ref.).

Para el domingo de ramos.

Se lleva como ramo para bendecir a la iglesia el Domingo de Ramos. Cerdido (1 ref.).

Para la noche de San Juan.

Se cogen unas ramas el día de San Juan y se ponen a macerar en agua (habitualmente con otras flores de plantas) para, al día siguiente, lavarse la cara. Existe creencia de que el cutis se mantendrá joven durante todo el año. Cambre (1 ref.), Boiro (2 ref.).

Otras veces es utilizado en rituales para la buena suerte cogiendo la noche de San Juan después de bañarse a las 12 de la noche en la playa hacer caer una infusión de romero por la cabeza.(Ritual: mezclar romero con canela y

ruda lo cueces y a las 12.00 pm de la noche entras en el mar y te das 3 chapuzones (te mojas de cuerpo entero) y luego dejas caer la infusión por el chakra de la cabeza (el de la coronilla), después tiras una rosa (por el amor) y una manzana (por la abundancia). Sales del agua y te secas. Muxía (1 ref.).

Para espantar las brujas.

Se hacen ramos con romero y laurel, hojas de viña, hierba Luisa, Toxodas envidias, todo cogerlo por San Juan y poner ramos de estos por casa y dejarlos durante todo el año. Ribeira (1 ref.).

Mágico.

Para quitar los males de amor se utilizaba (no se acuerda como). Dumbria (1 ref.).

Para quitar los males, se ponía cerca de enfermos unas ramas en flor (uso de sus abuelos). Carnota (1 ref.).

Para hacer jabones.

Se hacen los jabones con las sobras de las grasas y aceites y sosa y se le añade al final el aroma a romero. Vimianzo (1 ref.).

Para hacer vinagre aromático.

Se utiliza un vinagre al que añadimos unas ramitas de romero a macerar. Santa Comba (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene un aceite esencial (1-2%) compuesto por monoterpenos (limoneno, pineno), sesquiterpenos (cariofileno), monoterpenoles (linalol, borneol), esterres terpénicos (1-8 cineol), monoterpenonas (alcanfor) y derivados terpénicos (carnosol, rosmarol). Además de polifenoles como los ácidos fenil-carboxílicos (ácido rosmarínico y ácido caféico) y los flavonoides.

- El efecto espasmolítico, el carminativo junto al efecto antiinflamatorio del aceite esencial justifica su uso en el dolor de barriga, de estomago y las indigestiones.
- El efecto hepatoprotector de los ácidos fenil-carboxílicos prueba el uso de quienes lo toman para mejorar el hígado.
- El efecto bactericida, antifúngico producido por el aceite esencial es la justificación a usos como cicatrizante y desinfectante de heridas.
- El efecto antiinflamatorio del ácido rosmarínico además del de los flavonoides prueba su utilización para los ojos irritados.
- El efecto mucolítico, bactericida del aceite esencial justifica su utilización en el aparato respiratorio para la tos, pulmonía, garganta irritada y la afonía.
- El efecto rubefaciente, en uso tópico del aceite esencial justifica su utilización como analgésico en dolores de rodillas, piernas y para mejorar la circulación de retorno.

La acción antigonadotrófica por la cual se usa en amenorreas y oligomenorreas es posiblemente la responsable del uso en veterinaria de hacer posible el apareamiento de las vacas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como antiséptico y tónico cutáneo, como tónico capilar, emoliente, hipopigmentante, hipotensor, eupeptico, antiinflamatorio, antiulceroso, antitusivo balsámico, tónico oftálmico, cicatrizante, antiirreumático/antiinflamatorio, hipoglucemiante, hipouricemiante, hipocolesteremiante, analgésico y antitumoral (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. ; 1997:266-270).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopilan como usos de esta planta el utilizarse como antimigrañosa, anticatarral, antihemasténica, antiséptica bucofaríngea, hipotensora, digestiva, para la ictericia y como condimento alimentario Además de cómo componente en licores de hierbas (ratafia) y mezclas de plantas analgésicas, anticatarrales, antihipertensivas, laxantes y de plantas refrescantes (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:166-168).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como estimulante circulatorio, vulnerario, hepatoprotector, antiirreumático, hipotensor, anticatarral, antiflogístico, digestivo, antiséptico, detoxificante, antidontalgico, descongestiva nasal, antialopécico, purgante, estimulante, revulsivo, expectorante, hemostático, antiinflamatorio, antiuricémico, hipocolesteremiante, anticatarral, antihemorroidal, demulcente, astringente, antisárnico, antifúngico, hipoviscosizante sanguíneo, antiinfeccioso, emoliente, protector gástrico, afrodisíaco, carminativo, antilitiásico biliar, antiasmático, reconstituyente, antianémico y aperitivo (MULET PASCUAL, L.; 1991:379-385).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para el dolor intestinal, el cabello, el dolor articular y las roturas (SAN MIGUEL, ELIA.2004:247).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como analgésico, antialopécico, antihemorroidal, antiinflamatorio, antiséptico, cicatrizante, digestivo, hemostático y hipocolesterolemiante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:139-141).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de la falta de circulación, sobre todo de las varices y agotamiento físico. También para el tratamiento de los abscesos, inflamaciones y heridas (MUGARZA, J.; 1993:120-121).

4-Observaciones.

El uso de esta planta a altas dosis puede resultar abortivo, estando contraindicada en el embarazo, gastroenteritis y prostatitis. El aceite esencial se clasifica entre los convulsivantes y puede provocar cefaleas, espasmos musculares y en altas dosis resulta irritante (a nivel gástrico, intestinal y renal) y convulsivante (neurotóxico) por lo que no se recomienda su uso vía interna. Está

contraindicado en hipersensibilidad al aceite esencial, embarazo y epilepsia (MULET PASCUAL, L.; 1997:517).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 266-270.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio. 1993:120-121.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:379-385.
- MULET PASCUAL, L. "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:517.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guílleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:166-168.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:440.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia, 1996:332.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:247.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:139-141.

***Rubus ulmifolius* Schott.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Rubus ulmifolius* Schott.

Familia: *Rosaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: zarza

Nombres vernáculos gallegos: silva, silveira

Parte utilizada: planta entera.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto, de 1-6 m, espinoso, muy ramoso, con tallos robustos, arqueados e intrincados. Turiones pruinosos, angulosos, con pelos asteriformes y agujones recios. Hojas alternas, divididas en 3 ó 5 foliolos ovados o obovados que arrancan de un mismo punto, con margen dentado o aserrado, tomentoso-blanquecino por su envés, ovado u obovado y con frecuencia moteados de rojo. Flores (V-VIII) blancas o rosadas, aisladas o en cimas racemiformes, con 5 sépalos y 5 pétalos suborbiculares u ovados. Estambres numerosos. Infrutescencias compuestas por numerosas drupitas que se agrupan en cabezuelas globosas de color morado-negruzco, conocidas vulgarmente como zarzamoras o, más corrientemente como moras del zarzal.

Se distribuye frecuentemente formando parte de orlas espinosas y adelfares sobre suelos profundos y con cierta humedad edáfica. Muy frecuente en la región eurosiberiana, en la Mediterránea es igualmente frecuente en las comarcas de ombroclima húmedo y subhúmedo. Entre el nivel del mar y 1650 m. Distribución plurirregional. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 1995:564). En la Provincia de La Coruña es abundante en bordes de ribazos, caminos, lindes de bosques y alrededor de riachuelos.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para dolores de garganta y afonías

Se utiliza el cocimiento de las hojas de zarzamora, para hacer gargarismos con esta solución. Aranga (1 ref.), Vedra (1 ref.), Vilamaior (1 ref.).

Para la tos.

Se utiliza el cocimiento de las hojas de Silva para hacer gárgaras. Arteixo (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para las inflamaciones de la boca.

Se utiliza el cocimiento de los brotes de silva con los que se enjuagaba la boca haciendo gargarismos para las inflamaciones de la boca. Ortigueira (1 ref.).

También se puede utilizar el cocimiento de las hojas de la silva en gárgaras. Oroso (1 ref.).

Para las gingivitis (inflamaciones de encías).

Se utilizaban los brotes tiernos de la zarzamora para restregarlos con las yemas de los dedos sobre las encías para tonificarlas. Arteixo (4 ref.), Mañón (1 ref.), Trazo (1 ref.).

Para las diarreas.

Se utiliza la raíz de silva. Es blanca y si se cuece en agua es buena para el intestino y corta la diarrea. Tomada varias veces al día. Mazaricos (1 ref.).

También se utilizan las hojas (3-4 hojas) para hacer un cocimiento en agua y tomar 2-3 veces al día. Dodro (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Se utiliza el vino de moras que se hace macerando vino con moras. Se utiliza para los dolores de barriga en niños a los que se da a cucharadas. Oleiros (1 ref.).

Metabolismo

Depurativa

Los frutos de las silvas, las moras se utilizan como depurativo y reconstituyentes. Abegondo (1 ref.).

Piel

Para los eczemas.

Se utiliza el cocimiento de las hojas de la zarzamora, para aplicar en forma de compresas o lavar el eczema varias veces al día. Monfero (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación.

Se utilizan las moras para comer. Touro (1 ref.), Ames (1 ref.), Negreira (1 ref.).

Los tallos tiernos de las silvas también se comían pero no era para quitar el hambre, sino para llevar algo en la boca. Arteixo (1 ref.).

Para hacer mermeladas y confituras.

Se hacían mermeladas y confituras con las moras que se recogían en el verano. Ames (2 ref.), Teo (2 ref.), Boiro (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Negreira (1 ref.), Rois (1 ref.).

Para hacer licor de moras.

Se utilizan las moras con aguardiente de la zona y azúcar. Se deja macerar un tiempo y luego se toma. Touro (1 ref.), Oroso (1 ref.).

Para cestería.

Para hacer cestas de “casca de silva” (corteza de silva) que utilizaban para recoger el grano. Son cestas que se deterioran con mayor facilidad sobre todo si cogen humedades, la ventaja es que es bastante estanca y muy compacta. Oroso (3 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene taninos: 4-15% (galo-taninos y taninos elágicos diméricos). Las raíces también son ricas en taninos. Los frutos contienen un zumo azucarado rico en ácidos orgánicos sobre todo en ácido cítrico e isocítrico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:564).

El contenido en taninos le confiere propiedades astringentes y antisépticas (con acción bactericida y bacteriostática), incluso como protectores vía externa; lo que justifica su uso en inflamaciones de la boca, gingivitis, diarreas y eczemas. (KUKLINSKI, CLAUDIA; 2000:115-116).

Por el contenido en ácidos orgánicos de los frutos: ácido cítrico y ácido isocítrico, málico, succínico, etc., además de pectina, inositol y vitamina C se justifica el efecto depurativo y alimentario (mermeladas y confituras).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza para el tratamiento de la hipertensión arterial y también para remedio de soplos cardiacos (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. ;1997:177).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea como vulneraria, antihemorrágica, para la faringitis, como antidiarreica (vino de moras) y además como alimentaria (las moras). En su trabajo también indica congeneres como el *R. caesius* s.l., *R. Ser. pallidi* y el *R. Ser. sylvatica* todos ellos llamados con el mismo nombre vulgar: silva y de usos similares (BLANCO CASTRO, E.; 1995:143).

En el estudio de etnobotánica de Gerona (Alt Empordà i de les Guilleries), se utiliza: La hoja como callicida, cicatrizante, resolutive de forúnculos y vulneraria. Las inflorescencias como antidiarreico y refrescante. Los frutos (moras) como alimento. Además también la cita en las mezclas de plantas antisépticas, bucofaríngeas, analgésicas, resolutive y vulnerarias (PRADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, 2002:169-170).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como antiinflamatoria, astringente, hipotensora, analgésica, protectora gástrica, astringente, detoxicante, hipotensor, anticatarral, refrescante, antitusígena y hipoviscosizante sanguíneo (MULET PASCUAL, L.; 1991:387-391).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) la nombra en su estudio dentro del listado de nombres vernáculos aunque sin dar ningún uso (SAN MIGUEL, ELIA.2004:334).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como antiséptico, cicatrizante, hemostático y laxante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008: 204).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de las encías débiles y sangrantes. También como estimulante del cansancio y agotamiento producido por las caminatas y además para el tratamiento del mal de tripa o de la diarrea débil (MUGARZA, J.; 1993: 148-149).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:143.
- CLAUDIA KUKLINSKI. Farmacognosia. Ed. Omega. 2000:115-116.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:177.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:148-149.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 387-391.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guílleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:169-170.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 1995:564.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:334.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:204.

***Rumex acetosa* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Rumex acetosa* L.

Familia: *Polygonaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: acedera, aceda.

Nombres vernáculos gallegos: acedeira, carvesa, herba acedeira, herba alabarza, lampaza, salgada, vinagreira.

Parte utilizada: hojas, raíces y semillas.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba verde, de 0.2–1.3 m, con hojas alternas, planas, ovadas u oblongas, sagitadas, las basales 2–4 veces más largas que anchas, con aurículas amplias y ordinariamente subparalelas. Panícula larga con flores (V–VIII) ordinariamente unisexuales; tépalos internos de 3–5 mm, suborbiculares, cordiformes y con una pequeña escama en la base, aplicados al fruto y mucho mayores que éste; los extremos reflejos. Fruto triangular.

Forma parte de los prados de siega y herbazales húmedos, es frecuente en la Provincia Atlántica Ibérica, entre 300 y 2200 m. Distribución eurosiberiana. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001: 497).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para mover el vientre.

Se utilizaba para mover el vientre porque las hojas son un poco laxantes. Coristanco (1 ref.).

Metabolismo

Para quitar calor.

Las hojas picadas y puestas encima del pulso mitigan el calor. Fene (1 ref.).

Antiparasitario

Para eliminar los gusanos intestinales.

Se hacía un cocimiento de las hojas en agua para tomar un vaso por la mañana, 9 días. Coristanco (1 ref.).

Aparato urinario

Para la retención de líquidos.

Se utilizan las hojas de la aceda junto a las de ortiga y el gordolobo. Se machacaban las plantas y se añadía sal fina y aceite. Con esto se ponía un emplasto en la zona hinchada y con estas cataplasmas se trataban hinchazones de las piernas y brazos. Betanzos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación.

Para hacer ensaladas se utilizaban las hojas bien lavadas. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene taninos, flavonoides, hierro en forma de sales orgánicas, derivados antracénicos (aglicones: fiscion, crisofanol, emodol, aloe-emodina) y ácido oxálico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001: 497).

La acción laxante suave queda justificada por la presencia de derivados antracénicos. De ahí su utilización popular para “mover el vientre”.

Los flavonoides y los taninos son los que producen la acción descongestiva en las hinchazones de las piernas en aplicación externa.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica su empleo como planta silvestre comestible cruda (BLANCO CASTRO, E., 1995:79).

4-Observaciones.

Aunque en algunas localidades existe la costumbre de consumir las hojas en ensaladas, debe evitarse el empleo o consumirse en pequeña cantidad, ya que por su contenido en ácido oxálico puede resultar peligrosa y provocar los síntomas característicos de los oxalatos. Este ácido contrariamente a la mayor parte de los ácidos orgánicos, no se destruye en el organismo y su acumulación puede producir una obstrucción mecánica de las vías urinarias con anuria, lesiones renales y uremia (MULET PASCUAL, L.; 1997:358).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:79.
- MULET PASCUAL, L “Flora tóxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:358.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001: 497.

***Rumex crispus* L.**

-Datos botánicos.

Nombre científico: *Rumex crispus* L.

Familia: *Polygonaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Romaza rizada, lengua de vaca

Nombres vernáculos gallegos: carbesa, carvesa, **herba alabarza**

Parte utilizada: hojas y semillas.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de 0,3-1 m, perenne, provista de un grueso rizoma napiforme, con grandes hojas más o menos ondulado-crespas en el margen, oblongo-lanceoladas, generalmente de longitud superior a la anchura, las inferiores de 20-30 cm. Flores (V-VII) poco vistosas, verde-rojizas y agrupadas en larga panícula estrecha; tépalos internos más o menos enteros, cordiformes. Fruto en aquenio trígono.

Forma parte de herbazales, que se desarrollan sobre suelos húmedos, compactos y nitrófilos. Común en toda la Península Ibérica. Distribución plurirregional -subcosmopolita de áreas templadas- (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:498).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para las diarreas.

Se utiliza el cocimiento de las semillas de alabarza para tratar las diarreas. Cedeira (1 ref.).

Piel

Para la maduración de abscesos.

Se utilizan las hojas para la maduración de granos, abscesos y se calentaban las hojas en la sartén y se ponían a modo de emplastos para madurarlos y que reventaran. Aranga (1 ref.).

Usos Veterinarios.

Para tratar las diarreas

Se utilizaban el cocimiento de un puñado de semillas de albarza en agua para dar a los animales. Cedeira (1 ref.).

En cerdos pequeños sobre todo cuando empezaban a comer se les ponía en el establo hojas verdes de la albarza para que la comieran y se les eliminaran las diarreas. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene sales de hierro (1,5%), bajo forma orgánica; Taninos catequicos (3-6%); Flavonoides (quercitrina). Derivados antracénicos (derivados de emodina y crisofanol); Derivados naftalénicos (nepodina 8-glucósido, lapodina) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:498).

El contenido en taninos de las semillas probablemente justifique su acción antidiarreica.

El contenido en taninos y flavonoides prueba el uso resolutivo en la maduración de abscesos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica como mala hierba, planta invasora de los prados (BLANCO CASTRO, E.; 1995:88).

En la etnobotánica castellonense se ha empleado como astringente-cicatrizante de heridas (MULET PASCUAL, L.; 1991:391).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como antiinflamatoria intestinal, resolutiva y en mezclas resolutivas y vulnerarias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:170-171).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se ha utilizado como anticatarral (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:132).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente para quitar el oxido de herramientas y como laxante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:190).

4-Observaciones.

Esta contraindicado su uso en afecciones renales, especialmente litiasis oxálicas, por su alto contenido en oxalatos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:498).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:88.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:132.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:391.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:170-171.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:498.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:190.

***Rumex pulcher* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Rumex pulcher* L.

Familia: *Polygonaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: labaza.

Nombres vernáculos gallegos: carvesa, herba alabarza, labarza, lampaza, llabasa, llabaza, llampaza.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta que llega hasta los 70 cm de altura y tiene muchas ramitas con hojas, aunque la mayoría de las hojas estén abajo. El limbo recuerda algo a un violín en la forma. Las flores son como las de las acedas, aunque están más separadas las unas de las otras. También, pasa la planta a color rojo al madurar. Florece hacia mediados del verano (GARCÍA, XOSE RAMON.; 1979:154).

Forma parte de los prados de siega y herbazales húmedos, es frecuente en la Provincia Atlántica Ibérica. Distribución eurosiberiana. En La Coruña se da como mala hierba, en tierras cultivadas, caminos y herbazales.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para dolor de garganta.

Se hace un cocimiento de la sumidad florida y se hacen gárgaras. Paderne (1 ref.).

Para la tos.

Las semillas de labaza cocidas se tomaban contra la tos. Arteixo (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para la diarrea.

Se utiliza el cocimiento de las semillas para cortar la descomposición. Varias veces al día. Cerdido (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (3 ref.), Cedeira (1 ref.), Ponteceso (1 ref.), Abegondo (1 ref.), Betanzos (1 ref.), Teo (1 ref.), Monfero (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

También, se puede utilizar un cocimiento de las hojas de labaza. A Coruña (1 ref.), Monfero (4 ref.), Abegondo (1 ref.), O Pino (1 ref.), Culleredo (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Se utilizan las semillas marrones secas en cocimiento. Vimianzo (2 ref.).

Aparato locomotor

Para el espolón.

Se utiliza el cocimiento de las hojas para un baño de pies cuando tenemos espolón, dicen que lo reblandece. Ferrol (1 ref.).

Piel

Para la maduración de abscesos.

Se utilizan sus hojas calientes en emplasto en la zona del absceso, grano o bulto que queramos madurar. Cedeira (2 ref.), Touro (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para las diarreas.

Se utiliza el cocimiento de las semillas para cortar la descomposición en vacas, burras, terneros, conejos y demás animales. O se les da a beber el cocimiento o se les pone en el agua de bebida. Cerdido (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (3 ref.), Cerdido (2 ref.), Monfero (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Vimianzo (3 ref.), Muxía (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

También hay sitios donde se hace un cocimiento de la planta entera. Santa Comba (2 ref.), Negreira (2 ref.), Muxía (3 ref.), Ordes (1 ref.).

Suele ser habitual que en el verano se recojan las semillas, se sequen y se guarden para usarlas cuando hay descomposición en los terneros. Cerdido (1 ref.).

Como digestiva

Se utilizan las hojas de la labaza como alimento de los animales. Negreira (1 ref.).

También se utiliza como digestivo el cocimiento de la planta que se da al animal para la digestión. Negreira (1 ref.).

Para hacer orinar.

Para hacer orinar a las burras se utilizaba el cocimiento de las hojas que se les daba a beber. Brión (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como adorno.

Se utiliza para poner en floreros por el color marrón de las semillas. Ames (1 ref.).

Para fumar las hojas.

En épocas de penurias económicas se secaban las hojas y se fumaban cuando no había tabaco. Arteixo (2 ref.).

Se trata de una mala hierba.

Es una mala hierba del campo que si la comen las vacas esparcen sus semillas por otros sitios. Ortigueira (1 ref.), Muxía (2 ref.), Negreira (1 ref.), Mazaricos (3 ref.), Carnota (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Brión (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No hemos encontrado referencias bibliográficas sobre su composición química.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se ha empleado como antihemorroidal y anticatarral (MULET PASCUAL, L.; 1991:392).

5-Bibliografía.

- GARCIA, XOSE RAMÓN. "Flora de Galicia". Editorial Follas Novas.1979:154.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:392.

***Ruscus aculeatus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ruscus aculeatus* L.

Familia: *Liliaceas.*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: brusco, rusco.

Nombres vernáculos gallegos: azoutacristos, baioba, brusca, escudeixo, esvarda, gilbarbeira, **silbarda**, xilbarbeira, uvas do can, xarda, xardeira, xibarbeira, xibarda.

Parte utilizada: el rizoma.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 984).

Descripción, distribución y ecología.

Planta rizomatosa subarborescente perennifolia, de 30-60 cm, erguida y ramificada en el ápice. Filocladios oval-lanceolados, que portan hojas pequeñas en su haz y flores inconspicuas. Fruto en baya rojiza (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:448).

Especie de dispersión europea- mediterránea que podemos encontrar en las cuatro provincias gallegas. Se cría en carballeiras, sotos, en suelos sueltos, frescos y ricos en nutrientes, sobre cualquier tipo de sustrato rocoso de los pisos colino y montano, ombroclima húmedo, por debajo de los 1000 metros de altitud (GARCIA, XOSE RAMON; 1979:106).

2-Etnofarmacología.

Aparato circulatorio.

Para activar la circulación.

Se utiliza el cocimiento de la raíz para problemas de circulación en las piernas. Betanzos (1 ref.). También, lo utilizan para activar la circulación en general. Toques (1 ref.), Melide (1 ref.).

Para los sabañones.

Se utilizaba el cocimiento de la planta para ablandar los sabañones tanto de las manos como de los pies tomando el cocimiento y haciendo baños. Coristanco (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer escobas.

Se cogían las ramas, incluso con las raíces que era por donde se ataban al palo para formar la escoba, antiguamente los barrenderos se hacían así las escobas. Ferrol (1 ref.). Se utilizaban para hacer escobas porque aun cuando se seca no pierde la hoja. Dodro (1 ref.), Mañón (1 ref.), Ortigueira (1 ref.), Melide (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

La compraban los laboratorios.

Su raíz era recogida por los paisanos en Monfero; hace más de veinte años; para venderla a un laboratorio, aunque no me supieron decir con que finalidad. Monfero (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El rizoma contiene saponósidos esteroídicos (ruscogenina y su isomero neoruscogenina con acción antiflogística), flavonoides (rutina, hesperidina), sales de potasio, trazas de aceite esencial y taninos. Se considera el remedio vegetal con mayor acción venotónica (MULET PASCUAL, L.; 1997: 360).

La presencia de ruscogenina y flavonoides justifica su uso en problemas circulatorios en piernas (problemas de retorno venoso: varices, piernas hinchadas, etc.) y su uso en sabañones.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza la raíz para curar la erisipela (BLANCO CASTRO, E.; 1995:144).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza como ornamental en Navidad (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:171).

En la etnobotánica castellanense se ha utilizado diurética y antiinflamatoria (MULET PASCUAL, L.; 1991:392-393).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como antihemorroidal (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:159-160).

4-Observaciones.

Los frutos, por su composición, provocan irritación gastrointestinal (saponinas) con vómitos, diarrea, convulsiones y riesgo de hemólisis. Se tiene constancia que en Galicia se emplean los frutos como aperitivos, uso no recomendado (MULET PASCUAL, L.; 1997: 360).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:144.
- GARCIA, XOSE RAMON. “Pequena flora de Galicia”.Editorial Follas Novas.1979:106.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:392-393.
- MULET PASCUAL, L “Flora tóxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997: 360.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:171.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:448.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:159-160.

***Ruta chalepensis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ruta chalepensis* L.

Familia: *Rutaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: ruda

Nombres vernáculos gallegos: ruta

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne algo leñosa en la parte inferior. Tallos glabros de 20-60 cm. Hojas alternas, 2-3 veces pinnatisectas, con segmentos lanceolados o oblongo-ovalados. Inflorescencias en cimas laxas, bracteadas. Las flores sobre pedicelos tan largos o más que la cápsula. Son tetrámeras con sépalos libres, dentado-ovalados, glabros. Petalos amarillos, oblongos, cuculados, generalmente con cilios más cortos que el ancho de los pétalos. Fruto en capsula glabra con 4-5 lóbulos acuminados (SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L.; 1998:143).

En Galicia se da fundamentalmente en la provincia de Orense, del Sur de Lugo. En La Coruña esta naturalizada, formando parte de muchos jardines y algunas huertas.

2-Etnofarmacología.

Aparato genital femenino.

Como abortiva.

Se utilizaba para hacer abortar a las mujeres dándoles infusiones cargadas de esta planta ya que tiene la virtud de provocar el menstuo. Dicen que esta práctica es muy peligrosa. Teo (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Betanzos (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Ordes (1 ref.), Coristanco (1 ref.).

Para los desarreglos en las mujeres.

Se utiliza un cocimiento de ruda para corregir los desarreglos de las mujeres. Cedeira (1 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Para los dolores menstruales en las mujeres.

Se utiliza el cocimiento de la planta para tomar. Arteixo (1 ref.), Coristanco (2 ref.).

A veces en formulas compuestas por cocimientos de ruda con romero y malva. Ribeira (1 ref.).

Para provocar el menstuo.

Se utiliza una infusión de la planta. Betanzos (1 ref.).

Para las mujeres.

Se solían preparar cocimientos de planta para tomar cuando se acercaba el periodo. Ribeira (1 ref.), Aranga (1 ref.), Zas (1 ref.).

Para irritaciones vaginales.

Se utilizaba el cocimiento de la ruda para lavados vaginales en caso de irritaciones vaginales. Betanzos (1 ref.).

Odontología

Para los flemones.

Se pone un emplasto de ramitas de ruda en el flemón de la boca. Ponteceso (1 ref.).

Para el dolor de muelas.

Se hacía una masa con harina y infusión de ruda y salvado. Que se ponía en las muelas o en otros sitios donde había dolor. Se colocaba en caliente. Vimianzo (1 ref.).

También se utiliza masticando un poco de ruda en la muela que te duele. O Pino (1 ref.).

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se utilizan las cataplasmas de ruda en caliente cuando se tienen resfriados en el pecho. Muxía (1 ref.).

También como tiene un olor fuerte se utilizaba colgando un ramo en la habitación del enfermo. Negreira (1 ref.).

Para la tos.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida de ruda. Oleiros (1ref.), Rois (1 ref.).

Para el dolor de garganta.

Se utiliza la infusión de la planta cuando se tienen molestias o dolor en la garganta. Val do Dubra (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para los cólicos.

El cocimiento de esta planta se utiliza para curar el dolor de barriga, los cólicos. No en broma se dice el refrán “la ruda todos los males cura”. Oroso (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Cuando se trata del dolor de barriga en adultos, que se utiliza tanto un cocimiento de la planta para tomar. Rianxo (1ref.), Arzua (2 ref.), Sobrado (1 ref.), Ordes (1 ref.), Brión (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Lousame (1 ref.), Muxía (1 ref.), Melide (1 ref.).

También se utiliza a modo de un emplasto que se coloca encima del vientre. Ordes (2 ref.), Carballo (1 ref.), Vimianzo (1 ref.). En algunos casos templado. Carballo (1 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Cuando se trata de un dolor de barriga en niños como es muy fuerte para tomar por ellos se les pone un emplasto encima de vientre. Vedra (1ref.).

Dolor de estómago.

Se toma el cocimiento de la planta. Rianxo (1 ref.), Touro (1 ref.).

Para las diarreas.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida de ruda con azúcar para las descomposiciones. Arzua (2 ref), Rianxo (1 ref.).

Para el dolor de intestino.

Se utiliza el cocimiento de la ruda. Melide (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para la circulación.

Se lavan las piernas con un cocimiento de sumidad florida de ruda para que la sangre circule mejor. Touro (1 ref.).

También, se pueden hacer pediluvios con el cocimiento de la ruda y ramas de romero. Ordes (1 ref.).

Parasitosis

Para las lombrices.

En niños.

Se utiliza un trozo de ramitas de ruda con aceite templado que se ponía en la barriguita. Brión (1 ref.).

También se utilizan las ramas machacadas colocadas directamente sobre la barriga del niño. Boqueixón (1ref.), Santa Comba (4 ref.)

Además a los niños muy pequeños se les ponían ramitas de ruda cerca de las narices cuando estaban mamando para que la olieran Boqueixón (1 ref.), también, se les ponía unas ramitas de ruda debajo de la almohada para que la respiraran y eso hacía que la lombriz no le picara en la garganta. Santiago de Compostela (1 ref.)

En adultos.

Se utiliza el cocimiento de ruda para tomar por la mañana. Tres días seguidos. Ames (2 ref.), Monfero (1 ref.), Arzua (1 ref.), Santa Comba (1 ref.).

Para el sistema nervioso.

Para el dolor de cabeza.

Se utilizan ramas machacadas de ruda que se colocan a modo de emplasto en las plantas de los pies. Vilamaior (1 ref.).

También se utiliza friendo unas ramitas de ruda en una sartén con aceite y luego se frota con este aceite en la cabeza. Touro (1 ref.).

Además se utilizan compresas mojadas con el cocimiento de ruda para poner sobre la cabeza en forma de emplastos. Aranga (1 ref.).

También se bebe del cocimiento de ruda para el dolor de cabeza. Mazaricos (1 ref.).

Para los nervios y el histerismo.

Se utilizaba haciendo con unas ramitas y huevos, una tortilla de ruda. Monfero (2 ref.), Abegondo (1 ref.).

Para los mareos.

Se utiliza unas ramitas de ruda que se llevan en la mano para que al olerla uno no se maree. Santa Comba (2 ref.).

Oftalmología.

Para los ojos irritados

Se hace una infusión muy diluida para los problemas de irritaciones de ojos. Arteixo (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Sistema urinario

Como diurético.

Se utiliza la infusión de la sumidad florida de la ruda para que no retenga orina. Ribeira (1 ref.).

Piel

Como cicatrizante.

Se hacía una tortilla con la clara de huevo y las ramitas de ruda que se colocaba por la noche a modo de emplasto en las heridas. Betanzos. (1 ref.).

Se hacía una pasta con las hojas y ramitas de ruda y se colocaba en forma de emplasto encima de la herida. Muxía (2 ref.).

También se podía hacer un cocimiento de ruda y luego con ella lavar la herida. Teo (1 ref.).

Para los eczemas.

Se utiliza un preparado que se hace machacando 60g de planta fresca en un mortero y se vierte el líquido que sale en una botella. Se le añade ¼ litro de aceite de oliva. Se tapa herméticamente y se deja reposar al sol invertida durante 40 días. Se cuele y ya está lista para utilizar en la zona de los eczemas. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Para la maduración de abscesos.

Se utilizaba ruda machacada que se ponía en forma de emplasto en la zona del absceso. Vimianzo (1 ref.).

Se utiliza ruda frita en aceite para madurar accesos cuando se hace con el aceite caliente y después se apretaba la zona con el fin de ir haciéndola más fluida y menos dura para que fuera más fácil de salir. Malpica de Bergantiños (1 ref.), Ponteceso (1 ref.).

A veces, en la maduración de los abscesos, se utilizaban formulas de mezcla de plantas como de ruda+romero+relón de trigo (salvado de trigo). Ribeira (1 ref.).

Para los moratones (mazaduras).

Se utiliza la sumidad florida troceada en emplastos sobre la zona del moratón para disolverlos rápidamente. Muxía (1 ref.).

Para la sarna.

Se utiliza un aceite de ruda para poner en la zona el aceite. Malpica de bergantiños (1 ref.).

Para la psoriasis.

Se utiliza un aceite de ruda para poner en la zona. Malpica de Bergantiños. (1 ref.).

Aparato locomotor.

Para el reuma.

Se utiliza el cocimiento de la ruda y se toma. Rois (1 ref.).

Se puede hacer el cocimiento de la ruda y después dar friegas por el cuerpo con el líquido. Bergondo (1 ref.).

También se puede hacer un aceite de ruda (se machacan 60g de planta fresca en 1 mortero y se vierte el líquido que sale en 1 botella. Se le añade ¼ litro de aceite de oliva. Se tapa herméticamente y se deja reposar al sol invertida durante 40 días. Se cuela y ya está lista para usar. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para el dolor de barriga y estomago.

Se utiliza el cocimiento de ruda para los animales con problemas de estomago. Dodro (2 ref.).

Para eliminar las placentas.

Se utilizaba un cocimiento cargado de ruda en vacas para eliminar “Las parias” (la placenta). Monfero (1 ref.).

Para las inflamaciones de las patas.

Para inflamaciones en los pies de las vacas se utilizan hierbas como: ruda, bieiteiro, malva y celidonia se hacía en un cocimiento y luego se ponía un emplasto en la pata enferma. Ordes (1 ref.).

Para quitar las verrugas.

Se utilizaba la ruda friccionando las verrugas de las vacas hasta que se secan. Ortigueira (1 ref.).

Como laxante en las vacas.

Se prepara una infusión cargada de ruda y se le dá. Val do Dubra (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para ahuyentar los ratones.

Se ponían ramas de esta planta en los cuartos dentro de baúles. No les gusta a los ratones el olor que despide. Cedeira (1 ref.).

Como antipolilla.

Se ponen ramitas de ruda en bolsitas de tela en los armarios como antipolilla. Arteixo (1 ref.).

Para evitar las brujas.

Se utilizaban las ramas de la ruda en las casas para poner en jarrones a la entrada o también se plantaba en macetas a la entrada de la casa en el jardín como protección contra las brujas. Noia (3 ref.), Rois (1 ref.), Brión (1 ref.), Padrón (1 ref.), Muxía (2 ref.).

Para quitar el mal de ojo.

Se utilizaba una ramita de ruda en la puerta delante o detrás de la casa. Rois (1 ref.), Brión (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

Para hacer conjuros.

Se dice que se utilizaba para hacer conjuros (“hacer meigerias”). Cerdido (1 ref.).

Para quitar los males.

Se dice: “La ruda todos los males cura”. Trazo (1 ref.).

Una rama en flor para quitar males, se ponía cerca de enfermos (uso de sus abuelos). Carnota (1 ref.).

Como alimento.

Se hacía chocolate con ruda para las mujeres que acababan de parir. Oleiros (1 ref.).

Para destetar a los niños.

Para destetar a los niños que siguen queriendo el pecho cuando tienen más de dos años. Se restriega la madre con la planta en el pecho alrededor del pezón y luego se amamanta al niño. Según el informante cuando el niño nota el olor a ruda, deja de gustarle el pecho. Mazaricos (1 ref.).

Para la envidia.

Se planta a la entrada de las casas porque se cree que protege contra la envidia. Santa Comba (1 ref.).

Como espanta culebras.

La tienen plantada en los jardines alrededor de la casa para que las culebras no se acerquen. Cedeira (1 ref.), Muros (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

A veces se utilizan las ramas para espantar a los ofidios. Cerdido (1 ref.).

Para dar suerte.

Si la plantas delante de la casa a la derecha. Cerceda (1 ref.).

Para quitar la enfermedad.

Se ponía unas ramitas de ruda en la cabecera de la cama cuando había alguien enfermo. Narón (1 ref.).

Hierbas de San Juan.

Se utilizan para cogerlas el día de San Juan y ponerlas a macerar por la noche con otras plantas y al día siguiente lavarse la cara con esa agua. Ribeira (2 ref.), Muros (1 ref.).

Para espantar las moscas.

Se utilizan poner unas ramas en un jarrón en el cuarto donde no queramos moscas. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para que no vengan los topos.

Se utiliza plantando ruda alrededor de la huerta o lugar donde queramos que no estén. Vedra (1 ref.).

Para los velatorios.

En los velatorios, cuando se hacían en casa, se ponía debajo de la caja del muerto unas ramitas de ruda fresca para que eliminar los malos olores porque a veces los muertos estaban mucho tiempo antes de enterrarse. Carballo (1 ref.).

También, para la para la gente que iba llevando el féretro hasta el cementerio a hombros. A estas personas, se les daba un ramillete de ruda para ponerla cerca de la nariz y de esta manera solo olían la ruda. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial rico en cetonas alifáticas, alcoholes, aldehidos y esterres, siendo el componente mayoritario la 2-undecanona (94%), flavonoides (rutosido), las cumarinas y furocumarinas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:578).

La acción venotónica es debida al rutósido (1-2%).

La acción emenagoga que puede llegar a ser abortiva según dosis, se debe a la acción del aceite esencial (0,1%).

La acción antiparasitaria (vermífuga, antihelmíntica) es debida a las cetonas alifáticas, entre ellas a la 2-undecanona.

De la acción espasmolítica son responsables las furanocumarinas al igual que de la acción fitofotosensibilizante que puede originar eritemas, vesicación e hiperpigmentación en la piel sometida a rayos UVA o radiación actínica (fototoxicidad).

3.2-Referencias etnobotánicas.

Pio Font Quer en su libro "Plantas medicinales. El Dioscorides renovado" Ed. Labor .1985:426-429, Ya nos da a conocer las virtudes de la ruda para tratar escorbuto, hemoptisis, nefritis hematóricas, de ser emenagoga o abortiva según dosis, es también antiespasmódica, sudorífica y antihelmíntica. Hace mención al estrecho margen terapéutico y a la necesidad de emplearse bajo control facultativo.

En la investigación etnobotánica de las tierras de Gerona se refiere su empleo medicinal como: digestiva, emenagoga, anticonceptiva, antihelmíntica, antirreumática, antidontálgica, anticefalálgica, tranquilizante y abortiva a altas dosis. Y otros usos como: alimentarios (en pasteles, en chocolate), en bebidas (ratafia); Veterinarios (como vulneraria) y otras aplicaciones místico-religiosas. (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:171-172).

Alfredo Torres Pajón, en su libro "Plantas Medicinales. Virtudes, mitos y Tradiciones" dice que en la medicina popular se ha utilizado como espasmolítico, antihistamínico, venotónico, en dismenorreas, amenorreas, como abortiva, vulneraria y también tiene propiedades rubefacientes, de ahí su uso en fricciones para problemas reumáticos (TORRES PAJÓN, ALFREDO; 2006:285).

En las investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) señala de *Ruta montana* L. Su toxicidad como alergénica. "las cargas de ruda se recogían por la noche o de madrugada, antes de salir el sol, porque si no producía alergia en la piel". Como repelente de bichos venenosos y como abortiva principalmente aunque recoge algún uso supersticioso de la esta planta contra los hechizos y las brujas (BLANCO CASTRO, E.; 1995:375-376).

En las investigaciones Etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se describen usos medicinales populares del congener *Ruta angustifolia* Pers. con las siguientes aplicaciones: como abortiva, como

oxitócica, para remediar forúnculos, para los sabañones, como odontálgica, antiulcerosa, en el tratamiento de alteraciones oftálmicas, en otalgias, para dolores reumáticos, en contusiones, cefaleas, como antiverrucosos y incluso para desparasitar las ovejas de piojos. A parte de otros usos como para el destete durante la lactancia, en la elaboración de licores y alguna aplicación agrícola

Mulet; en su Estudio Etnobotánico de la Provincia de Castellón, aporta usos populares como: antiinflamatorio, contraveneno. Antigastrálgico, hipotensor, antiflogístico, rubefaciente, resolutive, antiséptico, antirreumático, emenagogo y abortivo ilegal (MULET PASCUAL, L.; 1991:393-397). También narra la utilización de la ruda por su fuerte olor en las casas en las que se velaba a un muerto (MULET PASCUAL, L.; 1997:361).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza su congenera *Ruta angustifolia* Pers. Para disminuir el dolor de oídos, para quemar verrugas, como estimulante de la circulación, en dismenorreas y para eliminar la envidia entre hermanos (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:211-212).

4-Observaciones.

La *Ruta chalepensis* L. Se trata de una planta, que por su escaso margen terapéutico, solo debe emplearse bajo control y prescripción facultativa.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:375-376.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:393-397.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:361.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:171-172.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:578.
- TORRES PAJÓN, ALFREDO; "Plantas Medicinales. Virtudes, mitos y tradiciones "Colegio Oficial de Farmacéutico de La Coruña. La Coruña, 2006:285.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:211-212.

***Salix alba* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Salix alba* L.

Familia: *Salicaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: sauce

Nombres vernáculos gallegos: salgueiro, salgueiro branco, sinceiro, zarzo.

Parte utilizada: hojas y corteza.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2627).

Descripción, distribución y ecología.

Árbol dioico, de ramas flexibles portando hojas lanceoladas, blancuzcas, aserradas en el margen y agudas. Flores agrupadas en densos amentos unisexuales insertados en la axila de una bráctea. Fruto en cápsula.

Es una planta con distribución eurosiberiana en sentido amplio. Vive en bordes de cursos de agua permanentes de la región atlántica. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:461).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para el dolor de huesos.

Se utiliza el cocimiento de las hojas para disminuir el dolor de los huesos por su efecto antiinflamatorio. Sobrado (1 ref.).

También se hace un cocimiento de la corteza para disminuir el dolor de huesos. Oleiros (1 ref.), Melide (1 ref.).

Para el dolor de rodilla.

Se utilizaba la corteza mojándola con agua después lo mezclaban con huevo y lo ponían alrededor de la pierna con la corteza de salgueiro enganchándola con las ramas de salgueiro para que no se cayera. Para bajar la inflamación. A Capela (1 ref.).

Para unir huesos.

Se utiliza lo que llaman: “la piel de salgueiro” que es la corteza para unir huesos utilizándola a modo de emplastos de la corteza de salgueiro. As Pontes de García Rodríguez. (1 ref.).

Para el reuma.

Se utiliza un cocimiento de la corteza (nos dicen que es la aspirina vegetal). Monfero (4 ref.), Padrón (1 ref.).

Metabolismo

Para bajar la fiebre.

Se utiliza el cocimiento de la corteza de salgueiro para tomar varias veces al día. Cerceda (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para los traumatismos.

Cuando los animales rompían una pierna se ponían las ramas de sauce a modo de coraza para inmovilizar la pierna. A Capela (1 ref.).

Para las heridas en las pezuñas.

Se utiliza las ramas de salgueiro para frotarlas en las heridas de las pezuñas de las vacas. Oza dos Ríos (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos

Para atar las berzas.

Se utilizaban las varas de salgueiro para atar las berzas. Vedra (1 ref.).

Para hacer cestos.

Se utilizaba las ramas jóvenes de salgueiro. No es tan hueco y es más duro, además hay muchos por lo que se ha utilizado desde siempre para este menester. Preferiblemente esta especie ya que no tiene tantos nudos en las ramas y se trabaja mejor. Dodro (3 ref.), Ames (2 ref.), Irixoa (1 ref.), Vimianzo (2 ref.), Betanzos (1 ref.), Oroso (1 ref.), Brión (1 ref.), Vedra (1 ref.), Touro (1 ref.), Frades (1 ref.), Val do Dubra (1 ref.), Trazos (2 ref.), Tordoia (1 ref.). Cesuras (2 ref.), A Laracha (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Para hacer cierres de fincas.

Se pueden hacer palos de la madera de salgueiro o también plantar matas a modo de lindes para hacer los cierres formando setos de salgueiro. Negreira (2 ref.), Ames (2 ref.), Ortigueira (1 ref.), Mañón (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Santiago de Compostela (2 ref.).

Para hacer Zancos para jugar.

De niños con las varas de sauce se solían hacer zancos de madera para divertirse. Mañón (1 ref.).

Para hacer arados y carros.

Se utilizaba su madera porque dicen que es muy dura. En los carros se hacía la parte de madera que aguanta el eje (“Pa facer as treituras dos carros”). Cesuras (1 ref.), Muxía (1 ref.).

Para hacer muebles.

Con su madera se hacían muebles. Betanzos (1 ref.).

Para leña.

Es de buena calidad, se utilizó como leña de invierno. Negreira (1 ref.), Aranga (1 ref.), Muxía (1 ref.), Muros (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.).

Para hacer zuecos.

Con su madera desde siempre los zoqueiros han hecho zuecos de primera calidad. Monfero (2 ref.), Padrón (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Mazaricos (1 ref.).

Para buscar agua los poceros.

Se utiliza una rama de salgueiro para buscar agua. Los poceros la llaman "la galleta" A Laracha (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene taninos catequicos, glucósidos fenólicos (el más abundante es el salicosido y sus esteres), flavonoides (rutósido, albósido, apigenósido, quercetósido), aldehidos y ácidos aromáticos (ácidos caféico, ácidos salicílico, ferúlico) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:461).

El efecto antirreumático y analgésico de los glucósidos fenólicos unido al efecto antiinflamatorio de los flavonoides justifica sus usos en reumatismos agudos y crónicos (para el dolor de rodilla, para el dolor de huesos).

Desconocemos la justificación del uso de la corteza del sauce en emplasto para unir huesos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza en cestería (BLANCO CASTRO, E.; 1995:86).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza su madera para la fabricación de tablones y carros (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:173).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea en cestería (SAN MIGUEL, ELIA.2004:65).

Así pues, existen más referencias etnobotánicas (cestería, utilidad de la madera) que etnofarmacológicas, las cuales también hemos recogido en nuestro estudio.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:86.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:173.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:461.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:65.

***Salix viminalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Salix viminalis* L.

Familia: *Salicaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: mimbre, mimbrera

Nombres vernáculos gallegos: bimbeiro, **bimbieiro**, **bimbio**, bimial, **buiño**, guimeira, guimia, mimbeira, mimbreira, trogallo, trogalleiro.

Parte utilizada: ramas.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto o arbolito de hasta 10m de altura con abundantes ramas delgadas., muy largas y flexibles. Las ramitas jóvenes poseen una pubescencia gris al principio, son lampiñas y pardo verdosas después. Las yemas agudas, aterciopeladas, al final pardo. Las hojas son muy numerosas, lineares o lanceolado lineares, de 8 a 15 por 0,5 a 1,5cm. Estrechamente cuneadas en la base, largamente acuminadas en el ápice y con el borde revoluto, entero; verdeoscuros por el haz, sedosoplateadas en el envés, con el nervio axial muy prominente y numerosos nervios laterales; el pecíolo es corto y las estípulas linearlanceoladas, pequeñas y caducas.

Es una planta con distribución eurosiberiana en sentido amplio. Vive en bordes de cursos de agua permanentes de la región atlántica (GARCIA, XOSE RAMON.1979:70).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para atar las viñas.

Se utilizan los sarmientos o ramas jóvenes para coger las viñas al emparrado o la columna. Ribeira (Ribeira (4 ref.), Dodro (3 ref.), Teo (2 ref.), Vedra (1 ref.), Boiro (1 ref.), Lousame (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Boqueixón (2 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Para hacer cestos.

El bimbio lo cuecen y le quitan la piel de fuera porque queda más blanquito, también se puede utilizar sin cocer solo con dejarlo secar. Cedeira (4 ref.), Dodro (3 ref.), As Pontes García Rodríguez (5 ref.), Arteixo (2 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Ribeira (3 ref.), A Coruña (1 ref.), Rianxo (1 ref.), Cerdido (3 ref.), Betanzos (2 ref.), Zas (1 ref.), Teo (2 ref.), Lousame (1 ref.), Oroso (1 ref.), Irixoa (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Curtís (1 ref.), Val do

Dubra (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Tordoia (2 ref.), Pontedeume (2 ref.), Cesuras (2 ref.), A Laracha (1 ref.), Frades (1 ref.), Trazo (2 ref.), Oza dos Riós (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene salicilina y taninos en corteza y hojas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza en cestería (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:174).

En la etnobotánica de Castellón se menciona como antiverrucoso (MULET; 1991: 397).

5-Bibliografía.

- GARCIA, XOSE RAMON. "Flora de Galicia". Editorial Follas Novas.1979:70.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:174.

***Salvia verbenacea* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Salvia verbenacea* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: salvia.

Nombres vernáculos gallegos: crista de galiña, galocrista, herba da cruz, herba dos ollos.

Parte utilizada: sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2623).

Descripción, distribución y ecología.

Hierba, de 0.1 – 0.5 m, erecta, aromática, con la mayoría de las hojas dispuestas en roseta basal. Hojas rugosas y ásperas al tacto, pecioladas de subenteras a profundamente pinnatipartidas. Flores (I-XII) agrupadas verticilastros con 6 – 10 flores, en espiga laxa; corola bilabiada, azulada o lilacina; Brácteas más pequeñas que las flores, verdosas; 2 estambres (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:411).

Florece a finales de la primavera y en el verano. En la provincia de La Coruña se desarrolla en sitios secos y soleados como prados y bordes de caminos.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la garganta.

Se utiliza un cocimiento de la planta. Se hacen gárgaras. No tragar el líquido que es muy amargo. Arteixo (1 ref.).

Metabolismo

Para regular el sudor del cuerpo.

Se utiliza un cocimiento de la planta y lavar con el líquido las zonas de mayor sudoración como son los pies y los sobacos. Coristanco (1 ref.).

En el caso de intentar rebajar la sudoración del cuerpo tomaríamos el cocimiento. Coristanco (1 ref.).

Piel

Para la maduración de abscesos.

Se utilizaban los vapores del cocimiento de la salvia para dar en la zona del absceso que maduraba y reventaba por la zona donde se habían dado los vapores. Coristanco (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

En alimentación.

Como condimento, para preparar los platos de pasta. Monfero (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial rico en cariofileno, germacreno B, humuleno epóxido, pineno y espatulenol. Además de flavonoides y ácidos fenólicos.

El efecto antiinflamatorio, antiséptico del aceite esencial y los flavonoides justifica su empleo en faringitis y abscesos.

Su efecto antihidrótico en uso externo es debido al aceite esencial, que actúa paralizando las terminaciones nerviosas de las glándulas sudoríparas.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se ha utilizado como vulnerario y antitusivo (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:270-271).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se ha utilizado en mezclas de plantas resolutivas y vulnerarias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:176.).

En la etnobotánica de Castellón se menciona como antihemorroidal, antiséptico e hipotensor ocular, hemostática, antigripal, antiséptica, antiflogística, hipocolesteremiante (MULET PASCUAL, L.; 1991:404).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente para la astenia, como anticatarral, antiinflamatorio, antiséptico ocular, antiséptico y cicatrizante tópico, antirreumático y como emenagogo (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:142-143).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:270-271.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:404.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:176.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:411.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:142-143.

***Sambucus nigra* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Sambucus nigra* L.

Familia: *Caprifoliaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: sauco

Nombres vernáculos gallegos: biauteiro, bieito, biouteiro, biuiteiro, sabuco, **sabugo**, **sabugueiro**, **sabuguiño**, sambuco, **samuxeiro**, samuxeiro, sango, **vieiteiro**, viouteiro, xabugo, xabugu.

Parte utilizada: corteza, hojas y flores.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2628).

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto o arbolillo de hasta 5 m con corteza grisácea. Hojas opuestas, compuestas, con 5-7 folíolos dentados, ovalados y agudos. Flores pequeñas, blancas, reunidas en corimbos de cimas de gran tamaño. Fruto en baya globosa de color negro brillante en la madurez, conteniendo 3 semillas (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 463).

De distribución euroasiática. En la provincia de La Coruña se cría frecuentemente en las lindes de las fincas y de los bosques autóctonos (carballeiras –robleales-), soutos (bosques de castaños) sobre suelos profundos, aireados y ricos en nutrientes. Se extiende por los pisos colino y montano bajo de ombroclima húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:365).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para el catarro.

Se utilizan los vahos de las flores de saúco. Santa Comba (1 ref.).

También se utilizan el cocimiento de las hojas para tomar varias veces al día. Rois (1 ref.), Negreira (1 ref.), Dodro (1 ref.).

Aparato digestivo.

Dolor de estomago.

Se utiliza el cocimiento de las flores de saúco que si es por una irritación o úlceras tiene un gran poder antiinflamatorio. Dodro (1 ref.), Aranga (1 ref.).

Como purgante.

Se utiliza el cocimiento de la raíz del saúco, nos dicen que es un purgante muy fuerte por lo que hay que tener cuidado. No nos dicen dosis ni modo de empleo. Cedeira (2 ref.).

Sistema nervioso.

Para el dolor de cabeza.

Se utiliza el cocimiento de las flores del saúco y con el líquido se impregnan unos paños y se colocan en la cabeza. Negreira (1 ref.).

Sistema auditivo.

Para el dolor de oídos.

Se utiliza el cocimiento de las ramas floridas Poniendo unas gotas en el oído.

Ginecología.

Para infecciones vaginales.

Se preparaba un cocimiento de las flores de saúco y se hacían lavados vaginales. Betanzos (1 ref.).

Oftalmología.

Para las conjuntivitis.

Se hacen infusiones de las flores de saúco. Carral (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Ribeira (3 ref.).

También se hacen mezclas como: Saúco con ruda y eufrasia para lavar los ojos. Arteixo (1 ref.).

Para las inflamaciones de los ojos.

Se utilizan el cocimiento de las flores en agua para lavar los ojos inflamados, doloridos y cansados. Arteixo (1 ref.), Ordes (1 ref.), Teo (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para las varices.

Se utilizan el cocimiento de las flores de saúco para lavar las varices. A veces.

Para los hematomas.

Se utilizan las flores en un cocimiento con el que se lava la zona del golpe. Teo (1 ref.).

A veces al cocimiento se añade sulfato de cobre al 1 %. Betanzos (1 ref.).

Piel

Como cicatrizante.

Se utiliza el zumo de los frutos que se recoge en botellas para utilizar en la cicatrización de heridas. Poniéndolo encima de las mismas varias veces al día. Oroso (1 ref.). Vimianzo (1 ref.),

También se utiliza el cocimiento de las hojas para curar heridas lavándolas con un paño mojado varias veces al día. Mazaricos (1 ref.), Noia (2 ref.), Noia (1 ref.), Touro (1 ref.).

A veces se utilizan un cocimiento de las flores de saúco y luego se lavan las heridas con dicho cocimiento varias veces al día. Betanzos (1 ref.), Teo (1 ref.)

Como desinfectante.

Se utiliza con aceite de maíz y el saúco lo calentaban y lo ponían en cataplasmas cuando tienes una uña infectada. Ribeira (1 ref.).

También utilizando el agua de la infusiones de la sumidad florida del saúco para lavar las heridas. Dodro (1 ref.).

Para los eczemas.

Se utilizan las semillas (frutos) con las que se hace un cocimiento y se lava el eczema con cuidado con la infusión o también poniendo pañitos con la infusión sobre el eczema. Paderne (1 ref.).

También se utilizan el cocimiento de las flores con el que luego se lava la piel ezcematosa. Arteixo (1 ref.).

Para las infecciones de la piel.

La piel se frotaba con hojas de saúco. Mañón (1 ref.).

Para maduración de abscesos.

Se utilizaban cocimientos de las hojas y junto con las hojas en un paño se ponía el emplasto encima de la zona del absceso. Se vendaba y se dejaba actuar. A Capela (1 ref.).

Para las picaduras de las ortigas.

Se utilizan las hojas de saúco para restregarse en la zona del eritema producido por el contacto con las ortigas. Coristanco (1 ref.), Oleiros (1 ref.).

Cuando se ortigaba la gente después se hacían friegas con hojas de saúco. Pontedeume (1 ref.).

Para las quemaduras.

Se utiliza la corteza verde que se machaca y se mezcla con el aceite de oliva y grasa (pingo) y se forma una pomada que se pone en la quemadura. Ortigueira (1 ref.).

Metabolismo

Para la fiebre (febrífugo).

Se utiliza el cocimiento de la flor como febrífugo. Betanzos (1 ref.).

Para sudar.

Se utiliza el cocimiento de las flores para tomar cuando hemos cogido un frío en el cuerpo y nos encontramos mal. Coristanco (1 ref.).

Sistema urinario.

Como diurético.

Se utiliza un cocimiento de las flores de saúco para orinar más. Coristanco (1 ref.).

Usos veterinarios.

Como cicatrizante.

Se utiliza un cocimiento de las flores para las grietas de las mamas en las vacas. Se humedecen con la infusión varias veces al día. Ortigueira (1 ref.).

Se utilizan también los frutos chafados que se ponen a macerar en vino y luego se ponen encima de las heridas en animales. Santa Comba (1 ref.).

Como desinfectante.

Se utilizan el cocimiento de las hojas para lavar las heridas de los animales para desinfectarlas. Arteixo (1 ref.).

Para las belidas en los ojos.

En los animales se les hacia cocimiento de la flor de saúco y se les lavaba varias veces al día los ojos (las "belidas" son como nubes en los ojos). Mañón (1 ref.), Ortigueira (1 ref.).

Para las mamitis en las vacas.

En las infecciones de las vacas se recogían los frutos maduros, se machacaban y se ponían a ablandar en vino. Con este, se frotaban las ubres de las vacas. Boimorto (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación.

Se utilizan sus frutos maduros para hacer mermeladas. Negreira (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Monfero (2 ref.)

Para hacer cierres de fincas.

Se suele plantar en los lindes de los campos para hacer un seto a modo de barrera. Mazaricos (1 ref.).

Para aromatizar las casas.

Se utilizan las flores del saúco para dar buen olor a las casas. Teo (1 ref.).

Hierba Sanjuanera.

Se utilizan las flores de bieiteiro para poner en las casas y cuadras en San Juan, poniéndose por todas las ventanas y puertas de la casa, para espantar las meigas. Ordes (1 ref.), Mazaricos (3 ref.), Negreira 1 ref.), Santa Comba (2 ref.), Carnota (1 ref.), Ordes (1 ref.), Oroso (1 ref.).

Por otra parte también se ponen a macerar junto con más flores en agua y a la mañana siguiente se lavan la cara con el líquido resultante de la maceración. Carnota (1 ref.), Mazaricos (3 ref.), Vimianzo (1 ref.), Santa Comba (1 ref.),

Para jugar.

Para hacer los Tiratacos, se sacaba la medula del medio de la rama, ya que las ramas jóvenes de saúco tiene el tétano abierto, se buscaba una baqueta apropiada y se usaban para jugar tirando cosas (trozos de papel mojados, frutos de abrotega) a modo de lanzaderas. Ames (2 ref.), Arteixo (1 ref.), Dodro (1 ref.).

También para hacer flautas. Oza dos Ríos (1 ref.).

Para evitar las brujas y meigas.

Se ponían ramas de saúco en la entrada de las casas, ventanas, puertas para evitar el mal de las brujas Santiago de Compostela (2 ref.), Muxía (2 ref.), Mazaricos (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Oroso (1 ref.).

Para el mal de ojo.

Se solía poner en casa las flores de saúco cogidas en San Juan para evitar que entrara el mal de ojo en la casa. Oroso (1 ref.).

Mala sombra.

No es bueno ponerse debajo de la sombra de un saúco. Nos dicen que si te pones a dormir debajo, sales atontado. Dicen que el olor a las estas flores atonta. A Capela (1 ref.).

Para alejar los topos.

Se cogen ramas en forma de varas y se clavan en donde hay agujeros de topos, dicen que el olor de la madera de saúco les afecta y los aleja. Cerdido (2 ref.).

Para hacer zuecos.

Se podía utilizar esta madera aunque existen personas a las que les huele mal. Ames (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las flores contienen aceite esencial (linalol, nerol y geraniol), flavonoides (rutósido, isoquercetósido, hiperósido y astragalósido), glucósidos de ácidos orgánicos (ácido caféico y ferúlico), mucílagos, taninos, trazas de sambunigrósido, alcoholes y ácidos triterpénicos.

La corteza contiene sales potásicas, taninos, glucósidos flavónicos y fitohemaglutinina.

Los frutos contienen flavonoides (isorramnetin-3-glucósido, 3-rutinósido), antocianósidos (3-glucosil, 3-xiloglucosil, 3 ramnoglucosil-cianidol), trazas de heterósidos cianogenéticos en las semillas (sambunigrósido, holocalósido y zierósido), trazas de aceite esencial (0.01%), ácidos cítrico y málico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995: 463).

El efecto del aceite esencial junto con los flavonoides justifica el uso:

- Vía interna como:
 - Antiinflamatorio, antiséptico y expectorante en los catarros.
 - Antiinflamatorio, eupéptico en el dolor de estómago.
 - Antiséptico, diurético para orinar más.
- Vía externa como:
 - Antiinflamatorio, antiséptico bactericida en dolor de oídos, infecciones vaginales, conjuntivitis, varices, como cicatrizante, en abscesos, como desinfectante, para infecciones, quemaduras y eczemas en piel. Además de en veterinaria como cicatrizante y desinfectante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopilan usos de la planta como el de antiinflamatoria, antiséptica, antidontálgica, antiinflamatoria ocular, antiséptica ocular, anticatarral, para las jaquecas, antiinflamatoria intestinal y estomacal, descongestiva pulmonar, digestiva, antitusígena y depurativa sanguínea. Además, de formar parte de mezclas de plantas anticatarrales, aperitivas, para gargarismos, vulnerarias, refrescantes, resolutive y vulnerarias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:176-178).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se ha utilizado como anticatarral, en conjuntivitis, antihemorrágica, vulneraria y emoliente. Además de usos supersticiosos y para madera (canillas del telar) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:139-140).

En la etnobotánica de Castellón se menciona como pectoral, antiinflamatorio, antiodontálgico, hipotensor, analgésico, anticatarral, vulneraria, demulcente, astringente, diaforético, antiséptico, oftálmico, anticatarral, laxante, antihemorroidal, hemostático, febrífugo, detoxicante, carminativo y protector gástrico (MULET PASCUAL, L.; 1991:405-406). También, Mulet, señala que sus flores, de fuerte aroma, se emplean como perfume en las habitaciones de los enfermos. Sus raíces, de olor nauseabundo, se emplean en medicina popular para tratar mordeduras de víboras y perros rabiosos (MULET PASCUAL, L.; 1997:386-387).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se ha utilizado como tranquilizante, para el dolor intestinal, dolor de muelas, roturas, dolor de cabeza, fiebre, granos y forúnculos, para las heridas, quemaduras, sarna, catarros, gripe, ronquera, dolor articular, para los ojos, como diurético y además en veterinaria se menciona en mastitis y parto (SAN MIGUEL, ELIA.2004:244-245).

4-Observaciones.

Los frutos son tóxicos, al igual que las semillas, conociéndose intoxicaciones mortales (su sabor no es desagradable e invita a los niños a su consumo excesivo). Toda la planta tomada de manera continua y a altas dosis se considera tóxica. En las semillas se han detectado hasta 4 heterósidos cianogenéticos (prunasosida, sambunigrosida, holocalósido y zierósido). También se han aislado hemaglutininas cardiotoxicas.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:405-406.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:386-387.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:139-140.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:176-178.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA1995: 463.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:365.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 244-245.

***Santolina chamaecyparissus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Santolina chamaecyparissus* L.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: abrotano hembra, manzanilla amarga, santolina.

Nombres vernáculos gallegos: abrotano fémea, garda roupa, herba da loba, herba garda-roupa, herba loba, herba lombrigueira.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Arbustillo aromático de color verde-grisáceo, de 20-50 cm. Hojas alternas, lineares, dentado-pinnatisectas, tomentosas y algo carnosas. Capítulos terminales, solitarios, globosos, con flores amarillo- azufradas en tubo. Aquenios cuadrangulares (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:107).

Sobre suelos calizos, en medios más o menos trastocados: matorrales alterados, bordes de caminos, campos de cultivo abandonados, lugares sobrepastoreados y otros medios subnitrófilos. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:205). En la provincia de La Coruña se cultiva en jardines y huertos. Subespontanea.

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Dolor de estomago.

Se utiliza la infusión de las flores para el dolor de estómago. Betanzos (1 ref.).

Parasitosis.

Para las lombrices

Se utiliza la sumidad florida para hacer emplastos que se ponen encima del estomago varios días para eliminar las lombrices de los niños. Fene (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para las lombrices.

Se utiliza un cocimiento de la sumidad florida de la planta para dar al caballo para eliminar las lombrices. Mañón (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial con sustancias monoterpenoides (pinenos, canfeno), alcoholes mono y sesquiterpénicos (ledol, nerolidol, espatulenol), cetonas terpénicas (artemisiacetona y santolinenonas) y lactonas sesquiterpénicas. Además contiene ácidos fenólicos, taninos y flavonoides (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:107).

Presenta una acción antiinflamatoria- espasmolítica por los flavonoides y el aceite esencial lo que justificaría su uso en el dolor de estomago.

El aceite esencial, por sus propiedades vermífugas, explicaría su efecto vermífugo y el consiguiente uso para eliminar parásitos, especialmente en oxiuriasis y ascaridiosis.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se menciona en usos como antiséptica ocular, depurativa sanguínea, purgante, laxante, tranquilizante, para vómitos y mareos, antiespasmódica intestinal, antidismenorreica. Además de ir en mezclas de plantas analgésicas, anticatarrales, antipiréticas, digestivas, resolutivas y vulnerarias (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:179-180).

En la etnobotánica castellonense se indica como hipoglucemiante, astringente, digestiva, tónico amarga, digestiva, antiinflamatoria, vermífuga, hepatoprotector, estimulante circulatorio, vulneraria, antiespasmódica, hemostática, detoxicante, protector gástrico, carminativa y anticatarral (MULET PASCUAL, L.; 1991:409-410).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente para las alergias, como antihelmíntico, antiinflamatorio y descongestivo ocular, antiséptico y cicatrizante topico, como coadyuvante en tratamientos de hepatitis, colorante del cabello y digestivo (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:67-68).

4-Observaciones

La planta a dosis razonables carece de toxicidad, aunque puede provocar intolerancia gástrica, con náuseas y vómitos, si las infusiones son demasiado concentradas. El aceite esencial es neurotóxico. Prescribir con precaución.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:409-410.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:179-180.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:205.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:107.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:67-68.

***Scrophularia auriculata* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Scrophularia auriculata* L.

Familia: *Scrophulariaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: hierba de San Pedro

Nombres vernáculos gallegos: albichorno, albitorno, cebón, concheira, **herba concheira**, herba coucho, herba cura-carne, herba de San Pedro, herba da trola, herba das manos, herba dos conchos, herba dos lamparóns, herba dos pes, herba dos pitos, herba seoane, herba trola, herba trollo, xabron de río, zumbón.

Parte utilizada: Sumidad florida

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne, de 0.5 – 1 m, con grueso rizoma provisto de nudos y tallos tetraédricos. Llenos o casi llenos. Hojas pecioladas, simples, triangulares, con el limbo ovado-lanceolado. Doblemente serrado, de 3 – 12 cm con los dientes agudos, pequeños y relativamente regulares. Flores (III-VI) reunidas en larga panícula, largamente pedunculadas, brácteas inferiores foliáceas, el resto lanceolado-lineares; corola muy irregular con el labio inferior trilobado, verdosa y rojizo- pardusca, de 7 – 10 mm. Cápsula ovoide apiculada.

Es frecuente en orlas herbáceas de bosques planifolios, mixtos y aciculifolios, bosques riparios, frecuentemente sobre sustratos limosos húmedos. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:318). En La Coruña es frecuente en herbazales y prados de siega húmedos, orillas de arroyos y pozas de agua en suelos ricos en materia orgánica sobre rocas silíceas o calizas. Se localiza en los pisos colino y montano en ombroclima húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:352-353).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para el bocio

Se utilizaba un cocimiento de la sumidad florida de la planta, en forma de gargarismos. No tragar el líquido porque es tóxico. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene flavonoides (diosmina, diosmetina, acacetina, ramnósido), antraquinonas (reol), iridoides (aucubina, acetilharpagido, procumbido, catapol glucósido, hargagósido y harpagido), ácidos orgánicos (caféico, cinámico, ferúlico, sinápico y vainílico) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:318).

Por su contenido en flavonoides e iridoides tiene una acción antiinflamatoria importante la cual puede justificar su uso en caso de bocio.

3.2-Referencias etnobotánicas.

La única referencia encontrada del Género *Scrophularia* en la bibliografía contrastada la tiene el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), donde se menciona a las especies *S. scorodonia* L., *S. herminii* Hoffmanns & link mencionando su toxicidad y la *S. balbisii* Homem. de la que indica usos como antihemorrágica, vulneraria, cicatrizante, antiséptica y antiinflamatoria (BLANCO CASTRO, E.; 1995:99).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:99.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:318.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:352-353.

***Secale cereale* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Secale cereale* L.

Familia: *Poaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: centeno

Nombres vernáculos gallegos: centeio, centén, centeo

Parte utilizada: granos

Descripción, distribución y ecología.

El centeno es una gramínea cereal, que suele estirarse todavía más que los trigos, en condiciones excepcionales hasta los 2 m., con el ramillete en forma de apretada espiga terminal de 10 a 15 cm. Pero las glumas de las espiguillas son mucho más angostas y puntiagudas que las del trigo; y las espiguillas sólo tienen un par de flore fértiles.

Se cría casi siempre en las tierras más pobres de los climas fríos y lluviosos de toda la Península, que son los que se destinan al cultivo de este cereal. En La Coruña se cultivó más de lo que se cultiva hoy.

2-Etnofarmacología.

Usos veterinarios.

Para ayudar a expulsar las secundinas (la placenta).

Se utilizaba en forma de cocimientos de los granos de centeno que se daban a las vacas después de parir para ayudar a expulsar las secundinas (la placenta). Camariñas (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

El grano de centeno contiene alrededor del 64% de almidón y otros hidratos de carbono; del 11-14% de proteínas y algo más de grasas (del 12-13%) sobre todo en el embrión.

Se Desconoce cual o cuales son las sustancias por las que el centeno pueda tener este uso.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se menciona el cultivo del centeno actualmente se haya en declive y que su siembra no resulta rentable (BLANCO CASTRO, E.; 1995:129).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se cita al centeno para amasar con maíz para hacer tortas y como forraje (SAN MIGUEL, ELIA.2004:142-143)

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:129.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 142-143.

***Sedum acre* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Sedum acre* L.

Familia: *Crasulaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: uvas de gato, pan de cuco, racimillo, siempreviva picante.

Nombres vernáculos gallegos: herba do cao, pan de paxaro, pampaxariño, sempreviva picante, **uvas de raposa**, vermicularia.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción , Distribución y ecología

Planta herbácea vivaz, de 5-15 cm con tallos cortos. Hojas carnosas de sabor picante, alternas, las inferiores muy próximas, imbricadas y las de la parte superior distantes unas de otras.

Flores hermafroditas y pentámeras en cimas espiciformes paucifloras. Cáliz de 5 sépalos algo carnosos y con un apéndice en la base. Corola con 5 pétalos lineales-lanceolados de color amarillo y dispuestos en estrella. Androceo de 10 estambres tan largos como los pétalos. Ovario pentacarpelar súpero que da lugar a 5 frutos secos o folículos que se abren por la sutura ventral. Florece de abril a julio.

Es una planta de distribución eurosiberiana que es rara en Galicia por su carácter calcícola; podemos encontrarla en los afloramientos de rocas calizas de la parte oriental de la comunidad o en algunos arenales costeros que poseen un alto contenido en calcio procedente de conchas y moluscos marinos (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:180).

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para el reuma.

Se utiliza las hojas carnosas que se exprimen y el jugo se da en las zonas de dolor. Paderne (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas contienen alcaloides piperidínicos (sedacrina, sedamina, sedinina, sedinon), flavonoides (quercetina, limnocitrina), taninos y arbutósido (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:291).

La fracción alcaloídica y los taninos tienen una acción astringente, rubefaciente y antiséptica que justifica el uso externo de la savia de las hojas, si se aplica en fresco, sobre las zonas de dolor reumático.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utilizan las hojas en mezclas de plantas antiinflamatorias bronquiales (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:185).

En la etnobotánica castellanense se indica como antiflogística, revulsiva, hepatoprotectora, antiespasmódica, protectora gástrica y antihemorroidal (esotérica) (MULET PASCUAL, L.; 1991:417).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de callos, durezas, heridas, úlceras, tumores artríticos, tratamientos de heridas en los dedos de los pies así como inflamaciones (MUGARZA, J.; 1993:102-103).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993: 102-103.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:417.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:185.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:291.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:180.

***Sedum album* L.**

1-Datos botánicos

Nombre científico: *Sedum album* L.

Familia: *Crasulaceae*.

Nombres vernáculos.

Nombres vernáculos castellanos: hierba puntera menor, uvas de gato, uvas de lagarto, uvas de raposa.

Nombres vernáculos gallegos: boubín, herba de pedra, **herba punteira**, piñeiriña,

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta crasa, de 0.08- 0.2 m, perenne con rebrotes estériles foliosos, laxamente cespitosa; tallos erectos o ascendentes con frecuencia rojizos. Hojas esparcidas, verdes, carnosas, cilíndricas y obtusas en el ápice. Flores (VI-VIII), pequeñas, pentámeras, de color blanco, reunidas en corimbos. Pétalos más o menos obtusos en su extremo apical. Folículos erectos.

Forma parte de matorrales seriales y pastizales vivaces que se desarrollan sobre suelos esqueléticos y sustratos pedregosos poco profundos. Distribución plurirregional (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001: 292).

2-Etnofarmacología.

Piel

Como cicatrizante

Para cicatrizar las heridas se cogen las hojas se abren y se colocan encima de la herida. Tordoia (1 ref.), Mesía (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene Flavonoides, mucílagos, ácidos orgánicos y taninos. La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante además de la del efecto antiinflamatorio de los flavonoides junto con los mucílagos de propiedades emolientes justifica el uso medicinal popular como cicatrizante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica de Castellón se menciona como antiinflamatoria, hemostática, antiséptica, vulneraria, aperitiva, antitusígena, resolutive, antiflogística, antiespasmódica, digestiva, como protector gástrico, refrescante, antihemorroidal y diurética (MULET PASCUAL, L.; 1991:418-419).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), Blanco no indica ningún uso etnofarmacológico aunque la nombra porque es utilizada como forrajera (se da a las gallinas) y en etnobotánica infantil (juegos de niños) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:130).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:130.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:418-419.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001: 292.

***Senecio serpens* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Senecio serpens* L.

Familia: Asteraceae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: no se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: calsamo, balsamo

Parte utilizada: hojas .

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto enano de la familia Asteraceae. Planta perenne, suculenta de crecimiento lento, muy ramificada desde la base. Hojas azul-grisáceas con ranuras. Florece en verano. Sus flores son blancas y sus frutos son aquenios cilíndricos (www.ville.ge.ch Base de données des plantes à fleurs d'Afrique). Es tolerante a la sequía y sensible a las heladas. Se utiliza como cobertura de suelo en zonas áridas.

En la provincia de La Coruña se localiza en tejados de casas abandonadas, hórreos y alpendres. Antaño frecuentemente plantada en los jardines del mediterráneo. Planta subespontánea en Cataluña, favorecida por el cambio climático (Contribución al conocimiento de la flora alóctona catalana Collectanea Botánica (Barcelona) vol 27(2008):95-104).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para bronquitis.

El jugo de la expresión de las hojas carnosas se mezcla con azúcar ó miel formando una pasta que se come directamente. Cedeira (2 ref.), Paderne (1 ref.).

Para los catarros.

Se corta una hoja y se pone azúcar, con esto se forma una pasta que se toma para los catarros. Cerdido (1 ref.), Paderne (1 ref.).

Para la tos.

Se corta una hoja y se pone azúcar, y se dejaba macerar toda la noche y por la mañana se tomaba esta pasta para la tos. Monfero (2 ref.).

Oftalmología

Para los golpes en los ojos.

Se utilizan las hojas carnosas abriéndolas y colocando un emplasto del gel de una hoja en el ojo cerrado. Vendar y dejar toda la noche.

Piel

Para los callos.

Se utiliza cortando la hoja y poniendo la parte carnosa encima del callo, se coloca un vendaje para que este en contacto permanente el callo con la parte carnosa de la hoja y se mantiene toda la noche. Cerdido (1 ref.).

Para cicatrizar heridas.

Se utiliza el zumo de las hojas carnosas para lavar la herida. O Pino (1 ref.).

Se cortan las hojas por la mitad y se pone la parte carnosa sobre la herida. Ribeira (2 ref.), Aranga (1 ref.), Cambre (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Carral (1 ref.), Carballo (1 ref.), Noia (1 ref.), Culleredo (1 ref.).

Para disolver hematomas.

Se abren las hojas por la mitad y se pone en contacto la parte dolorida con el gel que sacan. A Coruña (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias en la bibliografía contrastada

3.2-Referencias etnobotánicas.

En los estudios etnobotánicos contrastados encontramos usos de congéneres como el *Senecio malacitanus* Huter usado como emoliente, antidontálgico, oftálmico y antiulceroso en Cabo de Gata (Almería) (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:333-334).

El *Senecio doria* L. que se utiliza como carminativo en Castellón (MULET PASCUAL, L.; 1991:421-422).

En Piloña (Asturias) se nombra el *Senecio vulgaris* como mala hierba y el *Senecio jacobea* en su posible uso de pesca (SAN MIGUEL, ELIA.2004:345)

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:333-334.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:421-422.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:345.
- www.ville.ge.ch Base de données des plantes à fleurs d'Afrique.

***Senecio vulgaris* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Senecio vulgaris* L.

Familia: *Asteraceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: senecio

Nombres vernáculos gallegos: casamelos, calsamu, cardo morto, cascabel, cháscamelo, **herba cana**, herba crecha, herba da familia, **herba das troitas**, manteigueira, morga, piparelo.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba anual, de 0.05- 0.3 m, con tallo erecto más o menos glabrescente, con hojas alternas, algo carnosas, pinnatipartidas o pinnatifidas, las inferiores algo pecioladas y las superiores sentadas y amplexicaules. Flores (I-XII) amarillas, agrupadas en capítulos cilíndricos reunidos en corimbos densos, con el involucre formado por brácteas verdes con el ápice negruzco. Aquenios parduscos, provistos de papo con pelos derechos.

Crece frecuentemente en herbazales ruderal-viarios y arvenses propios de cultivos, campos abandonados, márgenes de caminos y otros ecótopos alterados y nitrificados, de la Península Ibérica entre el nivel del mar y 1.900 m. Distribución subcosmopolita. (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:210).

2-Etnofarmacología.

Parasitología.

Para las lombrices.

Se utiliza el cocimiento de la planta entera para eliminar las lombrices. Monfero (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para pescar truchas.

Se utilizaba las sumidades floridas de la planta para una vez machacadas en un saco se introducía este en el agua para que se disolviera el zumo en el agua y así atontar a las truchas que se cogían sin mucha dificultad. Esta práctica esta prohibida y era perseguida. Monfero (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

La parte aérea contiene alcaloides pirrolizidínicos (senecionina ó aureína, senecina, seneciofilina ó senecifolidina), flavonoides (glucosidos del quercetol) y trazas de aceite esencial.

El efecto vermífugo y el icotóxico están justificados por la presencia de los alcaloides pirrolizidínicos (la senecionina actúa de forma semejante al curare). (MULET PASCUAL, L.; 1997:394).

3.2-Referencias etnobotánicas.

A nivel de referencias en los distintos estudios etnobotánicos contrastados sólo hemos encontrado citas de congeneres así en el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza el *Senecio jacobaea* L. como vulneraria y cicatrizante (BLANCO CASTRO, E.; 1995:87).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo del congener *Senecio malacitanus* Huter como emoliente, antiodontálgico, oftálmico y antiulceroso (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997: 333-334).

Y por último en el estudio de la etnobotánica de Castellón se menciona al congener *Senecio doria* L. utilizándose como carminativo (MULET PASCUAL, L.; 1991:421-422).

4-Observaciones.

A dosis altas esta planta resulta hepatotóxica, por lo que su empleo debe realizarse sólo bajo control facultativo (MULET PASCUAL, L.; 1997:394).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:87.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:333-334.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:394.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:421-422.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:210.

***Simethis mattiazii* (Vand.) Sacc.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Simethis mattiazii* (Vand.) Sacc.

Familia: Liliaceas

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: oropeso, palomino, purga de pobres

Nombres vernáculos gallegos: abórtigas, abradias, **corciana**, lancia, lencia, ouropés, ouropesa, **ouropeso**, ouropez, velorta.

Parte utilizada: la raíz.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz de 0.15–0.6 m con raíz engrosada, compuesta por un fajo a modo de fibras engrosadas, carnosas, de diámetro y longitud desiguales, de forma irregular y color parduzco. Tallo ramoso, delgado y flexuoso. Hojas lineares, con los bordes ciliados, más largas que el tallo no dísticas. Flores (IV-VI) en panícula laxa, con las ramas erecto-patentes; tépalos de 9–11 mm, blancos por su cara adaxial y purpúreos por la abaxial. Cápsula globosa y deprimida de unos 5 mm.

Forma parte de pastizales desarrollados sobre suelos silíceos, sueltos, secos y oligotrofos, originados a partir de rocas ácidas. En la Península Ibérica alcanza su óptimo en su mitad noroccidental, en donde dominan los suelos pobres en bases (Galicia, Portugal, Cantabria y País Vasco). Distribución eurosiberiana (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 1995:665). En la provincia de La Coruña crece en brezales, pinares y tojales en los diversos pisos bioclimáticos que la componen.

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Como purgante.

Se hacía un cocimiento de la raíz de la planta y se bebía el agua. Teo (1 ref.), Canota (1 ref.).

Para mover el vientre.

Se utilizaba el cocimiento de la raíz para mover el vientre. Mazaricos (1 ref.), Monfero (2 ref.), Oroso (1 ref.), Boqueixón (2 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Touro (1 ref.).

También en ocasiones se utilizaba una lavativa del cocimiento de la planta para cuando se tiene estreñimiento. Padrón (1 ref.).

Sistema urinario

Como diurético.

Se hace un cocimiento de la planta para tomar. Monfero (2 ref.).

Para la próstata.

Se cocía la raíz y se bebía del agua, Teo (1 ref.)

Usos veterinarios.

Maduración de abscesos.

En las vacas se utiliza la planta para frotarla y después dejarla encima de la zona del absceso para madurarlo. Santiago de Compostela (1 ref.).

Como purgante.

Se hacía un cocimiento de la raíz de la planta y se daba a beber al animal. Teo (1 ref.).

Como ruminatorio.

Se daba a las vacas un puñado de sumidad florida con el pienso. Monfero (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las raíces de esta planta contienen oximetilantraquinonas, en parte libres y en parte formando heterósidos con la maltosa y la glucosa (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 1995:665).

Su efecto laxante-purgante está justificado por el efecto de las oximetilantraquinonas de la raíz.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se menciona como antidiurético y antihelmíntico (BLANCO CASTRO, E.; 1995:128).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:128.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 1995:665.

***Solanum dulcamara* L.**

1-Datos botánicas.

Nombre científico: *Solanum dulcamara* L.

Familia: *Solanaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: amaradulce, amargamiel, dulcamara, matagallinas, uvas del diablo.

Nombres vernáculos gallegos: bon varón, escornacabras, mexacán, mexos de can, saltasebes, uvas de bon varón, **uvas de can**.

Parte utilizada: frutos

Descripción, distribución y ecología.

Planta subleñosa de 30-150 cm, muy ramosa y escandente. Hojas alternas oval-agudas, enteras las inferiores y divididas en tres lóbulos las superiores. Inflorescencias en racimos irregulares de cimas colgantes. Flores azul-violáceas manchadas de amarillo. Frutos en baya ovoide, colgantes, carnosos y rojos en la madurez, conteniendo numerosas semillas reniformes (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:254).

Se encuentra en bordes de lagunas, lagunazos, cursos de agua permanente y fangales, formando parte del sotobosque de choperas y otros bosques riparios, siempre que estén algo alterados y nitrificados (saucedas, fresnedas y olmedas) o de sus etapas degradativas, siempre que se mantengan los suelos profundos y húmedos permanentemente, entre el nivel del mar y 1.550 m. Distribución lateurosiberiana. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:601). Esta planta es frecuente en toda Galicia extendiéndose por los pisos colino y montano en ombroclimas húmedo e hiperhúmedo.

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Toxicidad.

Nos informaron que la planta era muy tóxica, sobre todo sus frutos. Paderne (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los tallos y las cortezas de las ramas contienen saponósidos y glucoalcoídeos esteroídicos (solaceína, solanina, dulcamarina), taninos, pectina y sustancia amarga.

Los frutos contienen solanina. Son más peligrosos antes de madurar ya que una vez maduros no contienen más que saponinas neutras menos peligrosas (MULET PASCUAL, L.; 1997:399).

3.2-Referencias etnobotánicas

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago en el tratamiento de picaduras de abejas, avispa y mosquitos además de para el tratamiento de lavado del cutis y piel (MUGARZA, J.; 1993:49).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:49.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:399.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:254.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:601.

***Solanum melongena* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Solanum melongena* L.

Familia: *Solanaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: berenjenera.

Nombres vernáculos gallegos: berenxena.

Parte utilizada: Fruto (que es comestible cuando no es amargo).

Descripción, distribución y ecología.

Planta ramificada, de 0.2–1 m con grandes hojas ovadas y pubescentes a menudo con espinas sobre las nerviaciones. Flores (VII-X) solitarias, con la corola violácea o purpúrea. Fruto en baya, frecuentemente oblonga, de color variable (desde blancuzcas moteadas de manchas violáceo-azuladas a negro-violáceas), con carne blancuzca.

Originaria de la India, se cultiva para el aprovechamiento de sus bayas (berenjenas), especialmente en cultivos de regadío. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:603)

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para bajar el colesterol.

Se utiliza el agua de la maceración de la berenjena fruto durante toda la noche. Ferrol (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene antocianósidos, ácidos fenólicos (caféico), saponósidos, colina, trigonellina, principio amargo (del grupo de los glucoalcaloides) y sales minerales.

Probablemente los ácidos fenólicos junto a las trazas de principio amargo sean los responsables de la acción hipocolesteremiante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

El uso de esta planta como hipocolesteremiante fuera del ámbito de nuestro estudio, está muy extendido y diversificado se tiene referencia de esta aplicación en:

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como hipocolesteremiante y antiverrucoso. Además de tener usos alimentarios (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:306-307).

En la etnobotánica castellanense se menciona como antiverrucosa, antihemorroidal y hipocolesteremiante (MULET PASCUAL, L.; 1991:432).

En Granada se usa en medicina popular como hipocolesteremiante (GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M^a.; 1989:287).

4-Observaciones.

La toxicidad de esta especie de la familia de las solanáceas se elimina colocando la planta en remojo o sometiéndola a altas temperaturas. Popularmente el “agua de berenjena” obtenida al macerar el fruto troceado, picado o exprimido.

5-Bibliografía.

- GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M^a. “Investigaciones etnobotánicas en la provincia de Granada” Tesis Doctoral, inédita. Facultad de farmacia de Granada; 1989:287.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:306-307.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:432.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar; 2001:603.

***Solanum nigrum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Solanum nigrum* L.

Familia: *Solanaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: hierba mora, tomatillos del diablo.

Nombres vernáculos gallegos: herba da fistula, herba das bagas, herba de Santa Mariña, herba dona, **herba moura**, herba negral, uvas do can.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea, de 0.1-0.6 m, a veces algo lignificadas en la base, muy polimorfa, más o menos erecta, ramificada. Hojas alternas, pecioladas, ovado-rómbicas u ovado- lanceoladas, enteras o a veces dentadas. Flores (I-XII) en cimas extraaxilares umbeliformes, con (3)-5- 10 flores, sostenidas por un pedúnculo común erecto- patente; cáliz pentalobulado, acampanado; corola estrellada, con cinco pétalos blancos. Bayas carnosas de color negruzco y cuando maduras, del tamaño de un guisante y sobre pedúnculos reflejos.

En medios alterados y nitrificados, con intensa influencia antropozoógena (escombreras, campos de cultivo, base de muros y paredones, solares, ejidos, corrales, etc...). Común en casi todo el territorio ibérico, entre el nivel del mar y 1.500 m. Distribución Subcosmopolíta. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:604).

2-Etnofarmacología.

Piel

Para las boqueras.

Se utiliza la planta machacándola y el jugo fresco se utiliza para poner directamente en la boquera. Vimianzo (1 ref.).

Usos veterinario

Para el “ardio”

Se utilizaba el cocimiento de la planta para curar el “ardio”, una enfermedad de la piel que se da en los lechones. Parece como si la piel se escaldara. Curtis (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Toxicidad.

Es una planta muy tóxica. Hay que tener mucho cuidado. Noia (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene un alcaloide tóxico en los frutos (solanina) y saponinas. La planta también contiene solasonina (de acción hemolítica), solamargina, solanigrina, rutina, asparagina, fitosterina, ácidos grasos, taninos y nitratos (MULET PASCUAL, L.; 1991:432-433).

La presencia de glucoalcaloides (solanina) que tienen una acción analgésica y los taninos podrían justificar su uso en las boqueras y el “ardio”

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se emplea como antiodontálgico, antiinflamatorio y vulnerario (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:307-308).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se menciona que hay que tener cuidado con la toxicidad al darla por error entre el forraje de los cerdos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:111).

En la etnobotánica de Castellón se menciona como antiviral y se menciona sobre la toxicidad en veterinaria (MULET PASCUAL, L.; 1991:432-433).

4-Observaciones.

Se trata de una planta narcótica, sedante y venenosa. Las cantidades de principios activos tóxicos varían según el clima, el tipo de suelo y la estación del año. Toda la planta es tóxica sobre todo en estado fresco y los frutos por su contenido en solanina y saponinas (MULET PASCUAL; 1997:400-401).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:111.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:307-308.
- MULET PASCUAL, L “Flora tóxica de la Comunidad Valenciana”. Diputación de Castellón, 1997:400-401.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:432-433.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001: 604.

***Solanum tuberosum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Solanum tuberosum* L.

Familia: Solanaceae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: patata, patatera

Nombres vernáculos gallegos: castaña de terra, **pataca**, pataqueira

Parte utilizada: Tuberculos (patatas).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz con hojas divididas en segmentos desiguales. Las hojas alternas. El fruto, es una baya de color verde amarillento pero éstos no son comestibles sino que lo son los tubérculos que maduran desde principios de verano a otoño, según las especies. Flores dispuestas en cimas con corola blanca o azulada. Florece en primavera y verano.

Originaria de Centroamérica. Caméfito nitrófilo común en el territorio estudiado. Cultivada para el aprovechamiento de sus tubérculos.

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para el dolor de cabeza.

Se utiliza el fruto, la patata y se hace en finas lonchas que luego se coloca pegadas a la cabeza. A Coruña (2 ref.).

Aparato digestivo

Para las encías

Se utilizaban las peladuras de las patatas para la inflamación de las encías. Arteixo (1 ref.).

Piel

Para las quemaduras.

Se utiliza el fruto para las quemaduras rallado y puesto a modo de emplasto en la zona a tratar y se tiene que renovar continuamente en cuanto se seque. Ortigueira (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para fumar.

Cuando había tiempos de escasez en la posguerra se utilizaban las hojas de patatera secas para fumarlas. Oleiros (2 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los tuberculos contienen almidón, sales minerales, oligoelementos y taninos. Las patatas que adquieren coloración verde en superficie contienen además glucoalcaloides (solanina).

Sustancias como el almidón, las sales minerales, los oligoelementos y los taninos son los que justifican su efecto antiinflamatorio, cicatrizante en las encías y quemaduras.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería) se indica como laxante, analgésico, vulnerario y antitusivo (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:309).

En la etnobotánica castellonense se menciona su uso como demulcente, antiinflamatorio, antilitiásica, diurética, antirreumática y protector gástrico (MULET PASCUAL, L.; 1991:433-434).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de las inflamaciones de varices y pies, así como para el tratamiento de las quemaduras de primer grado (MUGARZA, J.; 1993:109).

4-Observaciones.

El tubérculo cuando adquiere coloración verde contiene alcaloides (solanina) siendo entonces tóxico.

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:309.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio. 1993:109.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:433-434.

***Sonchus oleraceus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Sonchus oleraceus* L.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: cerraña común.

Nombres vernáculos gallegos: cerraxa, ferroio, leitaruga.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba de 0.2-0.8 m, glabra o más o menos glanduloso- pubescente en la sumidad florida. Hojas alternas, amplexicaules, pinnatipartidas y con los segmentos orientados muchas veces hacia abajo, no espinulosas. Flores (I-XII) liguladas de color amarillo vivo agrupadas en capítulos glabros, raramente más o menos pubescentes, de base hinchada. Aquenios de superficie rugosa.

Crece frecuentemente en medios alterados y nitrificados, frecuentemente herbazales arvenses y ruderales. Plurirregional (mediterránea- eurosiberiana) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:214).

2-Etnofarmacología.

Aparato urinario.

Diurético

Se utiliza el cocimiento de la planta. Tomar el agua varias veces al día para eliminar líquidos. Boimorto (1 ref.).

Veterinario

Forraje para conejos

Se utiliza la sumidad florida de la planta para dar a los conejos a modo de pienso. Sobrado (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene flavonoides, probablemente responsables de su acción diurética que justifica su uso popular.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se ha utilizado como depurativo y antiácido (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:335-336).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse como forraje de animales (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:189).

En la etnobotánica castellonense se menciona como refrigerante en la elaboración de ensaladas (MULET PASCUAL, L.; 1991:435).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza su congénere *Sonchus Asier* (L.) Hill. Como planta forrajera para los cerdos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:88).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:88.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 335-336.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:435.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:189.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:214.

Stellaria sp.

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Stellaria sp.*

Familia: *Caryophyllaceae.*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: hierba pajarera

Nombres vernáculos gallegos: herba paxareira, maruxa, **moruxa**

Parte utilizada: Sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta anual de hojas opuestas de ovadas a ovado-redondeadas, agudas; las inferiores pecioladas, las superiores subsésiles o sésiles. Flores con 5 pétalos profundamente bipartidos, menores que los sépalos. Fruto en cápsula piriforme. Semillas tuberculadas.

Crece en terrenos removidos y cultivos. Sobre todo en suelos algo húmedos.

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Dolor de barriga.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida. Luego se utiliza un emplasto en el vientre. Boqueixón (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos.

Toxicidad.

Hay que tener cuidado porque esta planta es tóxica si la comen los conejos, sobre todo húmeda, pues los envenena. Mazaricos (1 ref.), Ferrol (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Curtis (1 ref.), Ribeira (2 ref.), Dodro (2 ref.), Negreira (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Rois (2 ref.), Mazaricos (4 ref.), Carnota (1 ref.), Aranga (1 ref.), Vimianzo (2 ref.), Ordes (1 ref.), Boqueixón (2 ref.), Vedra (1 ref.), Touro (1 ref.), Boiro (1 ref.), Noia (1 ref.), Muxía (3 ref.), Rianxo (1 ref.), Pontedeume (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene saponósidos y sales potásicas.

Probablemente el alto contenido en saponósidos con efecto hemolítico sea el causante de la intoxicación aguda que produce la muerte en animales pequeños (conejos).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se menciona la *Stellaria media* L. sin ningún uso especial aunque se hace el comentario que nace muy abundante en las huertas como mala hierba y que la come bien el ganado (Seixo) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:121).

En el libro “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares” se cita la *Stellaria media* como planta tóxica por vía interna, que ha sido utilizada externamente como antieccematosa, antipsoriásica y antirreumática (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001: 278).

No se ha encontrado ninguna mención a la toxicidad en conejos en la bibliografía contrastada. Información esta que 31 informantes a lo largo de la Provincia de La Coruña nos han dado.

4-Observaciones.

Las especies del Genero *Stellaria* que podemos encontrarnos en la Provincia de La Coruña son la *Stellaria alsine* Grima, *S. graminea* L., *S. holostea* L. y la *S. media* L. (NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; 1994:48).

Según la ORDEN SCO/190/2004, de 28 de Enero del Ministerio de Sanidad y Consumo esta prohibido la venta de esta planta por su toxicidad.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:121.
- NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J. “Catalogo da flora vascular galega”. Colección investigación y desenvolvemento Nº 5. Servicio de Estudios e Publicacións da consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia.1994:48.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:278.

***Symphytum officinale* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Symphytum officinale* L.

Familia: Borraginaceae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: consuelda

Nombres vernáculos gallegos: soldaconsolda, solda

Parte utilizada: raíz.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba perenne con tallo robusto, anguloso y alado en el ápice, de hasta 1 m. Numerosas ramas con hojas oval-lanceoladas de borde ondulado. Flores tubulares de blanco a blanco-azuladas agrupadas en cimas terminales escorpiodeas. Fruto en tetraquenio con núculas lisas y brillantes. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:232).

En Galicia se encuentra en las cuatro provincias. Crece en bosques tanto caducifolios como perennifolios, en suelos frescos, aireados y ricos en nutrientes sobre rocas silíceas o calizas. Se extiende por los pisos montano bajo y medio en ombroclimas húmedo e hiperhúmedo

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para dolores articulaciones.

Se utiliza la raíz (que se lava y se cepilla para quitar la tierra) y luego se pone a macerar en aguardiente de trigo al 30-40% se macera 2 semanas a la serena y luego se dan friegas con ese líquido. Fene (1 ref.)

Usos veterinarios.

Para la retracción de la matriz.

Se utiliza los vapores del cocimiento de la raíz para llevar la matriz al sitio después del parto. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene en la raíz alantoina (0.6-0.8%), taninos, resina, goma y azúcar. Los mucílagos junto a los taninos le confieren propiedades antiinflamatorias, demulcentes que pueden justificar su uso en dolores articulares.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellonense se ha utilizado como demulcente (los emplastos de hojas) (MULET PASCUAL, L.; 1991:440).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago se indica el empleo del congenero *Symphytum tuberosum* en el tratamiento de las úlceras, llagas, heridas, hinchazones, golpes, grietas y quemaduras solares (MUGARZA, J.; 1993:137).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:137.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:440.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:232.

***Tanacetum parthenium* (L.) Schultz Bip.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Tanacetum parthenium* (L.) Schultz Bip.

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: crisantemo de jardín, magarza, tanaceto.

Nombres vernáculos gallegos: herba de Nosa Señora, herba de San Xoán, herba de Santa María, herba madroa.

Parte utilizada: sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2124).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea erecta de 30-80 cm, ramosa. Hojas pecioladas de color verde claro, pinnatisectas con 3-7 pares de segmentos oblongos inciso-dentados. Capítulos numerosos reunidos en corimbos terminales con una banda externa de flores liguladas. Frutos en aquenio terminados en un reborde membranoso.

Originaria de los Balcanes y naturalizada como planta ruderal-viaria en la mayor parte de Europa (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:243). En La Coruña se encuentra cultivada en huertas, jardines y subespontaneizada.

2-Etnofarmacología.

Ginecología.

Para regular el menstuo.

Se utiliza la decocción de la sumidad florida para tomar 2-3 veces al día. Muxía (2 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como Hierbas sanjuaneras.

Se cogen el día de San Juan y se ponen a remojo por la noche con otras plantas en flor. A la mañana siguiente se lava la cara. Coristanco (1 ref.).

También se ponen en las puertas y ventanas junto a los cardos para evitar las meigas. Boqueixón (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (0.2-0.4%), ácidos fenólicos, flavonoides, lactonas sesquiterpénicas (germacranólido, el partenólido y derivados) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:243).

Tanto los flavonoides como antiinflamatorios como las lactonas por su poder antiespasmódico a nivel de fibras musculares y el efecto del aceite esencial justifican el uso que se da al *T. parthenium* L. para la regulación del menstuo.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se ha empleado en usos mágico-religiosos la noche de San Juan y asimismo en cataplasmas en los pies sin concretar su uso (BLANCO CASTRO, E.; 1995:82).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se utiliza en veterinaria para “tornar el remuc a les vaques y cabres” (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:193).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para el dolor menstrual (SAN MIGUEL, ELIA.2004:244). Uso este ginecológico como el recopilado en nuestro estudio.

Otro congenero, como es el *Tanacetum corymbosum* (L.) Schultz Bip. Es utilizado en la etnobotánica castellanense como digestivo, antiespasmódico y amargo-tónico.

Aunque no nos pongan las zonas a las que están supeditados los usos, existen tratados que dejan constancia de su empleo popular como emenagogo en el tratamiento de las dismenorreas entre otras aplicaciones (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:318) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:244).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:82.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:193.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:243-244.

- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:318.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 244.

***Tanacetum vulgare* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Tanacetum vulgare* L.

Familia: *Asteráceas*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: atansia, hierba lombricera, tanaceto

Nombres vernáculos gallegos: herba da triaca, herba da triaga, herba das lombrigas, herba lombrigueira, triaca, triaga.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz, erecta, con hojas divididas en segmentos lobulados. Capítulos amarillos reunidos en corimbos compuestos.

Se localiza en praderas y sotobosques de bosques húmedos euroasiáticos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:473). En La Coruña se cultiva en jardines y huertos y raramente se encuentra subespontaneizada como resto de antiguos cultivos.

2-Etnofarmacología.

Usos veterinarios.

Para problemas digestivos.

Se utilizaba el cocimiento de la planta en una cazuela con agua y se le da al animal. Coristanco (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (0.6) rico en tuyona, borneol, cineol, crispolida; tanacetina (principio amargo); taninos, flavonoides, mucílagos y ácido caféico.

Los flavonoides le confieren propiedades espasmolíticas que junto con algunos componentes del aceite esencial le confieren una acción carminativa, amargo-eupéptica útil en problemas digestivos de animales. Además, el aceite esencial es el responsable de su acción antihelmíntica importante a la hora de eliminar parásitos del tubo digestivo.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se ha utilizado como antihemorroidal, cardiotónico y en timpanitis (veterinaria) (BLANCO CASTRO, E.; 1995: 151-152).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se ha utilizado como componente en la preparación de bebidas de hierbas (ratafia) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:193).

4-Observaciones.

Por el contenido de tuyona, es conveniente prescribirlo con cautela y de forma discontinua, debido al escaso margen terapéutico y su potencial de toxicidad.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:151-152.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:193.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:473.

Taraxacum officinale Weber

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Taraxacum officinale Weber*

Familia: *Asteraceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: amargón, diente de león.

Nombres vernáculos gallegos: dente de león, leitaruga, meixacán, mexacán, paciporca,

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz provista de raíz pivotantes y hojas en roseta divididas en lóbulos desiguales triangulares. Escapos huecos terminados en un capítulo de flores liguladas amarillas. Fruto en aquenio provisto de vilano.

Crece en prados y herbazales nitrificados, sobre suelos frescos del mundo holártico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:250).

En la provincia de La Coruña lo podemos encontrar en claros de bosques, orillas de caminos, carreteras, huertas y sobre todo en prados bien abonados en cualquier tipo de sustrato rocoso.

2-Etnofarmacología.

Aparato Locomotor

Para el reuma.

Se utiliza la sumidad florida de la planta para freírla con el aceite que luego se ponía en la zona de dolor con un paño caliente. Sobrado (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para la acidez.

Se utiliza el cocimiento de la planta para la acidez de estómago. Coristanco (1 ref.).

Como digestiva.

Se utiliza el cocimiento de la planta para la mejora de la digestión. Coristanco (1 ref.), Cerceda (1 ref.).

Aparato circulatorio.

Para activar al circulación

Se toma el cocimiento de la planta varias veces al día. A Coruña (1 ref.).

Sistema urinario

Como diurético.

Se utiliza el cocimiento de la planta para tomar y hacer orinar a los animales cuando no podían. Ortigueira (1 ref.), Coristanco (1 ref.).

Metabolismo.

Para los cálculos biliares.

Se utilizan el cocimiento de tallos sin cabezuelas. Fene (1 ref.).

Depurativa.

Como depurativa se utiliza el cocimiento de las hojas. Muxía (2 ref.), Santa Comba (1 ref.), Coristanco (1 ref.), Monfero (1 ref.).

Para la diabetes.

Se utiliza la decocción de las hojas. Coristanco (1 ref.).

Para mejorar el funcionamiento hepático.

Se toma el cocimiento de la planta. Arteixo (1 ref.)

Otros usos etnobotánicos.

Para utilizar como verdura en ensaladas.

Se utiliza la sumidad florida limpia y troceada en ensalada. Arteixo (1 ref.), Muros (1 ref.), Ferrol (2 ref.), Coristanco (1 ref.), Carral (1 ref.), Paderne (1 ref.), Teo (1 ref.).

Como forraje en animales.

Es una planta que suelen comer bien Cerdos, conejos, vacas, etc... Negreira (1 ref.), Touro (1 ref.).

Mala hierba.

Dicen que es una mala hierba porque no deja crecer la hierba que siembran para los animales. Negreira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene triterpenos derivados del taraxastano el látex (taraxasterol, isolactucérol, carnidiol, faridiol y amirina), fitoesteroles (estigmasterol, sitosterol), inulina, fructosa, principios amargos (lactonas sesquiterpénicas, heterósidos de germacranólidos ácidos), pectina, colina, ácidos fenil-carboxílicos (caféico y p-hidroxifenilacético), gomas, resinas, carotenoides, sales minerales (K, Mn), flavonoides (apigenol y luteolol- 7-glucósidos y mucílagos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., 1995:250).

El uso digestivo esta justificado por la presencia de principios amargos (amargo salino) que le da una acción aperitivo-eupéptica a la planta.

El efecto diurético osmótico producido por las sales de potasio unido a la inulina y a los ácidos fenólicos evidencia su uso como diurético en medicina popular.

El efecto hipoglucemiante suave debido a las lactonas sesquiterpénicas explica su uso para bajar el azúcar en diabetes.

El uso como depurativo es debido a la sinergia de acciones farmacológicas como la acción colerética debida a los flavonoides y a los ácidos fenil-carboxílicos, la labor laxante debida a la inulina y los derivados triterpénicos y a la acción diurética osmótica de la inulina, de las sales potásicas y de los ácidos fenólicos.

El efecto colerético de los ácidos fenil-carboxílicos y los flavonoides puede provocar una expresión de la vesícula biliar produciendo una salida de barro biliar e incluso cálculos de pequeño calibre. Lo que podría justificar su utilización para expulsar cálculos biliares.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), la nombra como planta forrajera en cerdos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:122).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se ha utilizado en medicina popular como depurativa sanguínea, laxante, digestiva, hipocolesteremiante, antiirreumática, hepatoprotectora y en alimentación (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:193).

En la etnobotánica castellonense se utiliza como aperitiva, detoxificante hepático y hepatoprotector. Además en alimentación se utiliza como condimento refrescante y verdura (MULET PASCUAL, L.; 1991:442-443).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para los dolores articulares y las infecciones de orina (SAN MIGUEL, ELIA.2004:244).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como diurético y laxante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:71-72).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:122.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:442-443.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:193.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:250.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias). Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 244.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:71-72.

***Taxus baccata* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Taxus baccata* L.

Familia: *Taxaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: tejo

Nombres vernáculos gallegos: Teixeira, teixeiro, **teixo**, teixoeira

Parte utilizada: ramas

Descripción, Distribución y ecología.

Arbusto o árbol que puede llegar a los 15-20 m, muy ramificado con ramas principales extendidas formando una copa piramidal. Las ramas jóvenes son angulosas y de color verde, mientras que las viejas son cilíndricas y con corteza pardo-rojiza. Las hojas son largas y estrechas (10-20 x1.5-2.5 mm), lineales, verde-oscuras por la cara, más pálidas y con el nervio saliente por el envés. Flores dioicas con pie macho y pie hembra.

En Galicia se encuentra frecuentemente en las fragas de las montañas de la parte oriental, llegando a las Fragas do Eume (A Coruña). Por el occidente. Prefieren suelos calcareos o ricos en bases, fondos fértiles y húmedos. Resiste el frío y la sombra. Se mezcla con el carballo, el saúco, el haya en el piso montano en ombroclima húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:79-80).

2-Etnofarmacología.

Usos Veterinarios.

Toxicidad.

Las ramas son tóxicas, no las pueden comer los animales porque se envenenan con ellas. Monfero (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene el alcaloide taxina (mezcla de esteres diterpénicos del tipo del taxano) en las raíces, ramas, hojas y semillas, excepto en los arilos (donde su

carne roja es dulzona y posee pequeñas cantidades de milosina y efedrina). También contiene un glucósido cianogenético (taxifilina) y se cita otro con el nombre de taxicantina. Además tiene flavonoides (esciadopitisina, ginkgetina) y biflavonoides (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:103).

La taxina es un tóxico cardiaco y del sistema nervioso central. En caballos, asnos y mulos es más frecuente esta intoxicación por masticar sus hojas y cortezas (les resultan apetecibles) pudiendo morir en menos de una hora. Debido a esto, se justifica la información obtenida sobre su potencial toxicidad. Sin embargo, las aves comen impunemente los frutos ya que parece que la semilla atraviesa el tracto digestivo sin romperse (MULET PASCUAL, L.; 1997:415-418).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se menciona en usos religiosos (plantado junto a capillas e iglesias), ornamentales y mágico-protectores. Además también se informa sobre su toxicidad (BLANCO CASTRO, E.; 1995:148-149).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) lo menciona plantado cerca de los cementerios y como madera para hacer vigas (SAN MIGUEL, ELIA.2004: 191-197)

4-Observaciones.

La semilla es muy tóxica, pero si no se mastica, se elimina sin digerir. Dado que al comerse los frutos rojos las semillas tóxicas no se suelen masticar no suelen haber intoxicaciones estas son más frecuentes por mordisquear sus hojas y ramas.

Se aconseja plantar pies masculinos para evitar la atracción de los niños sobre los arilos rojos de los pies femeninos (MULET PASCUAL, L.; 1997:415-418).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:148-149.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:415-418.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:103.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:79-80.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias). Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:191-197.

***Thymus vulgaris* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Thymus vulgaris* L.

Familia: *Lamiaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: tomillo

Nombres vernáculos gallegos: tomelo, tomentelo, tomiño

Parte utilizada: Sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Arbustillo intrincado de hasta 40 cm, de aspecto grisáceo y con tallos leñosos tortuosos. Hojas lineares, opuestas, de envés tomentoso, y borde revoluto. Flores bilabiadas de color rosáceo, reunidas en glomérulos axilares o terminales.

Lugares secos y soleados. Cultivada con cierta frecuencia (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 2001:479).

Aunque es más frecuente en las zonas montañosas de Lugo y Pontevedra en lugares secos y soleados. En La Coruña lo hemos encontrado cultivado en jardines y huertas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2813).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para las bronquitis.

Se utiliza la infusión de la sumidad florida de la planta varias veces al día. Arteixo (1 ref.), Monfero (2 ref.).

Para los catarros.

Se utiliza la infusión de la sumidad florida varias veces al día. Santa Comba (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Ortigueira (1 ref.).

Para la garganta

Se utiliza la infusión de la sumidad florida para hacer gárgaras. A Coruña (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

Para la tos.

Se utiliza la infusión de la sumidad florida varias veces al día. Coristanco (1 ref.), Santa Comba (3 ref.).

Aparato digestivo.

Para la boca.

Se utilizan infusiones de la planta para hacer enjuagues y gárgaras y luego tomar la infusión. A Coruña (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Se utiliza la infusión de la sumidad florida para los dolores del vientre. Monfero (2 ref.).

Sistema urinario

Como diurético.

Se utiliza la infusión de la sumidad florida. Coristanco (1 ref.).

Sistema nervioso.

Como relajante.

Se muele y se pica poniéndose con carbón como si fuera incienso de quemar. Se respira del humo. Mazaricos (1 ref.).

Metabolismo

Como sudorífico.

Se utiliza una infusión de la sumidad florida. Coristanco (1 ref.).

Piel

Como desinfectante de heridas.

Se utiliza la infusión de la sumidad florida para lavar la herida. Coristanco (2 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como condimento.

Se suele utilizar las hojas secas para cocinar tanto platos de pescado como carne. También se pone en ensaladas, platos de pasta, etc... Ribeira (1 ref.), Aranga (1 ref.), Rois (1 ref.), Brión (1 ref.), O Pino (1 ref.), Touro (1 ref.), Moeche (1 ref.), Touro (2 ref.), Monfero (5 ref.), Noia (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Negreira (1 ref.), Muros (2 ref.), Mazaricos (2 ref.), Monfero (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Toques (1 ref.), Padrón (1 ref.), Dodro (1 ref.), Oroso (2 ref.), Vimianzo (2 ref.), Brión (1 ref.), Muxía (1 ref.), Vedra (1 ref.), Ordes (1 ref.), Teo (1 ref.), Arteixo (1 ref.), Frades (1 ref.), Vilasantar (1 ref.), Boimorto (2 ref.), Val do Dubra (1 ref.).

Para hacer morcillas.

Se utiliza las hojas troceadas para hacer morcillas. Santa Comba (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene aceite esencial (0.8-2.5%) compuesto de monoterpenos (limoneno, pineno, cimeno, terpineno), monoterpenoles (linalol, geraniol, cismircenol), esteres terpénicos (timol, carvacrol), ácidos fenil-carboxílicos (ácido clorogénico y caféico), flavonoides y flavonas, taninos, saponósidos y principio amargo (serpilina) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 2001:479).

La presencia de aceite esencial reforzado con los flavonoides justifica su uso como antitusivo y como antiinflamatorio en faringitis. La presencia del aceite esencial de efecto antibacteriano, antifúngico y antivírico argumenta el uso de la planta en las bronquitis, catarros y como desinfectante de heridas.

La presencia de flavonoides junto al aceite esencial produce un efecto diurético que justifica su uso para hacer orinar más.

El efecto espasmolítico del timol y el carvacrol del aceite esencial complementado por los flavonoides justifica el uso del tomillo en el dolor de barriga.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se mencionan como usos medicinales populares del tomillo: la hipertensión, sedante, hipoglucemiante, anticatarral, digestivo, vermífugo, antirflatulento, antiséptico y laxante. Además de cómo condimento en comidas y para la preparación de licores y bebidas de hierbas (ratafia) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:195-196).

En la etnobotánica castellonense se ha utilizado como antiséptico, digestivo, antiinflamatorio, antidontálgico, analgésico, vulnerario, astringente y corrector organoléptico, diurético, antiespasmódico, hipotensor, antipruriginoso, estimulante circulatorio, antirreumático, demulcente, anticatarral, corrector organoléptico, antitusígeno, sedante nervioso, demulcente, antineumocócico, estimulante circulatorio, antitumoral, detoxificante, hemostático, astringente, hipocolesteremiante, antihemorroidal, hepatoprotector, antifúngico, antisárnico, vermífugo, antiasmático, carminativo y hipoviscosizante sanguíneo (MULET PASCUAL, L.; 1991: 450-451).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea como condimento y para el dolor de cabeza (SAN MIGUEL, ELIA.2004: 229).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como carminativo, digestivo, diurético, estimulante del crecimiento de la piel, hipocolesterolemiante, laxante y como producto de belleza (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:147-148).

4-Observaciones.

Muchos de estos usos son del *Thymus vulgaris* L. comprado en herbolario, farmacia y supermercado en filtros o en planta seca. En algunos casos hemos tomado muestras de jardines y huertos donde tenían plantadas esta entre otras plantas medicinales para su autoconsumo.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:450-451).
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:195-196.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 2001:479.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:229.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:147-148.

***Tilia cordata* Mill.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Tilia cordata* Mill.

Familia: *Tiliaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: tilo

Nombres vernáculos gallegos: tileiro.

Parte utilizada: inflorescencias y albura.

Descripción, distribución y ecología.

Grandes árboles muy ramificados, pudiendo alcanzar hasta 30m de altura, con hojas cordiformes acuminadas y flores agrupadas en cimas de 4-15flores(a diferencia de las 2-7flores de la *T. platyphyllos* Scop.) con el eje de la inflorescencia presentando una bráctea membranosa. Fruto en cápsula pequeña indehiscente.

Son árboles espontáneos en la mayor parte de Europa, formando parte de bosques caducifolios. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:477). En la provincia de La Coruña, se encuentran ejemplares cultivados en jardines.

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para relajar.

Se utiliza las flores de tila para tomar en infusión. Ames (1 ref.), Somozas (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Cambre (1 ref.), Curtís (1 ref.), Teo (1 ref.), Betanzos (1 ref.), Cedeira (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las flores contienen flavonoides (rutósido, hiperósido, quercitrosido), ácidos fenil-carboxílicos (caféico, clorogénico), proantocianidoles, aceite esencial (0.02% de composición compleja), taninos y mucílagos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:477).

La presencia del aceite esencial y flavonoides que tienen un efecto sedante del sistema nervioso de relación actuando sobre los receptores para las benzodiazepinas lo que justifica el uso en medicina popular como relajante.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, ha sido utilizada la *Tilia cordata* Mill. como sedante y también para preparar licores (ratafia) (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:197).

En otros estudios etnobotánicos han sido utilizados otros congéneres; así, la *Tilia platyphyllos* Scop. ha sido mencionada en la etnobotánica de Gerona como anticatarral, tranquilizante, sedante, diurética, diaforética, hipotensora y anticefalálgica (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:197).

En la etnobotánica castellanense se ha utilizado como sedante nerviosa, anticatarral, antigripal, detoxicante, digestiva, hipoviscosizante sanguíneo, hipotensor, antilitiásico (MULET PASCUAL, L.; 1991: 456).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea tanto la *Tilia cordata* Mill. como la *Tilia platyphyllos* Scop. para el dolor de muelas, como tranquilizante, para el dolor de cabeza, en catarrros y para la sangre en orina (SAN MIGUEL, ELIA.2004:252).

4-Observaciones.

Algunos de nuestros informantes compran la tila al herbolario, farmacia y supermercado enseñándonos las bolsas de planta seca y los filtros. En algunos casos la recogen de un tilero que tienen en el jardín o alrededores.

5-Bibliografía.

- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 456.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:197.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:477.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004: 252.

Tillandsia sp.

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Tillandsia sp.*

Familia: *Bromeliaceae.*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: claveles del aire

Nombres vernáculos gallegos: Herba do aire

Parte utilizada: Planta entera.

Descripción, distribución y ecología.

Las plantas del género *Tillandsia* son plantas de hojas estrechas que crecen en áreas lluviosas desde el nivel del mar hasta varios cientos de metros de altitud. Las especies de *Tillandsia* son epífitas, es decir crecen encima de otras plantas sin ser parásitos. Los nutrientes que necesita esta planta los recolecta del aire (polvo, hojas que se caen y materia procedente de los insectos) a través de las estructuras en las hojas llamadas tricomas. Generalmente crecen en árboles, rocas y acantilados. Su reproducción esta asegurada por las plántulas (www.wikipedia.org).

Es una planta foránea que en la provincia de La Coruña se encuentra en zonas costeras y suele estar colgada de balcones o sombrajes a la entrada de las casas.

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Para conservar los árboles.

Se cuelga de una rama de los mismos. Ribeira (3 ref.)

Para evitar la envidia.

Se tiene a la entrada de las casas, en el aire colgada por un gancho a una barandilla o a la pared. También la llaman “herba das envidias” y dicen que si se seca es un indicador de que te tienen envidia. Muxía (3 ref).

Para evitar meigerias.

Para evitar a las meigas se tiene colgada en el balcón, en la puerta. Negreira (1 ref.), Ferrol (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se ha encontrado ninguna referencia a principios activos en la bibliografía estudiada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se ha encontrado ninguna referencia etnobotánica sobre esta planta a nivel nacional. En Ecuador la *Tillandsia aeranthos* se ha utilizado como antiespasmódico y para las infecciones oculares. (http://es.wikipedia.org/wiki/Tillandsia_aeranthos).

5-Bibliografía.

- <http://es.wikipedia.org/wiki/Tillandsia>

***Trifolium pratense* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Trifolium pratense* L.

Familia: *Leguminosae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: trevol

Nombres vernáculos gallegos: trevo, trevo encarnado, trevo rubio

Parte utilizada: sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta vivaz, herbácea que alcanza los 10-30 cm. de altura. Hojas largamente pecioladas, con 3 folíolos donde destaca una mácula blanquecina en su cara superior, que se parece a una catarata. Flores de diversos colores, desde blancas a rosas. Florece entre mayo y septiembre.

Es una de las plantas más frecuentes en las praderas húmedas y juncales de las zonas próximas a los cursos de agua. Puede también abundar en herbazales ruderales y arvenses húmedos (MULET PASCUAL, L.; 1997: 425-426).

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Como forraje.

Se utiliza como planta forrajera para los animales. Arteixo (1 ref.).

Para traer suerte.

Se busca el trébol de 4 hojas. Coristanco (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene trifoliína (glucosido fenólico), flavonoides (parte aérea).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo del *Trifolium pratense* L. como una de las especies sembradas para la mejora de los pastos (BLANCO CASTRO, E. 1995:151).

En la etnobotánica castellanense destaca su empleo en las cataratas (MULET PASCUAL, L.; 1991:458).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se menciona para aumentar la leche, como forrajera y como hierba de prado (SAN MIGUEL, ELIA. 2004:147).

4-Observaciones.

Se tiene constancia de su utilización en las afecciones de la vista a partir del siglo XII. En farmacia se ha utilizado como expectorante y antiespasmódica. Es una planta de gran importancia melífera (MULET PASCUAL, L.; 1991:458).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:151.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:425-426.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991.458.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:147.

***Triticum aestivum* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Triticum aestivum* L.

Familia: *Poaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: trigo

Nombres vernáculos gallegos: trigo

Parte utilizada: carióspside o grano.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2842).

Descripción, distribución y ecología.

El género *Triticum* comprende numerosas especies y variedades de cultivo. Los trigos son plantas anuales o bienales de 0,2-1,5 m, con hojas planas e inflorescencias (IV-V) en espiga dística, con espículas aisladas en cada nudo del raquis, que encierran cada una 2-6 flores. Los distintos tipos de trigo se suelen reunir en la especie colectiva mencionada o se separan, dependiendo de los autores, en numerosas especies.

(PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:688).

En la provincia de La Coruña se encuentran sembradas numerosas variedades de cultivo aunque en las últimas décadas a disminuido mucho. Actualmente se encuentran algunas plantas asilvestradas por los alrededores de los campos donde se cultiva o ha cultivado.

2-Etnofarmacología.

Aparato locomotor

Para problemas articulares.

Se utilizaba poniendo el salvado de trigo caliente, encima de esa zona y se vendaba con tela para que se mantuviera mejor el calor. Coristanco (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para los sabañones.

La paja de trigo seca se pone en los pies con sabañones. Touro (1 ref.).

Metabolismo

Para el colesterol.

Se utilizan tres vasos de agua a los que pone en cada uno a macerar 11 granos de trigo (antes dice que se ponía 9 pero ahora como el trigo es tan pequeño se pone 11) y los vasos los pone en tirereta con lo cual cada día se toma el agua de un vaso y mastica los granos uno a uno y se los traga. Después de esto vuelve a poner un vaso de agua con otros 11 granos de trigo que pone al final de la línea (ósea, por el orden en que lo pone lo tomaría dentro de 3 días. Este tiempo lo pasa en maceración el trigo). Así durante una temporada (no concretó cuantos días de tratamiento). A Coruña (1 ref.).

Piel

Para la maduración de abscesos.

Se utilizaba el salvado de trigo que se ponía muy caliente en la zona del absceso para madurarlo. Coristanco (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para controlar la temperatura óptima de cocción del horno.

Para saber si la temperatura del horno para cocer el pan era la apropiada. Se decía que si introducías paja en el horno y se doraba estaba en su punto pero si al meter la paja se quemaba es que el horno estaba muy caliente (estaba "roxo"). Ortigueira (1 ref.).

Para hacer la cama al ganado.

Se utilizaba para hacer camas la paja del trigo después de separar el grano. Ortigueira (1 ref.).

Para chamuscar los cerdos el día de la matanza.

La paja de trigo se utilizaba antes para chamuscar a los cerdos en la matanza. Lo que ocurre es que esto es muy caro porque la paja se la comen los animales pero los fieitos no. Por lo que se chamuscaba habitualmente a los cerdos con fieito seco.

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene almidón, pródidos (gluten) y sitosterol. El germen contiene un aceite insaponificable rico en tocoferol, mientras el salvado es rico en monofostatos de calcio y magnesio (fitina).

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se ha utilizado como oxiótico, relajante de la musculatura uterina, antifúngico, analgésico, febrífugo (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:370-372).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se indica el empleo en alimentación para consumo humano (BLANCO CASTRO, E.; 1995:153).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se ha utilizado como antipirético, en rituales mágico-religiosos y además en mezclas de plantas analgésicas, faríngeas y antipiréticas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:198).

En la etnobotánica castellonense se ha empleado como antiflogístico, anticatarral, demulcente, antiséptico, vulnerario, revulsivo, febrífugo, antitumoral, estimulante circulatorio, antirreumático y contraveneno (MULET PASCUAL, L.; 1991:459-463).

4-Observaciones.

El *Triticum vulgare* Vill.= *Triticum aestivum* L. =*Triticum sativum* Lam.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; “Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:153.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:370-372.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991.459-463.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guilleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:198.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:688.

***Tropaeolum majus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Tropaeolum majus* L.

Familia: *Tropaeoaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: capuchina

Nombres vernáculos gallegos: flor do canario, flor do zanje

Parte utilizada: las flores.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea con tallos cilíndricos carnosos a veces algo trepadores. Hojas peltadas, redondeadas, enteras o un poco denticulado-onduladas, pecioladas y de color verde claro. Flores anaranjadas de gran tamaño. Fruto en triaquenio (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:195).

Originaria de Sudamérica fue aclimatada en Europa hacia el siglo XVII. En La provincia de La Coruña se cultiva como ornamental, en ocasiones se asilvestra o subespontaneiza.

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Alimentación.

Para comer en ensalada las flores. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas, flores, semillas y tallos contienen heterósidos sulfurados (a destacar el glucotropaelósido, que libera por hidrólisis isotiocianato de benzilo), ácidos orgánicos (málico, clorogénico), flavonoides derivados del isoquercitrosido, pectina y sales minerales ricas en sulfato potásico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:614).

3.2-Referencias etnobotánicas.

No se ha encontrado referencias etnobotánicas en la bibliografía contrastada.

5-Bibliografía.

- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:195.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A. "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:614.

***Typha Latifolia* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Typha Latifolia* L.

Familia: *Thyphaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: anea

Nombres vernáculos gallegos: espadana, palla real, pall real.

Parte utilizada: sumidad aérea.

Descripción, distribución y ecología.

Planta acuática perenne, rizomatosa de 1-3 m. Tallos cilíndricos. Hojas casi todas basales, lineares, de más de 15 mm de anchura. Flores unisexuales dispuestas en un espádice compacto con aspecto de puro, las femeninas en su parte inferior, más ancha y de color oscuro o negro, y entre ellas. Las flores femeninas carecen de bractéolas.

Crece en medios acuáticos (lagunas, pantanos, cunetas de caminos, etc.). Se haya distribuida por las cuatro provincias gallegas.

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos

Hierba sanjuanera.

Para poner en los ramos que se hacen el día de San Juan. Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias en la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En la etnobotánica castellanense se utiliza como antipalúdica y para la elaboración de sillas (MULET PASCUAL, L.; 1991:463-464).

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se indica el empleo del congénere *Typha dominguensis* (Pers.) Steudel

como vulnerable (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997: 354).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:354.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 463-464.

***Ulex euroapeus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ulex euroapeus* L.

Familia: *Leguminosae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: tojo

Nombres vernáculos gallegos: argoma, toixo, **toxo**, toxo arnelo, toxo arnaio, **toxo macho**.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Arbusto de 60-200cm de ramas principales erguidas, muy ramificadas en la parte superior. Hojas alternas, trifoliadas en las hojas nuevas que se transforman en espinas en las adultas (entre 1,5 a 2,5cm). Flores axilares y cortamente pediceladas, provistas de dos brácteas de 2-7mm de ancho, ovaladas y subagudas, inmediatamente debajo de la flor. Cáliz amarillo membranoso, bipartido, con el labio superior bidentado. Corola papilionacea, amarilla de 15-20 mm, muy pilosa (SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L.; 1998:189).

Crece en pinares, matorrales y terrenos pegados al monte con suelos bien drenados. En la provincia de La Coruña es muy abundante.

2-Etnofarmacología.

Metabolismo

Para el hígado.

La indicación concreta es para la "inflamación del hígado" (hepatitis, ictericia), para esto se prepara un cocimiento de las flores de la planta, tomándolo de 1-2 veces diarias. Monfero (2 ref.), Arteixo (4 ref.), Cedeira (1 ref.), Carballo (2 ref.), A Coruña (1 ref.), Curtis (2 ref.), Oroso (2 ref.), Teo (1 ref.), Ordes (1 ref.).

Para la escasez de bilis.

Se utiliza una infusión de flores secas. Se pone una taza de agua al fuego y cuando ebulle se añaden 1-2 cucharadas de flores secas. Se apaga, se tapa y se deja reposar 5 minutos. Se filtra y se toma 1 taza 3 veces al día durante 7

días, se descansa 2 días y se vuelve a tomar otros 7 días. Malpica de Bergantiños (1 ref.).

Aparato respiratorio.

Para la bronquitis.

En el tratamiento de las enfermedades pulmonares se hace una decocción de la flor del tojo tomándose de 1 a 3 vasos al día mientras duren los síntomas.

El número de referencias recogidas sobre este uso asciende a dos citándose en el ayuntamiento de: Muxía (1 ref.), Curtis (1 ref.).

Para los catarros.

Se recomienda tener licor de tojo y tomar solo o mezclado en leche caliente por la noche y abrigarse bien. El número de referencias recogidas sobre este uso asciende a una, que se cita en el ayuntamiento de As Pontes García Rodríguez (1 ref.).

Para la garganta.

Se utiliza la infusión de las flores de toxo para hacer gárgaras y se pueden tragar. Ordes (1 ref.).

Sistema urinario.

Para orinar.

Para el tratamiento de los edemas se hace una infusión de flor de tojo y se toma varias veces al día. Vimianzo (1 ref.), A Capela (1 ref.), Touro (1 ref.), O Pino (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Ordes (1 ref.), Monfero (1 ref.).

Sistema circulatorio.

Para la circulación.

Para el tratamiento de la circulación de retorno de las piernas se utiliza un cocimiento de flores de tojo que se toma 2-3 veces al día. El número de referencias recogidas sobre este uso asciende a una, que se cita en el ayuntamiento de Arteixo (1 ref.).

Para bajar la tensión.

Se utiliza la infusión de la flor de tojo. Frades (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Sistema nervioso

Dolor de cabeza

Se utiliza la infusión de las flores de tojo. Ames (2 ref.).

Piel

Para lavar las heridas

Para desinfectar las heridas se prepara un cocimiento de las flores. Con el agua resultante se lavan las heridas varias veces al día. Es un remedio que se aplica tanto a animales como a personas. Ames (1 ref.).

Para cicatrizar las heridas.

Se utilizaba el cocimiento de las ramas y con el agua se lavaban las heridas. Ribeira (1 ref.).

Usos veterinarios.

Tónico cardiaco.

Se utilizan las infusiones de las flores de tojo en animales para fortalecer el corazón. Ortigueira (1 ref.).

Para las diarreas.

Se utiliza el cocimiento de la raíz de tojo con la corteza del roble y dar a tomar a las vacas. Santa Comba. (1 ref.).

Para lavar las heridas.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida de la planta. Con el líquido se lava la herida del animal. Ribeira (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer licor.

El uso de las flores solas o las flores más los brotes tiernos de la planta para hacer "licor de toxo" (licor de tojo) se extiende por las demás provincias gallegas.

El licor de toxo se hace con brotes tiernos más flores de tojo y se pone en maceración con aguardiente de caña, todo en una botella y se deja macerar. Monfero (5 ref.), Cerdido (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Cedeira (2 ref.), Boiro(1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Dodro (2 ref.), Muros (1 ref.), Noia (1 ref.), Rianxo (2 ref.), Moeche (1 ref.), Carballo (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Pontedeume (1 ref.).

Como forraje en animales.

Es importante tener en cuenta que en las zonas del interior de la costa no había zonas de prado y el invierno era climatológicamente duro. En esas condiciones el forraje para los animales se preparaba mezclando tojo verde, es decir, los brotes y ramas tiernas junto con paja (cuando la había) en unas picadoras.

El número de referencias recogidas sobre este uso ascienden a 20 distribuidas entre los siguientes ayuntamientos: Oroso (2 ref.), Touro (1 ref.), Muxía (2 ref.), Santiso (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Carnota (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Mazaricos (3 ref.), Dodro (1 ref.), Vedra (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Negreira (1 ref.), Santa Comba (2 ref.), Carnota (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Mañón (1 ref.), Coristanco (1 ref.), Ortigueira (1 ref.).

Como uso agrícola para hacer las camas del ganado.

Para ello se recogían las ramas verdes y se distribuían en los establos para hacer las camas del ganado. Es importante que las ramas no sean adultas ya que entonces los pinchos molestan a los animales.

Debido a la importancia que tenía el tojo en muchos sitios se recogía la simiente y se hechaba al monte para mejorar su cultivo.

Las referencias recogidas sobre este uso están ditribuidas en los siguientes ayuntamientos: Rois (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), A Capela (2 ref.), Negreira (2 ref), Santa Comba (1 ref.), Mazaricos (2 ref.), Carnota (1 ref.), Monfero (1 ref.), Ortigueira (1 ref.), A Capela (1 ref.), Rianxo (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Camariñas (2 ref.), Boiro (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Ames (1 ref.), Lousame (2ref.), Teo (1 ref.), Dumbria (1 ref.), Coristanco (1 ref.), Padrón (1 ref.), Oroso (1 ref.), Carnota (1 ref.), Touro (3 ref.), Irixoa (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Negreira (1 ref.), Vedra (1 ref.), Cesuras (1 ref.), Tordoia (2 ref.), Oza dos Ríos (2 ref.), Narón (1 ref.), Frades (1 ref.), Cerceda (1 ref.), Vilasantar (1 ref.), A Laracha (2 ref.), Trazo (1 ref.).

Para hacer abono.

Cuando las camas de tojo de los animales estabulados se ensuciaban con los excrementos y restos de comida se cambian. Estas mezclas de ramas con desperdicios se apilan en algunas zonas para hacer el abono que luego utilizan para abonar los campos. Se nos dice que el abono de tojo es de los mejores para las tierras de cultivo. Mazaricos (4 ref.), Muxía (3 ref.), Oroso (1 ref.), Camariñas (1 ref.), Carnota (2 ref.), Rianxo (1 ref.), Ferrol (1 ref.), Monfero (2 ref.), Boiro (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Vedra (1 ref.), Brión (1 ref.), Touro (1 ref.), Negreira (1 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para la construcción de carros.

Se utilizaba su madera para la construcción de los fungueiros de los carros (las barandas del carro) que se utilizaban cuando iban a cargar strumes (estiércol de las cuadras). Ortigueira (1 ref.).

Para limpiar las chimeneas.

Se utilizaban como deshollinadores las ramas. Ferrol (1 ref.).

Como uso mágico para las envidias.

Se nos comenta que “O toxo da envidia” es el que tiene los pinchos como limoneros.

Así pues se cogen ramas adultas, con las espinas bien formadas, y se distribuyen por zonas de la casa. Comúnmente en las esquinas de las casas o en las ventanas para que, según el saber popular “no entre la envidia”. Ribeira (1 ref.).

Como filtro.

Se utiliza para cuando se cambia el vino de barrica se pasa por unas ramas de tojo (la planta entera) que le quita el color oscuro al vino blanco. Dodro (1 ref.).

Para hacer combustible.

Se ha utilizado para hacer combustible. Padrón (1 ref.).

Para utilizar como leña.

Se utilizaba como leña para el fuego los palos de tojo. Santa Comba (2 ref.), Muxía (1 ref.), Negreira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Aunque sus principios activos son poco conocidos, parece ser que en las semillas está presente la citosina sustancia venenosa de acción intermedia entre la estricnina y el curare (MULET PASCUAL, L.; 1997:431-432). Las flores contienen alcaloides como el glucósido ulexósido.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Pio Font Quer, en su libro, dice que las semillas, se utilizan para elevar el tono cardiaco, para combatir el asma, para la tos ferina y para las jaquecas hemicraneanas. Deben ser usadas exclusivamente por facultativos debido a su toxicidad. Mientras que las flores, en medicina popular son utilizadas contra las enfermedades hepáticas (PIO FONT QUER; 1985:360-361).

En la investigación etnobotánica en la Sierra del Caurel (Lugo) se refiere su empleo en pleuritis, como planta melífera, como cama de ganado, como forrajera en caballerías incluso como defensa contra roedores por sus pinchos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:150-151).

En la etnobotánica castellonense se utilizan las flores y raíces del congenero *Ulex parviflorus* Pourret para expulsar los cálculos renales (MULET PASCUAL, L.; 1991:464).

En las investigaciones etnobotánicas del Parque Natural del Cabo de Gata (Almería) se menciona el uso del congenero *Ulex parviflorus* Pourret como leña para caldear hornos por el poder calorífico de su madera (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:189).

4-Observaciones.

En la zona de estudio se cita otra especie, *Ulex gallii*, fácilmente reconocible porque florece durante el mes de agosto y es de menor porte, también, es utilizada de igual manera.

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:150-151.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:464.
- MULET PASCUAL, L "Flora tóxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997:431-432.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Nijar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:189.
- PIO FONT QUER "Plantas medicinales. El Dioscorides renovado"Ed. Labor; 1985:360-361.
- SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L. "Guía da flora do litoral galego". Edicións Xerais.1998:189.

***Ulex gallii* Planchon**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ulex gallii* Planchon

Familia: *Leguminosae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: tojo

Nombres vernáculos gallegos: molaria, toixo, **toxo femia**, toxo molar toxo mouro.

Parte utilizada: flores.

Descripción, distribución y ecología.

De tamaño más pequeño que el *Ulex europaeus*, se distingue también de este por la época de floración que es en medio del verano cuando el *U. europaeus* ya esta formando el fruto. Las brácteas de las flores tienen el mismo tamaño que el pedúnculo.

En La Coruña la podemos encontrar en todo el territorio. Prefiere suelos más profundos y soporta mejor el encharcamiento que otras especies del género las cuales pueden crecer en suelos de poco o medio espesor, derivados de rocas silíceas. Viven en los pisos colino y montano de ombroclima húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:217).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para la hepatitis.

Se utiliza la flor de toxo femia, que se debe recoger en la luna de Agosto, es cuando florece este tipo de toxo. Se hace una infusión de la flor de toxo femia. Monfero (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias en la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se ha empleado en pleuritis, es una planta melífera, forrajera en caballos y burros (BLANCO CASTRO, E.; 1995:150).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:150.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:217.

***Ulmus glabra* Hudson.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Ulmus glabra* Hudson.

Familia: *Ulmaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: Olmo de montaña, olmo muntano.

Nombres vernáculos gallegos: Lágamo, lamagueiro, ulmeiro.

Parte utilizada: La corteza.

Descripción, distribución y ecología.

Árbol elevado de 20-30 m de tronco derecho y grueso con corteza lisa cuando es joven y agrietada después. De color grisácea. Las ramas son alargadas y erectopatentes, con brotes y yemas pubescentes. Hojas asimétricas en la base y doblemente aserradas. Flores hermafroditas en glomérulos se disponen en inflorescencias globosas casi sentadas; el perigonio está representado por cinco a seis lóbulos cortos y en su interior se encuentran de cinco a ocho estambres dirigidos hacia fuera. La sámara es grande, de 15-20 mm, con ala ancha, ovalada y con una escotadura apical que no alcanza la cavidad de la semilla, que se encuentra en el centro. Florece entre marzo y Abril (ROMO, ANGEL M.; 2001:136).

En Galicia es muy escaso y se encuentra en regresión. Prefiere terrenos ricos en bases y ligeros, tanto derivados de pizarras como calizos, siempre ricos en humus y es exigente en humedad edáfica y ambiental. Se localiza en laderas y valles en bioclima montano húmedo e hiperhúmedo. Se trata de una especie autóctona de Galicia que habita en bosques caducifolios, cercanías de cursos de agua y márgenes de los ríos. En la Provincia de La Coruña se encuentra al norte del río Eume.

2-Etnofarmacología.

Piel

Para las quemaduras.

Se utiliza la corteza a la que se le quita lo que llaman la piel y es lo que queda dentro, lo que se cuece durante varias horas a fuego lento y sin añadir mucha agua hasta que deszume bien. El líquido resultante se usaba para las quemaduras, según me narraron los resultados son estupendos. As Pontes de García Rodríguez (4 ref.), Monfero (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Su corteza contiene taninos, mucílagos, fitosteroles y principio amargo. La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante unido al efecto emoliente de los mucílagos justifica su uso popular en quemaduras.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea popularmente su madera (aunque por su gran cantidad de nudos no es muy apreciada) y las hojas como forraje para cerdos. También nombra al congénere *Ulmus minor* L. con los mismos usos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:112-113).

En el resto de los estudios etnobotánicos se hace referencia al *Ulmus minor* L. así, en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se utiliza como espasmolítico, antiinflamatorio y vulnerario (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. ; 1997: 92-93). En el estudio de etnobotánica de Gerona se emplea su madera para hacer bastones (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:199). En la etnobotánica de Castellón se menciona como hepatoprotector (MULET PASCUAL, L.; 1991:465).

4-Observaciones.

Fue un árbol frecuente y abundante en Galicia que desapareció por el ataque mortal de la grafiosis producido por el hongo *Ceratocystis ulmi* (CASTRO, MARISA; PRUNELL, ANTONIO; BLANCO-DIOS, JAIME B.; 2007:214).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:112-113.
- CASTRO, MARISA; PRUNELL, ANTONIO; BLANCO-DIOS, JAIME B.; "Guía das árbores autóctonas e ornamentais de Galicia". Edicións Xerais de Galicia, S.A., 2007:214.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:92-93.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 465.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:199.
- ROMO, ANGEL M.; "Árboles de la Península Ibérica y Baleares". 2edición. Editorial Planeta.2001:136.

***Umbiliculus rupestris* (Salisb.) Dandy**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Umbiliculus rupestris* (Salisb.) Dandy

Familia: *Crasulaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: orejas de abad, orejas de monje, sombreritos, vasillos, ombligo de venus.

Nombres vernáculos gallegos: burete, capelo, carrapucho, coucelo, couselo, puchos, pucho das paredes, umbrigo de venus.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Flores blanco verdosas o de color de paja, pero la inflorescencia no cubre más de la mitad de la longitud del tallo; corola horizontal de casi 7 mm por 3 mm, lóbulos triangular-lanceolados, agudos. Hojas caulinares numerosas, muchas lineares (POLUNIN, OLEG; SMYTHIES E. B.; 1981:209).

Planta que se extiende por la parte suroccidental de Europa. En la provincia de La Coruña la podemos encontrar en paredes, ribazos, tejados de las casas, preferiblemente sobre rocas silíceas. Se extiende por los pisos colino, montano, de ombroclima subhúmedo a hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:181).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros

Se utiliza las hojas que se trocean para tomar cuando se tiene catarro. Carballo (1 ref.).

Para la tos

Se utiliza el cocimiento de las hojas mezclado con miel para tomarlo varias veces al día. Sobrado (1 ref.).

Aparato circulatorio

Para los sabañones.

Se utilizan las hojas en forma de emplastos que se dejan durante horas sobre los sabañones. Noia (1 ref.).

Piel

Para el acne.

Se utilizan las hojas para hacer un emplasto y poner en la zona de los granos. Carballo (1 ref.).

Para cicatrizar heridas.

Se utilizaban las hojas en forma de emplasto para cicatrizar las heridas que sanaban sin dejar huella. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Val do Dubra (1 ref.).

Para la maduración de abscesos.

Se utilizan las hojas en emplastos de varias formas:

-Bien machacadas y poniéndola encima de la zona del absceso a modo de emplasto. Cada cierto tiempo se quita un emplasto y se coloca otro nuevo. Mañón (1 ref.).

-Se coge la hoja, se rasca la telilla de fuera y se calienta para después ponerla encima de la zona del absceso. Oleiros (1 ref.), Mañón (1 ref.), Arteixo (2ref.), Sobrado (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.).

Para las verrugas.

Se utiliza el zumo fresco de las hojas machacadas frotándolo contra las verrugas. Mañón (1 ref.).

Usos veterinarios

Para echar la placenta.

Se utilizan las bolitas que forman las flores que las llaman “baliños” se ponen cuando los animales echan la placenta para limpiarla. A Laracha (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene maltosa en la tuberosidad basal. Además tiene trimetilamina, taninos y mucílagos. La presencia de taninos (con su efecto antiséptico y cicatrizante) y mucílagos (emolientes y antiinflamatorios) justifican su uso en la cicatrización de heridas, maduración de abscesos, acné y sabañones. La presencia de mucílagos con su efecto calmante de mucosas, antiinflamatorio y antitusígeno explican el uso popular para la tos y los catarros.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se ha utilizado en medicina popular como vulneraria, antiséptica, emoliente, para madurar abscesos (BLANCO CASTRO, E.; 1995:87-88).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se menciona en aplicaciones medicinales populares como antiinflamatoria intestinal, antitusígena, antiséptica oftálmica. Además de en mezclas de plantas vulnerarias y resolativas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:199-200).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza su congenera *Umbiliculus pendulinus* De Candolle popularmente como antihistamínico, antiséptico y cicatrizante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:92).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para al cura de llagas (pequeñas y recientes), úlceras, heridas, rozaduras y el tratamiento de retención de orina (MUGARZA, J.; 1993: 96-97).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:87-88.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago" .Ediciones de Librería de San Antonio.1993:96-97.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:199-200.
- POLUNIN, OLEG; SMYTHIES E.B.; "Guía de campo de las flores de España Portugal y sudoeste de Francia." Editorial Omega.1981:209.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:181.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:92.

***Urtica dioica* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Urtica dioica* L.

Familia: *Urticaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: ortiga

Nombres vernáculos gallegos: estruga, herba do cego, ortega, sanpedriñas, urtiga.

Parte utilizada: Planta entera.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 3264).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea vivaz de hasta 1 m, provista de pelos urticantes. Tallos erectos y cuadrangulares. Hojas ovaladas, dentadas, terminadas en punta. Flores pequeñas, verdosas y poco llamativas, unisexuales, en racimos dispuestos en pies diferentes. Fruto seco en aquenio. Es una mala hierba de amplia distribución cosmopolita, gusta de suelos húmedos y ricos en materia orgánica (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:397).

En La Coruña se extiende por los diferentes pisos bioclimáticos de la provincia en estercoleros, huertas, prados, cierres verdes (lindes hechos con vegetación), orillas de los ríos y arroyos.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se utilizan las ramas de la ortiga para dar friegas con las ortigas o lo que es lo mismo ortigaduras. Cambre (1 ref.), Curtis (1 ref.), I O Pino (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Negreira (1 ref.).

Para las gripes.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la espalda y pecho. Cambre (1 ref.), Ames (1 ref.).

Para las pulmonías.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la espalda y pecho en caso de inicio de pulmonía. A Coruña (1 ref.), Ribeira (1 ref.) y Coristanco (1 ref.).

Metabolismo.

Como depurativa.

Se utiliza el cocimiento de la raíz de ortiga para tomar. Ferrol (1 ref.).

Se puede emplear añadiendo medio puñado de ortiga a la sopa normal para hacerla más depurativa. Muxía (2 ref.).

Se puede preparar un cocimiento de la planta para tomar por la mañana por su efecto depurativo. Oroso (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Betanzos (1 ref.), Monfero (1 ref.)

Para la fiebre.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la espalda como terapia derivativa, a veces incluso se dan ortigaduras en el pecho. En algunos casos se fricciona primero con una tela de pana la piel hasta que este enrojecida y luego se dan las friegas de ortiga. Ribeira (2 ref.), Rianxo (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Paderne (1 ref.), Teo (1 ref.), Carnota (1 ref.), Vimianzo (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Vedra (1 ref.), Oroso (4 ref.), Santa Comba (1 ref.), Padrón (1 ref.), Touro (1 ref.), Ribeira (1 ref.). Boqueixón (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Cesuras (2 ref.), Vilasantar (1 ref.), Frades (1 ref.), Val do Dubra (1 ref.), Oza dos Ríos (1 ref.), Mesía (1 ref.), Cerceda (2 ref.).

Para no tener frío.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en todo el cuerpo, sobre todo el tronco cuando en invierno la gente tiene mucho frío, escalofríos o tiritonas (lo que llaman “friuras do corpo”). Dodro (2 ref.), Negreira (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Oroso (1 ref.), Ordes (1 ref.).

Sistema urinario

Para orinar.

Se utiliza un cocimiento de las hojas de ortiga en agua para tomar. Monfero (1 ref.).

Aparato digestivo.

Para las infecciones en la boca.

Se utiliza el cocimiento de la raíz de la ortiga. Oroso (1 ref.). Coristanco (1 ref.).

Para el dolor de muelas.

Se frotaban las ortigas en el cuello. A Laracha (1 ref.).

Para las colitis.

Se utilizan frotaciones de las ramas de ortiga en la espalda. Se tienen que coger antes de ponerse el sol y hacerlo durante 9 días seguidos. Noia (1 ref.).

Para la úlcera de estómago.

Se utiliza el cocimiento de la raíz para tomar. Paderne (1 ref.).

Aparato circulatorio.

Para las anemias.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida de la ortiga verde y la raíz de genciana. Fene (1 ref.).

Para bajar la tensión.

Se utiliza el cocimiento de la planta. Toques (1 ref.), Carballo (1 ref.).

Para la activar la circulación

Se utilizan las ramas de ortiga para dar friegas en las piernas, abdomen, espalda. Dodro (1 ref), Mazaricos (1 ref.), Rois (1 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para las hemorroides.

Se utiliza cocimientos de la raíz de ortiga. Se toma 1 chupito por la mañana en ayunas durante 9 días. Ferrol (1 ref.).

Para la hinchazón de las piernas.

Se utiliza el cocimiento de la ortiga con sal y vinagre, luego se sumergen las piernas en esta solución. A Capela (1 ref.).

Para los pies hinchados.

Se utilizan el cocimiento de la raíz de ortiga para lavar los pies cuando están hinchados o para descansarlos. Oroso (2 ref.).

Para los sabañones.

Se utilizan las frotaduras con ortigas verdes alrededor de los sabañones. Mazaricos (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

Se pueden utilizar también el “agua de ortigas “que es un cocimiento de las ortigas en agua con la que después se lavan los sabañones. Carballo (1 ref.), Brión (1 ref.),

Aparato locomotor.

Para el dolor de espalda.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la espalda. Ames (2 ref.).

Para el dolor de huesos.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la zona del dolor. Santiago de Compostela (1 ref.), Rianxo (1 ref.), Sobrado (1 ref.), Noia (1 ref.), Ordes (1 ref.), Zás (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Ames (1 ref.).

También se puede utilizar un cocimiento de ortiga que luego se pone a modo de emplasto. Ordes (1 ref.).

También se utilizan los cocimientos de la planta para tomar. Culleredo (1 ref.).

Para el dolor de piernas.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la zona de las piernas cuando duelen. Ames (1 ref.).

Para el dolor de rodillas.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la zona de las rodillas. Cerdido (1 ref.), Boqueixón (1 ref.),

Se puede utilizar haciendo un cocimiento y mezclándola con sal. Se coloca a modo de emplasto en la rodilla cuando está hinchada. Ribeira (1 ref.).

Para dolores articulares.

Se utilizan cocimientos de la planta con salvado de trigo (relón de trigo) que en caliente se ponen en forma de emplastos en las zonas de las articulaciones donde hay dolor. Dodro (1 ref.),

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la zona de dolor poniendo emplastos del cocimiento de la planta. Teo (1 ref.).

Se usan también cocimientos de la planta para luego poner emplastos en forma de parches encima de la zona del dolor. Ordes (1 ref.).

Para el lumbago

Se utilizan friccionando las ortigas frescas en la zona del lumbago. Coristanco (1 ref.).

Para el reuma

Se hace un cocimiento de la planta de la ortiga para tomar durante una temporada. Cedeira (2 ref.).

Se utilizan las ortigas verdes para friccionarlas dando friegas en las zonas del dolor. Touro (1 ref.), Ordes (1 ref.), Rois (1 ref.), Brión (1 ref.), Ferrol (1 ref.), Muxía (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Trazo (1 ref.).

Esguince de tobillo.

Se prepara un cocimiento de las ortigas para utilizar el agua para lavarse el pie y también colocar compresas humedecidas con este líquido en la zona del esguince. Negreira (1 ref.).

Oftalmología.

Para los ojos irritados.

Se utiliza el cocimiento de la raíz de ortiga para lavar los ojos que pican y están irritados. Santiago de Compostela (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar heridas.

Se utiliza machacada la ortiga y después se pone un emplasto en la zona del corte. Cerdido (1 ref.), A Capela (1 ref.), Boimorto (1 ref.)

Se utilizan los brotes de ortiga machacados y mezclados con tocino de cerdo, puesta la mezcla sobre la herida. Coristanco (1 ref.).

Para las inflamaciones de piel.

Se utiliza el cocimiento de la planta para con el líquido resultante ponerlo sobre la zona de la inflamación. Fene (1 ref.)

Para la caspa en el cabello.

Se utiliza el cocimiento de la planta con la que se lava el cabello. Se utiliza este cocimiento como segunda agua de lavado del cabello. Muxía (1 ref.).

Para el crecimiento del cabello.

Se utiliza la infusión de la ortiga, el romero y el aguacate para el crecimiento del cabello. Arteixo (1 ref.), Frades (1 ref.).

Como suavizante del cabello.

Se utiliza el cocimiento de la planta como última agua de aclarado. Cedeira (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para los animales enfermos.

Se ponía una teja al fuego y cuando estaba caliente se les pasaba por el lomo del animal y después se les daban ortigaduras. Curtis (1 ref.)

Para los cascos inflamados.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida para dar al animal. Mañón (1 ref.).

Para cuando los cerdos tienen papada.

Se utilizaba la decocción de la sumidad florida. Mañón (1 ref.).

Para desparasitar cerdos.

Se utiliza el cocimiento de la ortiga para dar a los cerdos para desparasitarlos. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para las diarreas

Se utiliza el cocimiento de la ortiga para dar a los animales cuando están descompuestos. Noia (1 ref.).

Para las inflamaciones.

Se utiliza la planta fresca triturada y pasada por un mortero, se usa en forma de emplastos se utiliza para todo tipo de inflamaciones articulares, bursitis carpianas y calcáneas en las vacas. Monfero (1 ref.).

Para las magulladuras.

Se utilizan las ortigas frotando al animal en la zona de la magulladura. Cedeira (1 ref.). A Capela (1 ref.), Paderne (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Mañón (1 ref.).

También se pueden utilizar los cocimientos de la planta para lavar la zona de la magulladura con el líquido, o incluso hacer un emplasto con el marco del cocimiento. Muxía (1 ref.).

Se puede utilizar la ortiga machacada a la que se le ha añadido vinagre para ponerla en forma de emplasto para cambiar cada cierto tiempo. Rianxo (1 ref.)

Como desinfectante.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida con el que se lava las heridas producidas por mordiscos de los lobos a las vacas o a las cabras. As Pontes de García Rodríguez (1 ref.).

Para las mamicas.

Se machacan las ortigas (sanpedriñas) mezclándolas con nata en un mortero dejándose a la serena y al día siguiente se pone el ungüento en forma de emplasto a la ubre hinchada. Por la tarde se limpia Así durante 9 días. Mañón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para abono.

Se utiliza la planta entera para hacer abono orgánico de buena calidad con el que abonar el campo. Muros (1 ref.), Mazaricos (2 ref.).

Para alimentación.

La ortiga bien preparada se puede comer en tortilla, en revueltos, ensaladas, cremas, caldos, sopas, etc... Vimianzo (1 ref.), Muxía (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Touro (1 ref.), Betanzos (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Cerdido (1 ref.), Padrón (1 ref.), Mazaricos (1 ref.), Dodro (1 ref.).

Para quitar la grasa y la caspa del cabello.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida como agua de aclarado al terminar de lavarse el cabello. Vimianzo (2 ref.), Brión (1 ref.), Rois(1 ref.).

Para hacer la cama del ganado.

Se utiliza la sumidad florida para hacer las camas al ganado. Santa Comba. (1 ref.).

Para el cáncer de mama.

Se utiliza la siguiente mezcla: Ortiga más maravilla y milenrama. Para tomar 3 veces al día. Y entre tomas 2 infusiones se acoro. Fene (1 ref.).

Para curar plantas.

Se utiliza un cocimiento de ortiga para mojar plantas con plagas. Vimianzo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas contienen sales minerales (sobre todo hierro, sílice, potasio), flavonoides (rutinosidos, quercetol, kenferol), protidos (ricos en lisina), vitaminas hidrosolubles (riboflavina, ácido pantoténico y ácido ascórbico), Clorofila a y b y otros pigmentos liposolubles (carotenoides), ácidos fenólicos, enzimas, fracción polisacárida (constituida por cuatro polisacáridos, destacando una lectina específica), taninos, fitoesteroles (beta sitosterol) y los pelos urticantes contienen acetilcolina, histamina, ácido fórmico, ácido acético y serotonina.

La composición de los tallos es semejante a la de las hojas aunque con menor concentración de principios activos.

Las raíces contienen esteroides (sitosterol, estigmasterol y campesterol), lectinas, fenilpropanos, flavonoides y cumarinas.

El contenido en aminas vasoactivas, ácido fórmico, ácido acético, serotonina y histamina de los pelos urticantes dispersos por toda la planta. Hacen que la planta fresca produzca una acción irritante y rubefaciente en contacto con la piel (reacción urticante) lo que justifica su uso en la medicina popular cuando hay catarros, gripes, pulmonías, fiebre, para no tener frío, para activar la circulación, para los sabañones, para el dolor de estomago, dolor de piernas, dolor de rodillas y lumbago.

El contenido de sales minerales flavonoides y taninos justifican los usos populares externos que se les da a las ortigas como desinfectante, cicatrizante, para la hinchazón de piernas, para los esguinces, para las magulladuras, para las mamicas.

El contenido en sales minerales entre las que figura el hierro justifica su uso popular en el tratamiento de las anemias tomando cocimientos de ortigas.

La presencia de flavonoides, clorofila, sales minerales dan una acción diurética, remineralizante que justifica su uso popular como depurativo, diurético, en reuma y en diarreas.

El efecto antiinflamatorio de los flavonoides y las lectinas de la raíz pueden ser los responsables de usos como: úlcera de estomago, hemorroides y ojos irritados.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se ha utilizado a nivel de medicina popular como depurativa, antihemorrágica, odontálgica y en pulmonías o neumonías. Además de cómo forrajera (BLANCO CASTRO, E.; 1995:124).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se menciona usos medicinales populares como antianémica, tónica circulatoria, depurativa sanguínea, astringente, hipotensora, reforzante capilar (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002: 200-201).

En la etnobotánica castellonense se ha utilizado como detoxicante, hipotensor, hipoviscosizante sanguíneo, antirreumática, tónico venoso, hipocolesteremiante, demulcente, diurético, antihemipléjico y antirreumática (MULET PASCUAL, L.; 1991:467-468).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea popularmente para la circulación, tensión, colesterol, para las muelas, el pelo, los pulmones, el riñon, para la sangre en orina y es astringente (SAN MIGUEL, ELIA.2004:252).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago como tratamiento de las inflamaciones debidas al reuma, lumbago, mordeduras de perros, llagas infectadas, diviesos, úlceras y para detener una hemorragia nasal (MUGARZA, J.; 1993:100-101).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:124.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:100-101.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:467-468.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002: 200-201.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA, 1995:397.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:252.

***Urtica urens* L**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Urtica urens* L.

Familia: *Urticaceae*

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: ortiga, ortiga menor

Nombres vernáculos gallegos: estruga, herba do cego, Urtiga menor

Parte utilizada: Sumidad aérea

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea que llega hasta los 0,7 m de altura, dioica, con tallos angulosos, fistulosos cubiertos de numerosos pelos urticantes que también aparecen en las hojas que son opuestas pecioladas, ovaladas y aserradas que miden de 1-4 cm. Flores (IV-IX) generalmente unisexuales agrupadas en panículas. Florece desde la primavera hasta la mitad del otoño.

Crece en medios hipernitrificados por acción antropozoógena, en claros de bosques caducifolios atlánticos, márgenes de pistas forestales y en general en herbazales ruderal-viarios húmedos. Se trata de una planta de distribución cosmopolita que se encuentra abundantemente en las cuatro provincias gallegas.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se utilizan las ramas de la ortiga para dar friegas con las ortigas o lo que es lo mismo ortigaduras. Betanzos (1 ref.), Brión (1 ref.), Santa Comba (1 ref.) y Mesía (1 ref.), Mesía (1 ref.).

Para las pulmonías.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la espalda y pecho en caso de inicio de pulmonía. Ribeira (1 ref.), Ames (1 ref.) y Coristanco (1 ref.).

Metabolismo.

Como depurativa.

Se puede utilizar un cocimiento de la planta para tomar por la mañana. Arteixo (1 ref.).

Para la fiebre.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la espalda como terapia derivativa, a veces incluso se dan ortigaduras en el pecho. En algunos casos se fricciona primero con una tela de pana la piel hasta que este enrojecida y luego se dan las friegas de ortiga. Lousame (2 ref.), Oroso (1), Mesía (1 ref.), Val do dubra (2 ref.), Boimorto (1 ref.), Mesía (1 ref.),

Aparato locomotor.

Para el dolor de huesos.

Se utilizan friegas de ortiga (ortigaduras) en la zona del dolor. Touro (1 ref.).

Para el reuma

Se utilizan las ortigas verdes para friccionarlas dando friegas en las zonas del dolor. Dodro (1 ref.), Negreira (1 ref.), Mesía (1 ref.), Boimorto (1 ref.), Val do dubra (1 ref.), Val do Dubra (1 ref.), Mesía (1 ref.), Boimorto (1 ref.).

Piel

Para cicatrizar heridas.

Se utiliza machacada la ortiga y después se pone un emplasto en la zona del corte. Pontedeume (1 ref.), Mesía (1 ref.), Tordoia (1 ref.), Cesuras (1 ref.).

Para desinfectar heridas.

Se utiliza un cocimiento de la planta con el que se lava la herida varias veces. Narón (1 ref.), Narón (1 ref.), Pontedeume (2 ref.), Tordoia (1 ref.).

Para la alopecia.

Los cocimientos de la raíz de ortiga para tomar. Boimorto (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para las magulladuras.

Se utilizan las ortigas frotando al animal en la zona de la magulladura. Cedeira (1 ref.).

Como desinfectante y cicatrizante de heridas.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida con el que se lava las heridas producidas. Cesuras (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para abono.

Se utiliza la planta entera para hacer estiércol de buena calidad con el que abonar el campo. Muros (1 ref.) y Mazaricos (1 ref.).

Para alimentación.

La ortiga bien preparada se puede comer en tortilla, en revueltos, ensaladas, cremas, caldos, sopas, etc... Arteixo (1 ref.).

Para quitar la grasa y la caspa del cabello.

Se utiliza el cocimiento de la sumidad florida como agua de aclarado al terminar de lavarse el cabello. Muxía (1 ref.).

Para el crecimiento del cabello.

Se utiliza la infusión de la ortiga, el romero y el aguacate para el crecimiento del cabello. Boimorto (1 ref.)

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas contienen sales minerales (sobre todo hierro, sílice, potasio), flavonoides (rutinósidos, quercetol, kenferol), protidos (ricos en lisina), vitaminas hidrosolubles (riboflavina, ácido pantoténico y ácido ascórbico), Clorofila a y b y otros pigmentos liposolubles (carotenoides), ácidos fenólicos, enzimas, fracción polisacárida (constituida por cuatro polisacáridos, destacando una lectina específica), taninos, fitoesteroles (beta sitosterol) y los pelos urticantes contienen acetilcolina, histamina, ácido fórmico, ácido acético y serotonina.

La composición de los tallos es semejante a la de las hojas aunque con menor concentración de principios activos.

El contenido en aminas vasoactivas, ácido fórmico, ácido acético, serotonina y histamina de los pelos urticantes dispersos por toda la planta. Hacen que la planta fresca produzca una acción irritante y rubefaciente en contacto con la piel (reacción urticante) lo que justifica su uso en la medicina popular cuando hay catarros, pulmonías, fiebre.

El contenido de sales minerales flavonoides y taninos justifican los usos populares externos que se les da a las ortigas como desinfectante, cicatrizante, para las magulladuras.

El contenido en sales minerales justifica su uso popular en alimentación como remineralizante.

La presencia de flavonoides, clorofila, sales minerales dan una acción diurética, remineralizante que justifica su uso popular como depurativo, y en reuma.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se emplea como tónico capilar, activador de la circulación, antidontálgico, hipouricemiante, antitusivo. También como depurativo y antirreumático usos estos recogidos en nuestro trabajo (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997: 104-105).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila como uso de esta planta el utilizarse popularmente como antiasmática, febrífuga, hipotensora y depurativa (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:201).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se emplea popularmente como depurativa, antihemorrágica, odontálgica, en pulmonías y neumonías (BLANCO CASTRO, E.; 1995:124).

En la etnobotánica castellanense se indican como empleos etnofarmacológicos los usos como hipotensor, revulsivo, diurético, febrífugo,

antialopéica y en veterinaria como antiinfecciosa, desintoxicante y estimulante circulatorio (MULET PASCUAL, L.; 1991:468-469).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza popularmente como hipotensor y reconstituyente (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:219).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:124.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:104-105.
- MULET PASCUAL, L. “Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón”. Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991: 468-469.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guílleries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:201.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:219.

***Vaccinium myrtillus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Vaccinium myrtillus* L.

Familia: *Ericaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: arándanos.

Nombres vernáculos gallegos: arandeira, arandeiros, arandes, arandos, uva do monte.

Parte utilizada: frutos.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 863).

Descripción, distribución y ecología.

Subarbusto caducifolio, de 20-60 cm, con ramas angulosas y aladas. Hojas oval-agudas de borde dentado. Flores urceoladas, blanco-rosadas. Frutos en baya azulada de sabor ácido-azucarado.

Vive en zonas montañosas silíceas de Europa, Asia y América, con clima Atlántico (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:151). Es frecuente en La Coruña encontrándose en el sotobosque de las formaciones caducifolias, a las orillas de los ríos de las zonas montañosas, en los de las laderas orientales. En suelos profundos, frescos y ricos en materia orgánica derivados de rocas silíceas nunca calizas. Se extiende por los pisos montano de ombroclimas húmedo hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:287-288).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para las diarreas.

Se utilizan los frutos maduros para tomar en caso de tener diarreas. A Coruña (1 ref.).

Usos veterinarios.

Para las diarreas.

Se utiliza en los animales machacando los frutos y dándoselos a comer cuando tienen diarreas. A Coruña (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer mermeladas.

Se utilizan los frutos del arandano con azúcar y se hacen mermeladas. Tordoia (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los frutos contienen antocianósidos (0,5%) cuyas geninas son: delfinidol, cianidol o petúnidol, malvidol y paneidol, proantocianidoles dímeros (catecol y epicatecol), glucósidos de flavonoides (hiperósido, quercitrosido), sales minerales (Ca, Mn y K), trazas de alcaloides quinolizidínicos (mirtina y epimirtina), taninos catéquicos (10%), pectina y ácidos orgánicos (málico, cítrico).

La presencia en los frutos de taninos le confiere propiedades antidiarreicas (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:151). Esta es la justificación de su extendido uso para diarreas tanto en personas como en animales.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), Blanco lo menciona para la fabricación de licores tradicionales (vino de arándano, aguardiente de arándano) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:81).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se menciona como baya comestible (SAN MIGUEL, ELIA.2004:179).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:81.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:151.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:287-288.
- SAN MIGUEL, ELIA. "etnobotánica de Piloña (Asturias)". Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:179.

***Valeriana officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Valeriana officinalis* L.

Familia: *Valerianaceae*.

Nombres vernáculos: Valeriana

Nombres vernáculos castellanos: valeriana

Nombres vernáculos gallegos: herba bendita, herba benta, herba dos gatos.

Parte utilizada: raíces.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2883).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de gran talla con tallos huecos, hojas pinnatisectas con estípulas que conforman una roseta basal. Flores blanco-rosadas, irregulares y agrupadas en cimas.

Crece en la mayor parte de Europa, en bosques húmedos, prados y márgenes de ríos. Se cultiva en diversos países (Bélgica, Holanda, Alemania) (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:488). En la provincia de La Coruña se encuentra creciendo en prados húmedos y bosques encharcados temporalmente. Requiere suelos pesados ricos en materia orgánica derivados de rocas silíceas del piso colino y montano en ombroclimas húmedo e hiperhúmedo.

2-Etnofarmacología.

Sistema nervioso.

Para dormir.

Se utiliza el cocimiento de la raíz de valeriana para tomarla antes de irse a dormir. Ferrol (1 ref.).

Veterinario.

Para el asma.

Se utiliza el cocimiento de la raíz de valeriana con alcanfor para los animales con asma. Ortigueira (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene valepotriatos (0.5-2%) que son ésteres de iridoideas bicíclicas, destacando el valtrato, dihidrovaltrato que son frágiles a la desecación. También contiene aceite esencial (0.5-1%) formado por ésteres (isovalerianato de eugenilo e isoeugenilo), alcoholes, eugenol, terpenos, sesquiterpenos, ácidos valerianico e isovalerianico, alcaloides (0.05-0.1%), ácidos fenólicos, flavonoides y taninos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:488).

El uso para dormir como hipnótico está justificado por la sinergia de la presencia de valepotriatos y aceite esencial que producen un efecto ligeramente hipnótico, sedante cardíaco e hipotensor suave.

En el caso del uso como antiasmático en veterinaria la acción farmacológica del aceite esencial y los valepotriatos tienen una acción espasmolítica que junto con la acción relajante del resto de los componentes pueden justificar su uso en veterinaria popular para el asma.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se menciona como sedante (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:201-202).

5-Bibliografía.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guillerics". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:201-202.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:488.

***Verbascum thapsus* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Verbascum thapsus* L.

Familia: *Escrofulariaceas*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: gordolobo.

Nombres vernáculos gallegos: chopo, chopo branco, seoane, verbasco.

Parte utilizada: sumidad florida.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 1763).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea bienal, de 0.5–1.8 m de altura, robusta y erecta. Hojas y tallo cubiertos por pilosidad estrellado-tomentosa, grisácea o amarillenta y no glandulosa. Hojas basales enteras o poco dentadas, pecioladas y obovado-oblongas, las caulinares más o menos decurrentes, más pequeñas. Flores (V-VIII), más o menos sésiles y agrupadas en espiga terminal compacta. Corola amarilla con 5 pétalos casi libres, soldados únicamente en la base formando un corto tubo. Filamentos de los estambres con pelos blancos. Cápsula elíptico-ovoide.

Forma parte de grandes herbazales megafórbicos (de cardos borriqueros), que colonizan medios alterados, más o menos nitrificados, claros de bosques, terrenos incendiados y ambientes ruderalizados (bordes de caminos, cuerdas y reposaderos de ganado, arcenos, ejidos, escombreras, corralizas, etc.), entre el nivel del mar y 1600 m. Distribución lateeuropea. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:319).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para la tos.

Se utilizan las infusiones de las flores para calmar la tos. Coristanco (1 ref.).

Aparato locomotor.

Para el dolor de rodillas.

Se utiliza el cocimiento de las hojas para poner emplastos y compresas humedecidas en la zona de dolor. Coristanco (1 ref.).

Piel

Para los hinchazones.

Se utilizan las hojas calientes de chopo para ponerlas calientes sobre la piel. Monfero (2 ref.).

Usos veterinarios.

Para madurar los abscesos.

Se utilizaban las hojas del chopo calientes para poner en la zona del absceso a modo de emplastro durante unas horas y luego cambiar. Cerdido (1 ref.), Ribeira (1 ref.).

Para la hinchazón de las rodillas.

Se utilizaba los emplastos de las hojas en las zonas de hinchazón. Monfero (1 ref.).

Para mover el vientre.

Se utilizaba para dar de forraje a los cerdos para hacerles defecar. Curtis (1 ref.).

Aparato circulatorio.

Para descansar las piernas.

Se utiliza un cocimiento de las hojas de chopo que se ponen en un barreño para hacer un baño de pies (pediluvio). Monfero (2 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Como hierba sanjuanera.

En San Juan era una de las flores que se utilizaba, junto a otras para macerar toda la noche y a la mañana siguiente lavarse la cara. Brión (1 ref.), Ames (1 ref.), Arteixo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene flavonoides (1.5-4%, luteolol, apigenol, kenferol y rutósido), esteres asídicos del ácido caféico (verbascósido y el poliumósido), iridoides (aucubósido, catapol, isocatapol), mucílagos (3%), saponósidos (verbascosaponósido), esteroides (sitosterol y estigmasterol), carotenoides. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; 1995: 297).

Su uso como antitusígeno se justifica por el efecto demulcente de los mucílagos que junto con la acción antiinflamatoria de los iridoides y flavonoides que evitan la irritación de las mucosas de las vías altas.

Su uso para el dolor y el hinchazón se explica por el efecto antiinflamatorio y diurético de iridoides y flavonoides.

No se ha encontrado ninguna justificación a nivel químico en el uso popular como laxante veterinario.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se menciona diciendo que es tóxica (BLANCO CASTRO, E.; 1995:138).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se ha utilizado en la medicina popular como antihemorroidal, cicatrizante, vulneraria, antitusígena y antispóricia (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:203-204).

En la etnobotánica de Castellón se menciona como hemostática, anticatarral, antituberculoso, en bronquitis y resfriados (MULET PASCUAL, L.; 1991:471-472).

En el estudio etnobotánico de Gátova (Valencia) se utiliza su congenera *Verbascum sinuatum* L. popularmente como antiinflamatorio bucal y como antitusígeno (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:108).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:138.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:471-472.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:203-204.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:319.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B. "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA.1995: 297.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:108.

***Verbena officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Verbena officinalis* L.

Familia: *Verbenaceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: verbena, hierba Santa, hierba sagrada.

Nombres vernáculos gallegos: crusados, **herba da cruz**, herba do bazo, herba dos ensalmos, orxabán, verxebán

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea perenne, de 0.2–0.7 m, erecta o ascendente, rizomatosa, débilmente pubescente, con pelos glandulosos. Tallos erectos cuadrangulares que se ramifican a partir de su mitad. Hojas opuestas, las inferiores y las medias ovadas o triangulares con el limbo pinnatífido, a veces con los lóbulos más o menos divididos. Hojas superiores simples y dentadas. Flores (VI-X) en espigas terminales más o menos laxas y foliosas; corola subbilabiada, de color lilacino, formada por 5 pétalos soldados; 4 estambres incluidos en el tubo de la corola. Fruto formado por 4 mericarpos con 4-5 costillas longitudinales cada uno.

Forma parte de los herbazales ruderal-viarios sobre suelos húmedos. Distribución plurirregional. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:624).

Se encuentra por toda Galicia. En la provincia de La Coruña se cría en prados, orillas de caminos y otros lugares ruderizados. Se da en piso colino y montano de ombroclima húmedo sobre suelos frescos y sueltos derivados de cualquier tipo de roca (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R.; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:314).

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se hace un cocimiento de la verbena en caso de catarro. Para dar varias veces al día. Oroso (2 ref.).

Piel

Para cicatrizar heridas.

Se hace un cocimiento de la verónica para lavar la herida varias veces al día, varios días. Oroso (2 ref.).

Para la maduración de abscesos.

Se utiliza un emplasto de las ramas trituradas de verbena con la clara de huevo para poner en la zona del absceso para ablandarlo. Oroso (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Se compone de iridoïdes monoterpénos (verbenalina, hastatósido y dihidroverbenalina), flavonoides (glucósidos de luteolol, escutellarol y del 6-hidroxiluteolol), ácidos fenólicos y derivados (caféico, verbascósido, eucovósido, martinósido), taninos y mucílagos.

La presencia de taninos con acción antiséptica cicatrizante además de la del efecto antiinflamatorio de los flavonoides junto con los mucílagos de propiedades emolientes justifican los usos medicinales populares como cicatrizantes y maduradores de abscesos.

El uso como anticatarral puede estar justificado con la presencia de flavonoides como antiinflamatorios junto con el efecto antiséptico (bactericida-bacteriostático) de los taninos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se ha utilizado en medicina popular como antiequimótica, activadora de la circulación, cardiotónica, antiinflamatoria, antiartrósica y antipneumónica (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:205).

En la etnobotánica castellanense se menciona como demulcente, antiséptica, vulneraria, antipirética, antinefrítica, antiinflamatoria, revulsiva, antipruriginosa, antiflojística, antiinflamatoria oftálmica, antipirética, antiespasmódica, digestiva y hepatoprotectora (MULET PASCUAL, L.; 1991:472).

Es una planta que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago para el tratamiento de las erupciones de la piel, dolores producidos por la pleuresía, para lavar y cicatrizar heridas, llagas, artritis, ciática, neuralgia, y reuma (MUGARZA, J.; 1993:144-145).

En el trabajo etnobotánico de Piloña (Asturias) se emplea para el tratamiento del dolor de cabeza y el catarro (SAN MIGUEL, ELIA.2004:252).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como estimulante (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:222).

5-Bibliografía.

- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:144-145.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:472.

- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. “Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l’Alt Empordà i de les Guillerries”. Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:205.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar, 2001:624.
- SAN MIGUEL, ELIA. “etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004:252.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gátova” Universidad de Valencia. 2008:222.

***Veronica officinalis* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Veronica officinalis* L.

Familia: *Scrophulariaceae*.

Nombres vernáculos:

Nombres vernáculos castellanos: veronica

Nombres vernáculos gallegos: herba da triaga, herba de Santa Catalina, verónica das boticas.

Parte utilizada: sumidad florida.

Descripción, distribución y ecología.

Hierba postrada de 0.1–0.5 m de altura, más o menos hirsuta o villosa y con tallos pubescentes. Hojas opuestas, cortamente pecioladas, ovadas o elípticas, serradas. Flores (V- VII) pequeñas dispuestas en racimos axilares densos, de 15- 25 flores, erectos y glandulares. Cáliz veloso y corola con tubo muy corto y 4 lóbulos desiguales, de color azul pálido, venados de color azul oscuro. Fruto en cápsula cordiforme aplanada.

Se da en pastizales vivaces desarrollados en zonas umbrosas, sobre suelos frescos silíceos en claros de orlas espinosas o de bosques caducifolios (robledales y melojares). Entre el nivel del mar y 2300 m. Distribución eurosiberiana. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., 2001:322). En la provincia de La Coruña se cría en pastizales, caminos, claros de bosques, brezales, en suelos ricos en nitrógeno y otros nutrientes. Crece en el piso montano en ombroclimas húmedo e hiperhúmedo (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:356-357).

2-Etnofarmacología.

Metabolismo.

Para bajar el colesterol.

Se utiliza el cocimiento de la planta para tomar. Fene (1 ref.).

Piel

Para la cicatrización de heridas.

Se utiliza un cocimiento de la verónica y el equiseto a partes iguales para lavar la herida. Fene (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Contiene iridoides monoterpénicos (aucubósido, catalpol, ésteres del catalpol, mussaenósido, ladrósido), flavonoides (cinarósido), saponósidos triterpénicos, ácidos fenólicos (caféico y clorogénico) taninos, principio amargo y ácido ascórbico (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., ,2001:322).

La presencia de taninos con efecto antiséptico justifica su uso popular como cicatrizante de heridas. Si encima se usa mezclado con otras plantas de refutada actividad cicatrizante como es el equiseto se mejora su uso vulnerario.

Por su composición química, esta planta se la considera depurativa (ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J. I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B.; 1994:325). Probablemente este efecto depurativo pueda ser la causa por la que se usa para bajar los niveles de colesterol.

3.2-Referencias etnobotánicas.

Una planta congenera que ha sido utilizada por los peregrinos del Camino de Santiago es la *Verónica beccabunga* L. que se ha utilizado para el tratamiento de las bronquitis, catarros, para la eliminación de toxinas, para el fortalecimiento de las encías, para la activación de la saliva (MUGARZA, J.; 1993:30-31).

5-Bibliografía.

- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994:325.
- MUGARZA, J. "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago". Ediciones de Librería de San Antonio.1993:30-31.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar, 2001:322.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:356-357.

***Vicia hirsuta* (L.) S. F. Gray**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Vicia hirsuta* (L.) S. F. Gray

Familia: Leguminosae

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: no se conocen.

Nombres vernáculos gallegos: armella, berza, brenza, **herba da fame**, herba do crego, pan de cuco, veza

Parte utilizada: fruto .

Descripción, distribución y ecología.

Hierbas anuales, planta no espinosa de 1-3 dm con tallos muy finos, con estípulas menores de 3 cm, hojas paripinnada con zarcillos manifiestos flores sobre pedúnculo alargado –más que ellas-, casi siempre reunidas en grupos de varias flores de 4-8 mm dientes del cáliz más o menos iguales y no más largos que el doble del tubo, frutos (1-2 cm) laxamente hirsutos, con 2 semillas.

De distribución Holártica (Circumboreal) tiene presencia en las cuatro provincias gallegas. Es un terófito escamoso que crece en pastizales anuales umbrosos.

2-Etnofarmacología.

Otros usos etnobotánicos.

Es una mala hierba.

Se arraiga en terrenos sin cultivar y luego es muy difícil de erradicar, es invasora y no deja dar cosechas, de ahí el nombre de “hierba da fame”. Cedeira (1 ref.).

En alimentación.

Durante la guerra el fruto de esta planta se utilizó en alimentación, se le conocía como “la lenteja brava”. Arteixo (2 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

No se han encontrado referencias en la bibliografía contrastada.

3.2-Referencias etnobotánicas.

El congénere *Vicia sativa* L se menciona como forrajera en el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo) (BLANCO CASTRO, E.; 1995:86) y como alimentaria en tiempos de escasez de alimentos (postguerra civil española) en el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) ((MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:190-191).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.;“Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)” Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:86.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. “Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)”. Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:190-191.

***Vitis vinifera* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Vitis vinifera* L.

Familia: *Vitaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: vid, parra

Nombres vernáculos gallegos: pariera, uveira, **vide**, videira, viñeira

Parte utilizada: hojas, fruto.

Descripción, distribución y ecología.

Planta leñosa lianoide, de porte arbustivo cuando es cultivada aunque en estado salvaje sus ramas pueden alcanzar hasta 30 m de longitud. Hojas pecioladas con 5-7 lóbulos dentados. Flores pequeñas, pentámeras, amarillo verdosas, reunidas en racimos compuestos. Fruto en baya. Existen numerosas variedades (PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:495).

En estado silvestre vive en los sotos de ribera, en las ripisilvas y sus orlas espinosas, encaramándose frecuentemente sobre los árboles y los arbustos. (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A.; 2001:628). Es una planta de origen mediterráneo, muy cultivada y modificada por el hombre desde tiempos remotos por lo que actualmente hay multitud de razas y variedades.

2-Etnofarmacología.

Aparato respiratorio.

Para los catarros.

Se utiliza vino mezclado con unto fundido caliente y se toma en caso de catarros, aunque es difícil de tomar. Hay que tener cuidado con la temperatura a la cual se toma ya que es fácil quemarse. Curtis (1 ref.).

Aparato urinario.

Para las infecciones de orina.

Se utilizan infusiones de las hojas secas de la vid para tomar varias veces al día (2-3 veces).Mañón (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para hacer vino y aguardiente de vino.

Se utilizan los frutos de la vid para hacer tanto vino como las pepitas para el aguardiente. Cerdido (1 ref.), Boqueixón (1 ref.).

Para leña.

Se utilizan los sarmientos para hacer fuego, churrasco, etc. Ames (1 ref.).

Para curar el mal do aire.

Para esto se queman sarmientos de vid en una teja. Rianxo (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Las hojas contienen en su composición ácidos fenólicos, flavonoides (glucosidos derivados del miricetol, kenferol y quercetol), antocianósidos, taninos condensados y hidrolizables, sales minerales, carotenoides (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:495).

La presencia de taninos con acción antiséptica además del efecto antiinflamatorio de los flavonoides justifica su uso en medicina popular para el tratamiento de las infecciones de orina.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se ha utilizada en medicina popular sus hojas como emoliente y antiparasitario (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997:224-229).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se recopila usos de esta planta en medicina popular como antiverrucosa, la savia de las hojas verdes. Además, forma parte de formulas de plantas para la faringitis, antiverrucosas y antipiréticas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:208).

En la etnobotánica castellonense se menciona como hipotensora, vulneraria, antiséptica, antirreumática, febrífuga, astringente, anticatarral, antiinfecciosa, vulneraria, hemostática y en la pitiriasis. Además de para la obtención de uvas pasas y para la obtención de aguardiente (MULET PASCUAL, L.; 1991:476-478).

5-Bibliografía.

- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997:224-229.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:476-478.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guílleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:208.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOVA-VALENCIA; 1995:495.
- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; ROMO, A., "Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares". Ediciones Jaguar; 2001:628.

***Zea mays* L.**

1-Datos botánicos.

Nombre científico: *Zea mays* L.

Familia: *Poaceae*.

Nombres vernáculos

Nombres vernáculos castellanos: maíz

Nombres vernáculos gallegos: maínzo, milleiro, millo.

Parte utilizada: estilos, semillas.

Planta referenciada como planta medicinal por la Real Farmacopea Española. 3ª Edición (p. 2104).

Descripción, distribución y ecología.

Planta herbácea de gran talla (2,5m), con tallos erectos provistos de hojas lanceoladas y abrazantes. Flores masculinas reunidas en panículas terminales, las femeninas en espigas de gran tamaño rodeadas por grandes brácteas membranosas entre las que emergen numerosos estilos filiformes (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:356).

Originaria de América del Sur, se cultiva en todo el mundo. En la provincia de La Coruña se siembra en suelos derivados de rocas ácidas hasta los 700m de altitud (RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E.; 1996:96).

2-Etnofarmacología.

Aparato digestivo.

Para las diarreas.

Se utilizan los cocimientos de los estilos del maíz para la descomposición. Cerdido (1 ref.).

Para el dolor de barriga.

Se utilizan los cocimientos de los estilos del maíz para la irritación de estomago y intestino. Irixoa (1 ref.), Dodro (1 ref.).

Aparato ginecológico.

Para abortar.

Se utilizan los granos hervidos de las semillas. Ames (1 ref.).

Aparato urinario.

Para las cistitis.

Se utiliza el cocimiento de las barbas del maíz también llamados pelos del maíz para tomar. Cedeira (3 ref.), Cerdido (2 ref.), Noia (1 ref.), Carballo (1 ref.),

Paderne (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Muxía (1 ref.), Santa Comba (1 ref.), Trazo (2 ref.), Tordoia (2 ref.), Frades (1 ref.), Frades (1 ref.).

También se puede utilizar haciendo lavados del cocimiento de los pelos de maíz para la higiene íntima en mujeres. Cedeira (1 ref.),

Para el dolor de riñones.

Se utiliza el cocimiento de los estilos de maíz cuando duelen los riñones tomándolos varias veces al día (4-5 veces). Santa Comba (3 ref.)

Para orinar.

Se utiliza el cocimiento de los estilos de maíz, para orinar más o cuando se retienen líquidos. O Pino (1 ref.), Brión (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Monfero (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Melide (1 ref.), As Pontes de García Rodríguez (2 ref.), Betanzos (2 ref.), Santa Comba (4 ref.), Muxía (2 ref.), Vedra (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Boqueixón (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Brión (1 ref.), Oroso (2 ref.), Paderne (1 ref.), Teo (1 ref.), Cedeira (1 ref.), Oleiros (1 ref.), Arzua (2 ref.), Ordes (2 ref.), Vimianzo (1 ref.), A Coruña (1 ref.), Carballo (1 ref.), Bergondo (1 ref.), Pontedeume (2 ref.), Val de Dubra (2 ref.), Cerceda (1 ref.), Cesuras (3 ref.), Frades (1 ref.), Boimorto (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

Se utiliza también haciendo un cocimiento de estilos de maíz que luego utilizamos para hacer baños de asiento. Monfero (1 ref.).

Para los problemas de próstata.

Se utiliza el cocimiento de los estilos de maíz, para tomar en infusión. Teo (1 ref.), Santiago de Compostela (1 ref.), Muxía (1 ref.), Cerceda (1 ref.) y Pontedeume (1 ref.).

Para tratar las enfermedades venéreas.

Se utilizan los cocimientos de los estilos de maíz en baños de asiento. A Coruña (1 ref.).

Para las piedras del riñón.

Se utilizan los cocimientos de los estilos de maíz para tomar. Dodro (1 ref.).

Sistema nervioso

Para los nervios.

Se utiliza lo que queda de la panoja de maíz después de quitar el grano) en un litro de agua hervido con 7 hojas de limonero. Rois (1 ref.).

Metabolismo

Como depurativo

Se utilizan el cocimiento de las barbas del maíz varias veces al día. Muxía (1 ref.).

Para adelgazar.

Se utilizan el cocimiento de las barbas del maíz varias veces al día por su efecto depurativo y diurético. Muxía (1 ref.).

Aparato locomotor.

Para dolor de huesos.

Se utiliza la harina de las semillas para hacer emplastos que se colocan calientes para problemas reumáticos. Negreira (1 ref.).

Piel

Para ablandar durezas.

Se utiliza la harina de maíz en forma de emplastos para sobre la dureza para ablandarla. Ortigueira (1 ref.).

Usos veterinarios

Para orinar.

Se utiliza el cocimiento de los estilos de maíz para dar a las cerdas y a las vacas nada más dar a luz para que orinaran. A Coruña (1 ref.), Coristanco (1 ref.), Mañón (2 ref.), As Pontes de García Rodríguez (1 ref.), Muxía (1 ref.), Val de Dubra (1 ref.), A Laracha (1 ref.).

Para alimentación

Se utiliza la planta como forraje para animales y los granos de maíz triturados para añadir a piensos de gallinas, etc. Muxía (6 ref.), Dodro (1 ref.), Lousame (1 ref.), Touro (1 ref.).

Otros usos etnobotánicos.

Para alimentación.

Se utilizan los granos de maíz para hacer tortitas, pan de brona (pan de maíz). Muxía (3 ref.), Ames (1 ref.).

Para hacer la cama de los animales.

Se utiliza la planta para hacer las camas de los animales. Lo que llaman la paja del maíz. Ortigueira (1 ref.).

Para hacer los colchones.

Se utilizaban las hojas secas de la planta del maíz para rellenar los colchones de antes. Mazaricos (1 ref.).

Para fumar.

En épocas de escasez de tabaco, los estilos del maíz se utilizaban para liarlos en papel de fumar y fumarlos. Ames (1 ref.).

Para quitar la piel a las anguilas.

Se utiliza el envés de las hojas por ser tan áspero con el se le quitaba a las anguilas la piel. (Cuando no había se hacía con arena). Ames (1 ref.).

3-Contrastación bibliográfica.

3.1-Referencias bibliográficas farmacológicas.

Los estilos contienen saponósidos (10%), fitosteroles (sitosterol y estigmasterol), alantoína, Betaina, Taninos (11-13%), resinas, antocianósidos, aceite esencial (carvacrol y otros terpenos), sales minerales (K, Ca, Mg, Na, Fe) y mucílagos (PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B.; 1995:356.).

El extracto acuoso de los estilos de maíz se utiliza popularmente para abortar por su acción oxitócica, sin embargo en el uso que nos dan se utiliza para abortar los granos hervidos en vez de los estigmas por lo que no encontramos justificación química del efecto por la composición de los granos.

La presencia de sales de potasio como diuréticas y el efecto antiinflamatorio de los flavonoides y la alantoína confiere justificación a usos

como: para orinar más, para las cistitis, para el dolor de riñones, para las prostatitis en primeros estadios y para las piedras de riñón.

El hecho de que se comporte como un diurético uricosúrico y fosfatúrico por las sales minerales que contiene, le vale su utilización como depurativo en caso de gota.

Los baños de asiento de los estilos de maíz en casos de enfermedades venéreas están justificados por el efecto antiinflamatorio tópico de la alantoína, los flavonoides y los mucílagos.

3.2-Referencias etnobotánicas.

En el estudio etnobotánico del Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería) se ha utilizado en la medicina popular como espasmolítico, antidiarreico, diurético, como antidepresivo/ ansiolítico, analgésico, Antiparasitario y oxiótico (MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J.; 1997: 372-374).

En el estudio etnobotánico de la Sierra del Caurel (Lugo), se utiliza popularmente como diurética en cistitis además de en alimentación (papas y tortas de maíz) y como forrajera (BLANCO CASTRO, E.; 1995:120).

En el estudio de etnobotánica de Gerona, se comentan como usos medicinales el utilizarse como anticatarral, protectora renal, diurética. Además, se utiliza en la composición de mezclas de plantas anticatarrales, diuréticas, antihipertensivas, antisépticas renales y refrescantes. También, se utiliza como parte de la composición de licores y otras bebidas de plantas (PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J.; 2002:209).

En la etnobotánica castellonense se ha utilizado popularmente como antinefrítico, antialopéica, diurética, anticatarral, hipoglucemiante, antiséptica urinaria, antiespasmódica, febrífuga (MULET PASCUAL, L.; 1991: 478-480).

En el estudio etnobotánico de Gatova (Valencia) se utiliza popularmente como diurético en infecciones de orina (SEGARRA I DURÁ, EDUARD; 2008:188).

5-Bibliografía.

- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro, 1995:120.
- MARTINEZ LIROLA, M. J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M. R.; MOLERO MESA, J. "Investigaciones etnobotánicas en el Parque Natural del Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997: 372-374.
- MULET PASCUAL, L. "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991:478-480.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M. A.; VALLES, J. "Etnobotánica de les Terres Gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt

Empordà i de les Guillerries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002:209.

- PERIS, J. B.; STÜBING, G.; VANACLOCHA, B., "Fitoterapia Aplicada". Ediciones MICOV-VALENCIA; 1995:356.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO F. J.; VALDES BERMEJO, E. "Guía de plantas medicinales de Galicia". Galaxia.1996:96.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; "Etnobotánica farmacéutica de Gátova" Universidad de Valencia. 2008:188.

4. RESUMEN Y CONCLUSIONES.

La Coruña es la provincia gallega con mas kilómetros de costa. Tiene clima oceánico, lluvioso, de temperaturas suaves, con una abundante red hidrográfica. Sus montañas de escasa altura tienen formas redondeadas debido a la erosión. La población notablemente dispersa, se reparte en 94 municipios, aunque cada vez más concentrada en las zonas urbanas con un importante número de aldeas abandonadas. Dispone de numerosos prados en los que abunda la vegetación herbácea. Por abandono de las tierras de cultivo, ha aumentado la superficie forestal, básicamente con repoblaciones de eucaliptos y pinos. Quedan pocos restos de los bosques autóctonos, uno de los mejor conservados es el de las Fragas do Eume. El sector primario tiene cada vez menos peso en la economía coruñesa y el medio rural está sufriendo una profunda transformación, que pone en peligro el conocimiento tradicional de las plantas medicinales.

Este trabajo pretende no sólo, contribuir al inventario de parte de esta riqueza cultural, sino también sensibilizar a las generaciones más jóvenes para que valoren todo el conocimiento que acumulan sus mayores y hagan todo lo posible por conservarlo.

Todos nuestros informantes, tienen relación directa ó indirectamente con el medio rural. Una amplia mayoría son personas mayores de 65 años, las mujeres son las que ayudan a mantener las costumbres tradicionales. A pesar de esto hay un ligero mayor valor de uso en el caso de los hombres, sólo destacable en usos veterinarios.

Factores como el poco conocimiento de las dosis y el tiempo de empleo del remedio medicinal nos indican que su uso pertenece más al pasado que al presente. Contrasta el dato de abandono del uso de las plantas tradicionales, con la demanda cada vez mayor, en zonas urbanas de remedios vegetales.

En la provincia de La Coruña hay descritas 1488 especies y subespecies. En este estudio hemos encontrado referencias medicinales de 190 especies pertenecientes a 74 familias.

Las dos familias con mayor número de especies presentes en nuestro estudio son Asteráceas con 29,5% y Lamiáceas con un 19.3%. De estas 190 plantas, un 26% están reseñadas en la Farmacopea Española 3ª Edición como plantas medicinales.

Las especies de las que nos han referido más usos etnofarmacológicos son el eucalipto (*Eucalyptus globulus* Labill.) y la ortiga (*Urtica dioica* L.).

Las partes de las plantas más utilizadas son: la sumidad florida seguida de las hojas, los tallos, y por último flores y frutos.

Las formas de preparación más habituales son la infusión y la decocción, casi siempre con planta fresca.

Desde el punto de vista de las acciones farmacológicas, el mayor número corresponde a las antiinflamatorias, seguida de las acciones cicatrizante y antiséptica

El 65% de los usos etnofarmacológicos encontrados están contrastados con la farmacología científica. Hay plantas como *Omphalodes nítida* Hoffm. et Link, *Osmunda regalis* L..., *Senecio serpens* L., *Umbilicus rupestris* (Salisb) Dandy , *Chamaespartium tridentatum* (L.) P. Gibas y *Glechoma hederacea* L., de las que se conoce poco o nada de sus principios activos. Podría resultar interesante en el futuro estudiar su composición y sus posibles acciones farmacológicas

Respecto a las patologías en las que se utilizan las plantas, la mayoría pertenecen, por este orden, al sistema de piel y mucosas, aparato digestivo y al respiratorio. La aplicación de las plantas es mas frecuente en patologías crónicas (reuma, hipertensión, estreñimiento, hemorroides) y también en patologías agudas de poca gravedad (cicatrizan heridas, maduración abscesos, catarros, problemas digestivos)

Hemos encontrado 89 referencias de toxicidad en plantas, así como recomendaciones en el manejo de dosis y duración de los tratamientos para evitar posibles efectos adversos.

Dado que la transmisión oral es el procedimiento habitual de traspaso de todos estos conocimientos comentados, es muy probable que en pocos años todo este acervo cultural se haya perdido, debido al abandono del campo por la población joven y a la escasa aplicación, como hemos visto, de estos remedios tradicionales en la actualidad. Es necesario, por tanto, tomar medidas urgentes encaminadas a evitar que esta parte importante de nuestro patrimonio continúe perdiéndose.

5-BIBLIOGRAFÍA E ÍNDICES.

5.1. Bibliografía general.

- ALONSO, D.; "El saúco entre Galicia y Asturias" Tomo 2.1946.
- ALVAREZ, R. & GONZALEZ, E.; "Vegetación de estuarios gallegos. Marisma de Baldaio"; Lazaroa 11: 29-35. 1989.
- ALVAREZ, R. & GONZALEZ, E.; "Vegetación de estuarios gallegos. Marisma de Carnota (La Coruña)"; Acta Científica Compostelana; 21: 215-230. 1984
- ALVAREZ, R. & GONZALEZ, E.; "Vegetación de estuarios gallegos. Marisma de Miño, Ría de Ares (La Coruña)"; Stvd. Bot. 4: 49-56. 1985.
- ARENAS R, FARIAS P, GALLESTEGUIS G ET AL; "Características geológicas y significado de los dominios que componen la zona de Galicia" Tras Os-Montes, simposio sobre cinturones orogénicos 11. Cong. Geol Esp, Granada, pp 75-84. 1988.
- ARMESTO, F.; FRANCO DEL AMO, F.; PRUNELL, A.; "Diez plantas de beiramar". Monografías Aquarium.2001.
- ARRECHE GARCIA, A.; GUENECHEA SALAZAR, J.I.; URIARTE URIBE, C.; VANACLOTXA, B; "Fitoterapia. Vademécum de prescripción". Ed. CITA 1994.
- ATTENBOROUGH, D.; "La vida privada de las plantas". Planeta. 1995.
- BAÑARES, A.; BLANCA, G.; GÜEMES, J.; MORENO, J.C.; ORTIZ, S.; "Atlas y Libro Rojo de la Flora Vascular Amenazada de España".Ministerio de Medioambiente. 2007.
- BECOÑA IGLESIAS, E.; "La actual medicina popular gallega". Ed. Ir Inco. 1981.
- BECOÑA IGLESIAS, E.; "La medicina popular e o mundo rural". Ed. Grial. 1982.
- BECOÑA IGLESIAS, E.; "Medicina popular". Ed. Ir Inco. 1989.
- BELLAKHDAR, J.; "Médecine traditionnelle et Toxicologie Ouestsahariennes. Contribution à l'Etude de la Pharmacopée Marocaine". Ed. Techniques Nord- africaines. Rabat. 1978.
- BELLOT, F & CASASECA, B.; Contribución al estudio fitosociológico de los prados gallegos. Trab. Jard. Bot. Santiago de Compostela 8: 1-40. 1956.
- BELLOT, F & CASASECA, B.; Primera contribución al estudio fitosociológico de los prados gallegos. Anales Edafol. Fisiol. Veg. 15(4):291-330. 1959.
- BELLOT, F.; La vegetación de Galicia. Anales Inst. Bot. Cavanilles. 24: 3-306. 1968.
- BIROT, P. et SOLE, SABARIS, L.; Recherches morphologique sur NO de la Peninsule Iberique. C.D. E. CNRS. Tom.IV, Paris. 1953.
- BLANCO CASTRO, E.; "Investigaciones etnobotánicas en la Sierra del Caurel (Lugo) y en la Calabria Extremeña (Badajoz)" Tesis Doctoral. Emilio Blanco Castro. 1995.

- BONNIER, GASTON; LAYENS, G.; Claves para la determinación de plantas vasculares. Ediciones Omega. 1999.
- BOUZA BREY, F.; "Las enfermedades infantiles de Rosalía de Castro y los ritos de medicina mágica en Galicia". Cuadernos de Estudios Gallegos. 1967.
- BRALO RELO, E.; "Medicina natural popular e caseira". Tomo 3 Alimentos, saude e plantas.
- CALAIS, R.; "Las plantas y el ocultismo". Dalmau Socías. 1993.
- CALVO DE ANTA R., MACIAS F., RIVEIRO A.; Aptitud agronómica de los suelos de la provincia de La Coruña (Cultivos, Pinos, Robles, Eucaliptos y Castaños). Diputación de La Coruña, La Coruña. 1992.
- CANTO, O., DEL RIO, C. y GRADIN, C.; Análisis territorial de la pobreza y la desigualdad en Galicia 1999-2003. Fundación Caixa Galicia. La Coruña. 2006.
- CAÑADA, SILVERIO; "Curandeiro". Gran Enciclopedia Gallega. 1974.
- CAMELO REGO, C.; MARTINEZ MARTINEZ, P.; REIRIZ VARGAS, S.; VALES MOSQUERA, E.; "Espacios naturais de Galicia. Provincia de A Coruña". Edicións Bahía. 1995.
- CARBALLEIRA, A., DEVESA, C., RETUERTO. R., SANTILLAN, E. Y UCIEDA, F.; Climatología Básica de Galicia. Avances sobre la Investigación en Bioclimatología. Vol 7. 1981.
- CARBALLEIRA, A., DEVESA, C., RETUERTO. R., SANTILLAN, E. & UCIEDA, F.; Bioclimatología de Galicia. Ed Fundación P. Barrié de la Maza. Conde de FENOSA. A Coruña. 1983.
- CARO BAROJA, J., "Ritos y mitos equivococ". Istmo.1974.
- CARRASCO-MUÑOZ DE VERA, CARLOS; "Galicia.Guía de la naturaleza" Editorial Everest. 3ª Edición. 1982.
- CARRÉ ALVARELLOS, LOIS; "Contos da Galiza". Porto. Museo de Etnografía e Historia.
- CARRÉ ALVARELLOS, LOIS; "As lendas tradicionais galegas". Porto. Museo de Etnografía e Historia.
- CARRO, J.; "El Corpo Santo de Iria y la terapeutica Popular del mal de aire". I Coloquio Galaico-Minhoto. Ponte de Lima.Vol 2º. 1981.
- CASARES, CARLOS.; "A vida do Padre Sarmiento". Editorial Galaxia. 2001.
- CASASECA, B.; La vegetación y flora del término municipal de Santiago de Compostela. Bol. Univ. Compostelana 67: 297-349. 1959.
- CASTILLO DE LUCAS, A.; "folkmedicina". Dossat. 1958.
- CASTRO, MARISA; PRUNELL, ANTONIO; BLANCO-DIOS, JAIME B.; "Guía das árbores autóctonas e ornamentais de Galicia". Edicións Xerais de Galicia, S.A. 2007.
- CASTROVIEJO, S. ET AL.; "Flora Ibérica: Plantas vasculares de la Península Ibérica e Islas Baleares". 1,2,3,4,5,6,7(1) y 8. Real Jardín Botánico CSIC Madrid. Editorial CSIC Madrid. 1986-1999.
- CASTROVIEJO, S.; "Sobre la Flora Gallega III." *Trab. Dep. Bot. Fisiol. Veg.* 7: 11-17. 1975.
- CASTROVIEJO, S.; "Sobre la Flora Gallega, IV". *Anales Jard. Bot. Madrid* 39(1): 157-165. 1982.
- CUNQUEIRO, A.; "Escola de manceiros". Ed. Galaxia. 1998.

- DE SA BRAVO, HIPÓLITO; "Boticas monacales y medicina naturista en Galicia". Ed. Everest S.A. 1983
- DE TORRES LUNA, M.P.; PAZO LABRADOR, A.; "Parroquias y arciprestazgos de Galicia". Monografías da Universidade de Santiago de Compostela N°183. 1994.
- DIAZ GARCIA, F. "La geología del sector Occidental del Complejo de Ordenes Cordillera Hercínica, NW de España: Nova Terra 3", Ed O Castro 230p. 1990.
- DIAZ GARCIA, F.; "La evolución metamórfica de las rocas máficas y ultramáficas del sector occidental del Complejo de Ordenes NW de España". Cuad. Lab. Xeol. Laxe, 2:141-149. 1988.
- DOMÍNGUEZ LERENA, S.; MARTINEZ RODRÍGUEZ, E.; "Os segredos das árbores". Ed. Consellería de Medio Ambiente-Centro de Desenvolvemento Sostible. 2003.
- FAO-UNESCO; Soil Map of The World - Revised Legend. Soils Bull. 60. FAO, Roma. 1988. (Versión en Español de la SECS. FAO, Roma, 1990).
- FARIAS, P.; GALLESTEGUI, G.; GONZALEZ LODEIRO, F. ET AL.; "Aportaciones al conocimiento de la litoestratigrafía y estructura de Galicia Central", Anais da Facultade de Ciencias. Universidade de Porto, Memorias 1: 411-431. 1987.
- FERNÁNDEZ CARRERA, XAN X.; RIAL LEMA, ROSA M^a; "A cultura popular en Coristanco". Concello de Coristanco. 1997.
- FERNANDEZ LEICEAGA, X & LOPEZ IGLESIAS, E.; Estructura económica de Galiza. Ed. Laivento. 2000.
- FERNANDEZ, G.; Economía rural y agraria en Galicia 2005 FG Estudios económicos y sociales. Madrid. 2006.
- FERNANDEZ, M. & FERNANDEZ-GRELA, M.; La estructura productiva de la economía gallega. CIEF/Fundación CaixaGalicia. 2003.
- FIDALGO, J.A.; "Prácticas supersticiosas en el tratamiento de las enfermedades en la Galicia actual" Cuadernos de Estudios Gallegos.
- FRAGA VILA, M^a ISABEL; Capítulo: Utilización de plantas silvestres en la curación de dolencias de los peregrinos. "El HOSPITAL REAL de Santiago de Compostela y LA HOSPITALIDAD en el camino de la Peregrinación. Xunta de Galiza. Xacobeo. 2004.
- FRAGUAS, A.; "La Galicia insólita". Librial. 1973.
- FRUTOS, P.; "Leyendas gallegas". Madrid. 1981
- GALICIA ETERNA (Volumen III). Ediciones Nauta, S A. 1984.
- GARCIA SANZ, A. (autor y editor); "Andanzas y anécdotas de un veterinario". Mondoñedo (Lugo). 1990.
- GARCIA SANZ, A.; Colección etnografía: Curanderismo tomo 1 y tomo 2. Publicaciones Diputación Provincial de Lugo. 2002
- GARCIA, XOSE RAMON.; "Flora de Galicia". Editorial Follas Novas. 1979.
- GONZALEZ FERNÁNDEZ, X.M.; "Medicina popular: Racionalidade das crises históricas e da resposta ás mesmas". I Coloquio de Antropología de Galicia. Ed. Do Castro, Sada. 1984.
- GONZALEZ FERNÁNDEZ, X.M.; "Tradiciones e costumes populares da fisterra". R. P. Edicions Concello de Corcubion. 1989.
- GONZALEZ MARTINEZ, PRAXITELES.; "Riveras del "Baixo Miño". Sus gentes, usos y costumbres". Ed. Gráficas Lomba- O Rosal. 1997.

- GONZALEZ REBOREDO, X.; "Cuadernos de estudio gallegos".
- GONZALEZ, M.A.; YÁNEZ, FRAY DAMIÁN.; "Santa María La Real de Oseira. Guía del monasterio". Edilesa. 1999.
- GONZALEZ-HERNANDEZ, M.P., ROMERO R., RODRÍGUEZ-GUITIAN M., RIGUEIRO, A.; "Medicinal use of some plants in Galicia (NW Spain)". *Acta Horticulturae*. 2004.
- GRADIN, C., DEL RIO, C.; A distribución da renda en Galicia. Balance das 3 últimas décadas. *Revista Galega de Ciencias Sociais* Vol 1. Santiago de Compostela 2003
- GUIBAN, M. C. & col.; Boletines HISPALINK- Galicia, dic 00, dic 01, dic 02, dic 03, dic 04, jun02, jun05, jun06, jun07. www.hispalink.es
- GUIBAN, M.C.&col.; Informe Galicia-2006 "Renta y el empleo en los sectores productivos de Galicia 1995-2005". www.usc.es/economet/galicia.htm
- GUITIÁN, P.; "Aproximación al conocimiento de la flora y comunidades vegetales de la playa y laguna de Doniños (Ferrol, A Coruña)". *Concepción Arenal. Ciencias y Humanidades*, ano VI, Nº 17:91-103. Ferrol. 1987.
- GUITIÁN, P.; GUITIÁN, J.; "Base florística para la protección de las dunas y marismas de Corrubedo (A Coruña, España)". *Trabajos Compostelanos de Biología*, 13: 139-182. Universidade de Santiago de Compostela. 1986.
- HAUSEN, B.M.; BREUER, J.; VEGLEWSKI, J. ET AL.; "alpha-Peroxyachifolid and other new sensitizing sesquiterpene lactones from yarrow (*Achillea millefolium* L., Compositae)", *Contact Dermatitis*, 24,4: 274-80, 1991 Apr.
- HESS, H. H.; "The oceanic crust, the upper mantle and the Magaguez serpentized peridotite. En: A study of serpentized" (C. A Burke Ed). 1188p, 169-175. National Academy of Sciences Washintong DC. 1964.
- IZCO, J. & SÁNCHEZ, J.M.; "Los medios halófilos de la ría de Ortigueira (A Coruña, España). Vegetación de dunas y marismas". *Thalassas* 12: 63-100. 1996.
- IZCO, J.; Galicia. En: M. Peinado Lorca & S. Rivas-Martínez (Eds.): *La Vegetación de España*. Col. Aula Abierta nº 3. Servicio de Publicaciones. Universidad de Alcalá de Henares. 1987.
- IZCO, J. GUITIAN, J. AMIGO, J. ORTIZ, S.; "Apuntes sobre la flora gallega I" *Trab. Comp. Biol.* 10-87-96. 1983.
- IZCO, J., AMIGO, J. & GARCIA-SAN LEON, D.; "Análisis y clasificación de la vegetación leñosa de Galicia (España)" *Lazaroa*, 20: 29-47. 1999.
- IZCO, J., AMIGO, J. & GARCIA-SAN LEON, D.; "Análisis y clasificación de la vegetación de Galicia (España), II. La vegetación herbácea". *Lazaroa* 21: 25-50. 2001.
- IZCO, J.; GUITIÁN, P.; SÁNCHEZ, J.M.; "Análisis y clasificación de las comunidades vegetales vivaces de las dunas vivas gallegas" - *Revista Academia Galega de Ciencias*, vol.XII:79-104. Academia Galega de Ciencias. 1994.
- IZCO, J.; Galicia en la vegetación de España", Rivas-Martínez, S and Peinado, M (eds)., *colec. Aula Abierta: 385-418*, Serv. Public. Univ. Alcalá de Henares. 1987.

- JATO RODRÍGUEZ, M.V., RODRÍGUEZ GRACIA, V.; “Introducción ao estudo da flora e a vexetación de Galicia en o meio natural galego”. Edicións do Castro. 1986
- JULIVERT, M, FONTBOTE J.M., RIBEIRO A, NABAIS CONDE LE.; “Mapa tectónico de la Península Ibérica y Baleares E 1:1000.000” Memoria (1974)113pp Inst Geol. Min Esp. 1972.
- LAINZ, M. “Aportaciones al conocimiento de la flora gallega”, V. Anal. Inst. Forestal Madrid 12:1-51.
- LIS QUIBÉN, V.; “Medicina popular en Galicia”.Madrid. Ed. Akal. 1980.
- LISON TOLOSANA, C.; “Antropología cultural de Galicia”. Siglo XXI. 1971.
- LISON TOLOSANA, C.; “Brujería, estructura social y simbolismo en Galicia”. Madrid. Akal. 1980.
- LISTE, A.; “Galicia; brujería, superstición y mística”.
- LOPEZ IGLESIAS E.; O sector agrario galego ás portas do século XXI: balance das súas transformacións recentes. Revista Galega de Economía, vol. 9, núm. 1. 2000.
- LORENZO MUIÑOS,E.; “As plantas medicinais”
- LORENZO, X.; “Etnografía: cultura material”. En historia de Galicia Dirigida por Otero Pedrayo. Madrid. Akal. 1979.
- LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; NIÑO RICOI, E.; “Nomenclatura vernácula da flora vascular galega”. Colección investigación y desenvolvemento Nº 4 .Servicio de Estudos e Publicacións da consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia.1992.
- MACÍAS, F. Y CALVO DE ANTA, R.; Suelos de la provincia de La Coruña. Diputación Provincial de La Coruña. 1992.
- MACIAS, F., CALVO DE ANTA, R.; Los Suelos de Galicia. En: Atlas de Galicia. Vol. I. Sociedade para o Desenvolvemento Comarcal de Galicia. Consellería de Presidencia. Xunta de Galicia, 174-217. 2001.
- MALLO, ALBINO.; “La otra medicina en Galicia”. Edicions El Correo Gallego. 1999.
- MARCOS, A y FARIAS, P.; “La estructura de la sutura varisca en la transversal de Cabo Ortegal (NW de España): XIV”; Reuniao de Geología do Oeste Peninsular. Abstracts 109-114. 1997.
- MAREY, M.F. CRECENTE R., RODRÍGUEZ V.; Usos del monte en Galicia en el siglo XX. Departamento de Ingeniería Agroforestal, Escuela Politécnica Superior de Lugo. Universidade de Santiago de Compostela, España. 2004.
- MARIÑO FERRO, X.R. “Medicina popular” Gran Enciclopedia Gallega. 1984.
- MARIÑO FERRO, X.R. “Cultura popular”. Santiago. Museo Pobo Galego. 1985.
- MARIÑO FERRO, X.R.; “La medicina mágica”. Ed. Xerais de Galicia. 1988.
- MARIÑO FERRO, X.R.; “Plantas, carnes y minerales medicinales”. Edita Servicio de Publicaciones de Excma. Diputación Provincial de Pontevedra. 1991.
- MARIÑO FERRO, X.R.; “La medicina popular interpretada” tomo I y II. Ed. Xerais de Galicia. 1986.

- MARTINEZ CORTIZAS, A., PEREZ ALBERTI, A.; Atlas climático de Galicia. Xunta de Galicia. 1999.
- MARTINEZ HERNÁNDEZ. J.; Los techos de España (Ediciones desnivel). 2001.
- MARTINEZ LIROLA, M.J.; GONZALEZ-TEJERO GARCIA, M.R.; MOLERO MESA, J.; "Investigaciones etnobotánicas en el parque natural de Cabo de Gata-Níjar (Almería)". Sociedad Almeriense de Historia Natural. 1997.
- MENDOZA, C.; "La leyenda de las plantas, mitos, tradiciones, creencias relativas a los vegetales". Alta Fulla. 1993.
- MERINO, B.; "Flora descriptiva e ilustrada de Galicia. I, II, III."; Tipografía Galaica. Santiago de Compostela. 1905-1906-1909.
- MERINO, BALTASAR; "Viajes de herborización por Galicia". Publicacións da Area de Ciencias Agrarias. Seminario de Estudos Galegos. Edicións do Castro. 1987.
- MUGARZA, J.; "Guía de las plantas medicinales del Camino de Santiago. Antiguo recetario medicinal de los peregrinos". Ed. Librería de San Antonio.
- MULET PASCUAL, L.; "Etnobotánica Farmacéutica de l'Alt Maestrat. Ed. Servicio de Publicaciones Diputación Provincial de Castellón. 1987.
- MULET PASCUAL, L.; "Estudio etnobotánico de la Provincia de Castellón". Servicio Publicaciones Diputación de Castellón, 1991.
- MULET PASCUAL, L.; "Flora toxica de la Comunidad Valenciana". Diputación de Castellón, 1997.
- NIÑO RICOI, E.; LOSADA CORTIÑAS, E.; CASTRO GONZALEZ, J.; "Catalogo da flora vascular galega". Colección investigación y desenvolvemento Nº 5. Servicio de Estudos e Publicacións da consellería de Agricultura, Gandería e Montes. Xunta de Galicia. 1994.
- NONN, H.; Evolution Géomorphologique et types de reliv en Galice occidentale et septentrionale. Rev. de Géographie Physique et de Geologie Dynamique. Vol.XI, fasc.1, Paris. 1969.
- ORDÓÑEZ, S.F.; "Sobrado dos Monjes. Primer monasterio Cisterciense de España". Edilesa. 1998.
- ORTIZ & RODRÍGUEZ OUBIÑA; Synopsis of the Rupicolous Vegetation of Galicia (North-western Iberian Peninsula). *Folia Geob. Phytotax.*, 28: 15-49. 1993.
- OTERO AIRA, L.; "Las plantas alucinogenas". Paidotribo. 1998.
- OTERO PEDRAYO; "Os ríos galegos". Ediciones Castrelos. Vigo. 1977.
- PARADA, M.; SELGA A.; BONET, M.A.; VALLES, J.; "Etnobotánica de les terres gironines: natura i cultura popular a la plana interior de l'Alt Empordà i de les Guilleries". Editat per la Unitat de Publicacions de la Diputació de Girona. 2002.
- PARGA PONDAL, I.; "Datos geológicos y petrográficos de la provincia de La Coruña". Excma. Dip. Provincial. La Coruña. 1966.
- PEREIRA POZA, ANTONIO.; "Ritos de embarazo e parto en Galicia". Cuadernos do seminario de Sargadelos nº89. Edicións do Castro.Sada. A Coruña. 2001.
- PEREZ ALBERTI; El Relieve, Galicia eterna, Vol III Ediciones Nauta. 1984.

- PEREZ BALLESTEROS, J.; “El cancionero popular gallego” Madrid. Akal.
- PEREZ FRANCO, N.; SANCHEZ MEITIN, L.; “A festa no Aire”. Edita Concello de Xove. 2006.
- PEREZ HERVADA, E.; “Curanderismo y superstición”.
- PEREZ-ESTAUN, A., MARTINEZ-CATALAN, J.R. y BASTIDA, F.; “Crustal thickening and deformation sequence in the footwall to the suture of the Hercynian belt of northwest Spain: Tectorrophysics”; 191: 243-253. 1991.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; VANACLOTXA, B.; “Fitoterapia Aplicada”. Ediciones MICOV-VALENCIA. 1995.
- PERIS, J.B.; STÜBING, G.; ROMO, A. “Plantas Medicinales de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Ediciones Jaguar. 2001.
- PIO FONT QUER “Plantas medicinales. El Dioscorides renovado”Ed. Labor. 1985.
- POLUNIN, OLEG; SMYTHIES, E. B.; “Guía de campo de las flores de España Portugal y sudoeste de Francia.” Editorial Omega.
- PRUNELL, A.; FRANCO DEL AMO, F.; ARMESTO, F.; “Diez plantas de beiramar”. Monografías Aquarium. Ed. Via Lactea. 2001.
- PUTZ, R.; “Botánica oculta: las plantas mágicas según Paracelso”. Pons. 1994
- RAYNAL, R et NONN, H.; Glacis etages et formations quaternaires de Galice orientale et de Leon; quelques observations et donnees nouvelles. Rev. de Geom.. Dynam, nº3. 1968.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A. & F. J SILVA-PANDO; “Aportaciones a la flora de Galicia”, I. Anales Jard. Bot. Madrid 40(2):385-395. 1984.
- RIGUEIRO RODRÍGUEZ, A.; ROMERO FRANCO, R; SILVA-PANDO, F. J.; VALDES BERMEJO, E.; “Guia de plantas medicinais de Galicia”. Galaxia. 1996.
- RISCO, V.; “Estudio etnográfico en tierra de Melide”. A Coruña. O Castro. 1978.
- RISCO, V.; “Etnografía: cultura espiritual”. En Historia de Galicia. Madrid. Akal. 1979.
- RIVAS MARTINEZ, S.; “Brezales y jarales de Europa occidental”. Lazaroa1: 5-127. 1979.
- RIVAS MARTINEZ, S.; Pisos bioclimáticos de España. *Lazaroa* 5: 33-43. 1983.
- RIVAS MARTINEZ, S.; “Pisos bioclimáticos de España” Ed Lazaroa 5:33-43. 1984.
- RIVAS MARTINEZ, S.; “Memoria del mapa de series de vegetación de España. (1:400.000)”. Ministerio de Agricultura, ICONA, Madrid. 1987.
- RIVAS MARTINEZ, S.; CANTO, P.; “Biogeografía de la Península Ibérica, islas Baleares y Canarias”. Folic Bot Matritensis 8:1-6. 1990.
- RIVAS-MARTINEZ, S.; Mapa de series, geoserias y geopermaseries de vegetación de España (Memoria del Mapa de Vegetación Potencial de España. Parte 1). *Itinera Geobot.* (Nueva Serie) 17. 436 pp.. 2007.
- RODRÍGUEZ FRAIZ, A.; “Constumbres populares liturxico-mariais nas igrexias e santuarios de Galiza.
- RODRÍGUEZ LOPEZ, J.; “Supersticiones de Galicia y preocupaciones vulgares”.Celta. 1971.

- RODRÍGUEZ OUBIÑA J., ORTIZ S. & PULGAR I.; “Flora e vegetación das praias e dunas de Galicia”. Ed. Grafinova. Santiago de Compostela. 1995.
- RODRÍGUEZ, P.; “Curanderos. Viaje hacia el milagro”. Ediciones Temas de hoy, S.A. 1992.
- ROLDAN FERNÁNDEZ, A.; Notas para una climatología de La Coruña. Instituto Nacional de Meteorología Ministerio de Transportes, Turismo y Comunicación. 1985.
- ROMO, ANGEL M.; “Árboles de la Península Ibérica y Baleares”. 2edición. Editorial Planeta. 2001.
- SAINZ OLLERO, H & J.E. HERNÁNDEZ BERMEJO; “Síntesis corológica de las Dicotiledóneas endémicas de la Península Ibérica e Islas Baleares”. Monografías INIA, nº 31. Ministerio Agricultura Madrid. 1981.
- SAN MIGUEL LOPEZ, ELIA; “Etnobotánica de Piloña (Asturias)”. Tesis doctoral Universidad Autónoma de Madrid. 2004.
- SANDOVAL, A.; SINEIRO, R.; FIGUEROA, R.; CASTRO de, C.; “Fragas do Eume. Parque natural”. Ed. Xunta de Galicia. Guías informativas Medio Ambiente. 2003.
- SANMARTIN LUIS A.; CANZOBRE HELENA L.; “Guía da flora do litoral galego”. Edicións Xerais. 1998
- SANTANACH, P.; BALTUILLE, J.M.; CABRERA, L.; MONGE, C.; SAEZ, A y VIDAL-ROMANI, J.R.; “Cuencas terciarias gallegas relacionados con corredores de fallas direccionales”. 11 Congr. Geol. de España, Granada. Simposios. 123-133. 1988.
- SANTOS LEDO M. J y PEREZ LOPEZ B. P.; “Por los ríos de Galicia”, Ediciones Trea. 2007.
- SEGARRA I DURÁ, EDUARD; “Etnobotánica farmacéutica de Gávota”. Universidad de Valencia. 2008.
- SEIJO, F.J.; “Curanderismo y medicina popular” Alicante. Biblioteca Alicantina. 1974.
- SILVA PANDO F.J. & FERNÁNDEZ LOPEZ; “La flora gallega al detalle”. Quercus Edición especial Galicia 244:20-21 América Ibérica Madrid. 2006.
- SILVA PANDO, F.J.; GÓMEZ VIGIDE, F.; GARCÍA MARTÍNEZ, X.R. & BLANCO DIOS, J.B.; “Aportacións á flora de Galicia, VI”; Nova Acta Científica Compostelana (Biología) 10: 21-33. 2000.
- SOÑORA, X.; J. RODRÍGUEZ-OUBIÑA & S. ORTIZ; “Apontamentos sobre a flora galega XIV”. *Bol. Soc. Brot., Sér 2*, 66: 201-209. 1993.
- SOÑORA, X.; I. PULGAR & R. IGLESIAS; “Apuntamentos sobre a flora vascular galega XV”. *Nova Acta Científica Compostelana* 6: 3-9. 1996.
- TABOADA CHIVITE, J.; “Ritos y creencias gallegas”. Sálvora. Santiago de Compostela. 1980.
- TABOADA CHIVITE, J.; “Etnografía galega”. Vigo. Galaxia. 1972.
- TABOADA CHIVITE, J.; “La medicina popular en el valle de Monterrey (Orense)”. R.D.T.P. III. 1974.
- TENORIO, N.; “La aldea gallega”. Vigo. Edicións Xerais. 1982.
- THORNTHWAITE, C. W.; The climates of North America according to a new classification. *Geogr. Rev.*, **21**, 633–655. *Jard. Bot. Madrid* 49(2): 245-264. 1931.
- TORRES PAJÓN, A.; “Plantas Medicinales. Virtudes, mitos y tradiciones “Colegio Oficial de Farmacéuticos de La Coruña. La Coruña. 2006.

- TUTIN, T.G. ;HEYWOOD, V.H. ; BURGESS, N.A. ;VALENTINE,D.H. “Flora Europaea”, Vol. 1-5. Cambridge University Press (1968-1993).
- VALIENTE, L.; “Notas para el estudio del meigallo: desorden y reconciliación”. En Coloquio de Antropología de Galicia. La Coruña. O Castro. 1984.
- VAQUERIO, VICTOR.; “Guía de Galiza máxica, mítica e lendaria”. Editorial Galaxia, S.A. 2004.
- VEGAS, R.; La síntesis de la geología de Galicia en el marco de dinámica global. VII Simposio sobre la enseñanza de la Geología. Santiago de Compostela. 1992.
- VEGAS, R, & CORDOBA, D.; “Sobre la existencia de dos cuñas de corteza en Galicia Oriental según resultados de sismica profunda. Implicaciones geodinámicas”. Geogaceta, 5:16-19. 1988.
- VEGAS, R.; “La síntesis de la geología de Galicia en el marco de dinámica global, VII”. Simposio sobre la enseñanza de la Geología. Santiago de Compostela. 1992.
- VILAR HERMIDAS, X. LOIS.; “Santa Mariña de Veira” Y “San Martiño de Tabeiao”.Concejalía de Cultura do Concello de Carral. 1999 Y 2000.
- [www. edu/aytolacoruna.es](http://www.edu/aytolacoruna.es) (Ríos de Galicia).
- [www. xunta.es](http://www.xunta.es) (Consellería de Medio Ambiente e desenvolvemento sostible).
- ZAMORA, F.; “Refranes e ditos populares galegos”.Vigo. Galaxia. 1972.
- ZUZUNEGUI FREIRE, J.; “La medicina mágica en Galicia y otros esbozos”. Faro de Vigo. 1957.

5.2 Índice de denominaciones científicas.

NOMBRE CIENTIFICO	PAG		
		<i>Crataegus monogyna</i> Jacq.	262
		<i>Cucurbita pepo</i> L.	265
		<i>Cuscuta epithymum</i> (L.) L	267
		<i>Cynara scolymus</i> L.	269
		<i>Cynodon dactylon</i> (L.) Pers	272
		<i>Cytisus multiflorus</i> (L'Her.) Sweet.	275
		<i>Cytisus scoparius</i> (L.) Boiss	277
		<i>Daphne gnidium</i> L.	280
		<i>Datura stramonium</i> L.	283
		<i>Daucus carota</i> L.	286
		<i>Digitalis purpurea</i> L.	288
		<i>Dipsacus fullonum</i> L.	291
		<i>Drosera rotundifolia</i> L.	293
		<i>Dryopteris filix-mas</i> (L.) Schott.	295
		<i>Epilobium parviflorum</i> Schreber	298
		<i>Equisetum</i> sp	300
		<i>Erica arborea</i> L.	304
		<i>Eucaliptus globulus</i> Labill.	306
		<i>Euphorbia lathyris</i> L.	312
		<i>Ficus carica</i> L.	315
		<i>Foeniculum vulgare</i> Miller	319
		<i>Fragaria vesca</i> L.	324
		<i>Frangula alnus</i> Miller	327
		<i>Fraxinus excelsior</i> L.	330
		<i>Fumaria officinalis</i> L.	333
		<i>Galium aparine</i> L.	335
		<i>Gentiana lutea</i> L.	337
		<i>Geranium robertianum</i> L.	339
		<i>Glaucium flavum</i> Crantz	341
		<i>Glechoma hederacea</i> L.	343
		<i>Hedera helix</i> L.	347
		<i>Helichrysum italicum</i> (Roth) G. Don fil	350
		<i>Hypericum perforatum</i> L.	352
		<i>Ilex aquifolium</i> L.	356
		<i>Iris pseudacorus</i> L.	360
		<i>Juglans regia</i> L.	363
		<i>Juncus acutus</i> L.	367
		<i>Juniperus communis</i> L.	369
		<i>Lactuca virosa</i> L.	372
		<i>Lamium maculatum</i> L.	375
		<i>Laurus nobilis</i> L.	377
		<i>Lavandula officinalis</i> Chaix	382
		<i>Lavandula stoechas</i> L.	384
		<i>Lavatera cretica</i> L.	387
		<i>Leucanthemum vulgare</i> Lam	390
		<i>Linum isitatissimum</i> L.	392
		<i>Lippia citriodora</i> H.B. & K.	396
		<i>Lithodora prostata</i> (Loisel.) Griseb.	401
		<i>Lonicera periclymenum</i> L.	403
		<i>Malus domestica</i> Borkh	405
		<i>Malva sylvestris</i> L.	407
		<i>Marrubium vulgare</i> L.	413
		<i>Matricaria chamomilla</i> L.	415
		<i>Melissa officinalis</i> L.	418
		<i>Mentha aquatica</i> L.	421
<i>Acacia dealbata</i> Link	134		
<i>Achillea millefolium</i> L.	136		
<i>Adenocarpus complicatus</i> (L.) Gay	139		
<i>Aesculus hippocastanum</i> L.	141		
<i>Allium cepa</i> L.	143		
<i>Allium sativum</i> L.	147		
<i>Alnus glutinosa</i> (L.) Gaertner	151		
<i>Aloe ferox</i> Miller	153		
<i>Althaea officinalis</i> L.	157		
<i>Anthemis arvensis</i> L.	159		
<i>Aphanes arvensis</i> L.	162		
<i>Apium graveolens</i> L.	164		
<i>Apium nodiflorum</i> (L.) Lag	167		
<i>Armeria maritima</i> (Miller) Willd.	169		
<i>Arnica montana</i> L.	171		
<i>Artemisia absinthium</i> L.	175		
<i>Artemisia vulgaris</i> L.	178		
<i>Arum italicum</i> Miller	180		
<i>Asparagus officinalis</i> L.	183		
<i>Asphodelus albus</i> Miller	186		
<i>Athyrium filix-femina</i> (L.) Roth	188		
<i>Avena sativa</i> L.	190		
<i>Betula alba</i> L.	192		
<i>Bidens aurea</i> (Aiton) Sherff.	195		
<i>Borago officinalis</i> L.	197		
<i>Brassica nigra</i> (L.) Koch	199		
<i>Brassica oleracea</i> L. var. <i>acephala</i> DC.	201		
<i>Bryonia cretica</i> L.	204		
<i>Buxus sempervirens</i> L.	207		
<i>Calamintha nepeta</i> (L.) Savi	209		
<i>Calendula arvensis</i> L.	212		
<i>Calluna vulgaris</i> (L.) Hull	215		
<i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Medicus	217		
<i>Capsicum annum</i> L.	219		
<i>Carpobrotus edulis</i> (L.) N.E.Br.	221		
<i>Castanea sativa</i> Miller	223		
<i>Centranthus ruber</i> (L.) DC.	226		
<i>Ceterach officinarum</i> Willd.	228		
<i>Chamaemelum nobile</i> (L.) All	230		
<i>Chamaespartium tridentatum</i> (L.) P. Gibbs	233		
<i>Chamomilla suaveolens</i> (Pursh) Rydb.	236		
<i>Chelidonium majus</i> L.	239		
<i>Chrysanthemum segetum</i> L.	244		
<i>Cichorium intybus</i> L.	246		
<i>Citrus aurantium</i> L.	248		
<i>Citrus deliciosa</i> Ten.	251		
<i>Citrus limon</i> (L.) Burm fil	253		
<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osbeck	256		
<i>Convulvulus arvensis</i> L.	258		
<i>Corylus avellana</i> L.	260		

<i>Mentha piperita</i> L.	424	<i>Symphytum officinale</i> L.	590
<i>Mentha suaveolens</i> Ehrh.	427	<i>Tanacetum parthenium</i> (L.) Schultz	592
<i>Mercurialis annua</i> L.	430	<i>Bip.</i>	
<i>Myrtus communis</i> L.	432	<i>Tanacetum vulgare</i> L.	595
<i>Nasturtium officinale</i> R. Br.	434	<i>Taraxacum officinale</i> Weber	597
<i>Nerium oleander</i> L.	436	<i>Taxus baccata</i> L.	601
<i>Occimum basilicum</i> L.	438	<i>Thymus vulgaris</i> L.	603
<i>Olea europaea</i> L.	440	<i>Tilia cordata</i> Mill	607
<i>Omphalodes nitida</i> Hoffm. et Link	444	<i>Tillandsia</i> sp.	609
<i>Opuntia vulgaris</i> Miller	446	<i>Trifolium pratense</i> L.	611
<i>Origanum vulgare</i> L.	448	<i>Triticum aestivum</i> L.	613
<i>Osmunda regalis</i> L.	452	<i>Tropaeolum majus</i> L.	616
<i>Oxalis acetosella</i> L.	455	<i>Typha latifolia</i> L.	618
<i>Oxalis pes-caprae</i> L.	457	<i>Ulex europaeus</i> L.	620
<i>Papaver rhoeas</i> L.	459	<i>Ulex galli</i> Planchon	625
<i>Papaver somniferum</i> L.	462	<i>Ulmus glabra</i> Hudson.	627
<i>Parietaria judaica</i> L.	464	<i>Umbiliculus rupestris</i> (Salisb.)	629
<i>Passiflora incarnata</i> L.	467	<i>Dandy</i>	
<i>Petroselinum crispum</i> (Miller) A. W.	469	<i>Urtica dioica</i> L.	632
<i>Hill</i>		<i>Urtica urens</i> L.	639
<i>Pimpinella major</i> (L.) Hudson	473	<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	643
<i>Pinus pinaster</i> Aiton	475	<i>Valeriana officinalis</i> L.	645
<i>Plantago coronopus</i> L.	479	<i>Verbascum thapsus</i> L.	647
<i>Plantago lanceolata</i> L.	481	<i>Verbena officinalis</i> L.	650
<i>Plantago major</i> L.	484	<i>Veronica officinalis</i> L.	653
<i>Potamogeton natans</i> L.	488	<i>Vicia hirsuta</i> (L.) S. F. Gray	655
<i>Prunus avium</i> L.	490	<i>Vitis vinifera</i> L.	657
<i>Prunus Laurocerasus</i> L.	493	<i>Zea mays</i> L.	659
<i>Prunus spinosa</i> L.	495		
<i>Pteridium aquilinum</i> (L.) Kuhn	498		
<i>Punica granatum</i> L.	501		
<i>Quercus robur</i> L.	503		
<i>Ranunculus peltatus</i> Schrank	507		
<i>Raphanus raphanistrum</i> L.	509		
<i>Rosa</i> sp	511		
<i>Rosmarinus officinalis</i> L.	514		
<i>Rubus ulmifolius</i> Schott.	521		
<i>Rumex acetosa</i> L.	525		
<i>Rumex crispus</i> L.	528		
<i>Rumex pulcher</i> L.	531		
<i>Ruscus aculeatus</i> L.	534		
<i>Ruta chalepensis</i> L.	537		
<i>Salix alba</i> L.	545		
<i>Salix viminalis</i> L.	549		
<i>Salvia verbenacea</i> L.	551		
<i>Sambucus nigra</i> L.	554		
<i>Santolina chamaecyparissus</i> L.	560		
<i>Scrophularia auriculata</i> L.	563		
<i>Secale cereale</i> L.	565		
<i>Sedum acre</i> L.	567		
<i>Sedum album</i> L.	569		
<i>Senecio serpens</i> L.	571		
<i>Senecio vulgaris</i> L.	573		
<i>Simethis mattiazii</i> (Vand.) Sacc.	575		
<i>Solanum dulcamara</i> L.	577		
<i>Solanum melongena</i> L.	579		
<i>Solanum nigrum</i> L.	581		
<i>Solanum tuberosum</i> L.	584		
<i>Sonchus oleraceus</i> L.	586		
<i>Stellaria</i> sp	588		

5.3. Índice de denominaciones populares gallegas.

Ababa	459	Albrotia	186
Abedugo	192	Alcacia	134
Abedulo	192	Alcachofra	269
Abeladoira	260	Alcar	413
Abelaira	260	Alcolito	306
Abelán	260	Alconoz	288
Abelaneira	260	Alcroque	288
Abelaneiro	260	Alecrín	514
Abelao	260	Alegría	455,457
Abeleiro	260	Alfavega de cobra,	464
Abeloura	288,352	Alfinete	226
Abelouro	352	Alicroque	288
Abeluria	288	Altasebe	403
Abellariza	418	Alteia	157
Abelleira	418	Alvariño	503
Abelloca	288	Allo	147
Abeneiro	151	Amarón	324
Abidoeiro	192	Ambruñeiro	495
Abiduerio	192	Ameixeira brava	495
Abilleira	418	Ameneiro	151
Abobra	265	Amenta	421,424
Abóitega	186	Amineiro	151
Abolla candelas	360	Amodoreira	324
Abórtega	186	Amoridio	324
Abórtigas	575	Amorillón	324
Abradias	575	Amorillote	324
Abraia	260	Amorilloteira	324
Abriota	186	Amorodeira	324
Abródiga	186	Amorodo	324
Abroita	186	Amorote	324
Abrotano fémea	560	Ampio	164
Abrótea	186	Andoriña	239
Abrótega	186	Andrino	495
Abrula	288	Arandeira	643
Abrulla	288	Arandeiros	643
Abruñeira	495	Arandes	643
Abruñeiro	495	Arandos	643
Absintio	175	Arche	151
Acebeda	356	Areira	347
Acebedo	356	Argoma	620
Acebeira	356	Armella	655
Acebiño	356	Armeria	169
Acebreiro	356	Artemexón	178
Acebucha	440	Artemisia	175
Acedeira	525	Artemixa	178
Acevro	356	Artemixe	178
Acibo	356	Arupio	164
Acibreira	356	Arxémona	341
Acivro	356	Arzaia	384
Adaba	459	Asente	175
Adreira	347	Asentes	175
Agrión	434	Asento	175
Agro	434	Asenxo	175
Agrón	434	Asfodelo	186
Agulleira	339	Aspárago	183
Aipo	164	Asparragueira	183
Albichorno	563	Aurego	448
Albitorno	563	Aurogo	448

Avea	190	Cabeceira da raposa	204
Aveluria	288	Cabrafigo	315
Axenxo	178	Cabrafolla	403
Azoutacristos	534	Cabrifollo	403
Babocas	288	Cabrinfolla	403
Baioba	534	Cabrinfollo	403
Balocos	288	Cacareixón	324
Balsamo	221,571	Cadavo	186
Barbas do raposo	267	Cagarrios	312
Basallo	430	Cagarriote	312
Belicroque	288	Caiño	204
Belleira	418	Calacueira	265
Berdoeiro	192	Calsamo	571,573
Berenxena	579	Callaleite	335
Berrago	434	Cambroeiro	495
Berraza	167	Camomila	230
Berro femia	167	Camomila romana	230
Bertón	201	Cantraxo	384
Berza	655	Cantrueso	384
Berza galega	201	Cantruexo	384
Biauteiro	554	Capelo	258
Bideiro	192	Capelo	629
Bidentes	195	Caracoleira	464
Bidoeira	192	Caravel mariño	169
Bidueiro	192	Carballo	503
Bieito	554	Carballo alvariño	503
Bigorda	403	Carballo branco	503
Bimbeiro	549	Carballo verino	503
Bimbieiro	549	Carbesa	528
Bimbio	549	Cardama	434
Bimial	549	Cardancha	291
Bíouteiro	554	Cardencha	291
Biuiteiro	554	Cardencha silvestre	291
Bon varón	577	Cardo bravo	291
Borraxa	197	Cardo do cardadores	291
Borraxe	197	Cardo morto	573
Boubín	569	Cardo penteador	291
Boudaña	204	Careixón	324
Boulleiro	405	Caroleira	363
Boxe	207	Carpanza	215
Brama	272	Carpaza	215,233
Breca	186	Carqueixa	233
Brenza	655	Carqueixa lavacuncas	233
Breveira	315	Carqueixa mariña	169
Briza	434	Carrapucho	629
Brizo	167,434	Carrasca	215
Brotia	186	Carrasca de San Xoan	350
Brusca	534	Carrasco	215
Budio	192	Carroleira	363
Buiño	549	Carroucha	304
Bulsa de pastor	217	Carvesa	525,528,531
Burete	629	Casamelos	573
Burraza	197	Cascabel	573
Buxaga	459	Castaña de terra	584
Buxe	207	Castañeiro	223
Buxo	207	Castiñeiro	223
Cabaceira	265	Castiñeiro de Indias	141
Cabaxa	265	Castiro	223
Cabaza	265	Cebola	143
Cabeceira brava	204	Cebón	563

Celedonia	239	Charo	180
Cenoria	286	Cháscamelo	573
Cenoura	286	Chicoria	246
Centeio	565	Chicoria do café	246
Centén	565	Chifre	300
Centeo	565	Chopo	647
Cerdeira	490	Chopo branco	647
Cereixo	490	Chorovisco	280
Cerexeira	490	Chuchamel	403
Cerexeiro	490	Chuchameles	375
Cerexo	490	Chuchamelos	375
Cerraxa	586	Chumbeira	446
Cerreña	272	Chupameles	375
Ceruda	239	Churvisco	280
Cerveriña	228	Dentabrón	452
Cidre	418	Dentabrú	295,452
Cidreira	418	Dentabrún	295,452
Cilidonia	239	Dentabruño	452
Cimbro	369	Dentada	452
Cirdeira	490	Dentagrón	452
Ciridoña	239	Dente de agrón	452
Cobo	418	Dente de león	597
Coca	272	Dentequil	452
Codeso	139	Dentrabón	452
Codeso branco	275	Dentrabrún	452
Coellas	201	Dentragón	452
Coia	201	Dormideira	462
Cola de cabalo	300	Douradiña	228
Concheira	363,563	Durmideira	341,462
Concheiro	363	Edra	347
Controxiña	384	Edreira	347
Controxo	384	Escalambrón	262
Corazonciño	352	Escambrón	262
Corciana	575	Escamona	507
Corno do cervo	283	Escaramiñeiro	262
Corregola	258	Escaramona	507
Corregota	258	Escornacabras	356,577
Correola menor	258	Escudeixo	534
Corriola	258	Escurripa	312
Couba	201	Espadaina amarela	360
Coubella	201	Espadana	618
Coucelo	629	Espargo	183
Couselo	629	Espargueira	183
Couve galega	201	Espiga de auga	488
Craveleiro do Mar	341	Espiñeiro	262
Cravo mariño	169	Espiñeiro albar	262
Crista de galiña	551	Espiño	262
Croucheira	363	Espiño	495
Croxón	283	Espiño albar	262
Cruncheiro	363	Espiño cambrón	262
Crusados	650	Esprego	382,384
Curazociño	352	Esprigo	382
Curriola	403	Esterpete	262
Currúa	481	Estoupallo	288
Chantá	481,484	Estralantes	288
Chantán	481,484	Estraloques	288
Chantasia	481	Estralotes	288
Chantaxe	481,484	Estrela do mar	479
Chantaxe mayor	484	Estrelamar	479
Chapizo	335	Estrepeiro	262

Estripeiro	262	Gimiera	549
Estripio	262	Glaucia	341
Estripio albar	262	Gonza	337
Estripo	262	Gorga	267
Estripo bravo	262	Gruñeiro	495
Estripon	262	Guimia	549
Estroupallón	288	Heba leiteira	239
Estruga	632,639	Hedra	347
Estruga morta	375	Hedreira	347
Esvarda	534	Heradeira	347
Eucalito	306	Herba abella	418
Fedorentos	283	Herba abelleira	418
Fedores	283	Herba acedeira	525
Felgo	295,498	Herba alabarza	525,528,531
Fenta	188,295,498	Herba andoriña	239
Fenta fémea	188	Herba belleira	418
Fenta pequeniña	228	Herba bendita	645
Fento	498	Herba benta	645
Fento común	498	Herba cana	573
Fento femia	188	Herba ceruda	239
Fento macho	295	Herba cidreira	418
Fento manso	188	Herba concheira	563
Fento pequeniño	228	Herba coucho	563
Ferroio	586	Herba crecha	573
Fieita	188	Herba cura-carne	563
Fieiteiro	319	Herba cheirenta	171
Fieito	498	Herba da agulla	339
Figueira	315	Herba da andoriña	239
Figueira brava	315	Herba da cobra	288
Figueira do demo	283	Herba da cruz	551
Figueira do inferno	283	Herba da cruz	650
Figueira infernal	283	Herba da cuca	312
Figueira tola	283	Herba da fame	455,655
Fiollo	319	Herba da familia	573
Fioncho	319	Herba da fistola	164
Fionllo	319	Herba da fistula	581
Fiuncho	319	Herba da papeira	171
Flor do canario	616	Herba da pedra	569
Flor do sono	457	Herba da prata	507
Flor do zanje	616	Herba da tiña	341
Folgueira	295,498	Herba da triaca	595
Folgueira da raposa	295	Herba da triaga	595
Folla do sapo	288	Herba da triaga	653
Freixa	330	Herba da trolla	563
Freixeira	330	Herba das aceitonas	209
Freixo	330	Herba das almorranas	350
Freixo común	330	Herba das anadas	180
Freseira	324	Herba das bagas	581
Fruncho	319	Herba das cortadelas	136
Funcho	319	Herba das doas	401
Galocrita	551	Herba das feridas	352
Gamallo	377	Herba das lombrigas	595
Gamarza	159	Herba das manos	563
Gamota	186	Herba das nacidas	283
Garda roupa	560	Herba das paredes	464
Garoubeira	490	Herba das sete sangrías	401
Gatoira	335	Herba das troitas	573
Gatuña	335	Herba das verrugas	239
Gavizo	186	Herba de restre	343
Gilbarbeira	534	Herba de namorar	169

Herba de Nosa Señora	171,592	Herba rateira	312
Herba de San Pedro	563	Herba redonda	343
Herba de san Xoan	352,592	Herba salgueira	403
Herba de Santa Catalina	653	Herba seoane	563
Herba de Santa María	178,581,592	Herba trola	563
Herba di corno	283	Herba trollo	563
Herba do aire	609	Hereira	347
Herba do bazo	650	Hiriera	347
Herba do becho	350	Humeiro	151
Herba do cao	567	Labarza	167,531
Herba do cego	632,639	Lágamo	627
Herba do coitelo	221	Lamagueiro	627
Herba do crego	655	Lampaza	525,531
Herba do demo	283	Lancia	575
Herba do fogo	333	Laranxeira	248,256
Herba do gando	186	Laranxeira aceva	248
Herba do gogo	507	Laranxeira Brava	248
Herba do gorgullo	283	Laranxeiro	248
Herba do inferno	283	Laranxo	248
Herba do morto	283	Laureiro	377
Herba do ouro	228	Lavacuncas	233
Herba do podador	212	Lavanda	382
Herba do soyo	444	Leitaruga	586,597
Herba do xaro	180	Leiteriña	239
Herba do xerro	180	Leiteruga	372
Herba dona	333,581	Leituga brava	372
Herba dos amores	335	Lencia	575
Herba dos bolos	343	Lentén	484
Herba dos carpinteiros	136	Limbriero	186
Herba dos conchos	563	Limoeiro	253
Herba dos cheirosos	283	Lingua de ovella	481
Herba dos dentes	217	Lingua de vaca	484
Herba dos ensalmos	650	Liño	392
Herba dos gatos	645	Liño de cobra	267
Herba dos golpes	136	Liño de lebre	267
Herba dos lamparóns	204,563	Liño de raposo	267
Herba dos lombos	413	Liño manso	392
Herba dos muros	226	Lirio	360
Herba dos muros	464	Lirio amarelo	360
Herba dos ollos	551	Loireiro	377
Herba dos pes	563	Loiro	377
Herba dos pitos	563	Loureiro	377
Herba empreñadeira	169	Loureiro portugues	493
Herba estañeira	300	Loureiro palmo	377
Herba estrela	479	Loureiro real	493
Herba estrelada	479	Louro	377
Herba fedenta	283	Llabasa	531
Herba grama	272	Llabaza	531
Herba loba	560	Llampaza	531
Herba lombrigueira	175,560	Maceira	405
Herba Luisa	396	Macela	159,230,415
Herba Madroa	178,592	Macela dourada	230
Herba molariña	333	Macela galega	230
Herba moura	581	Macela silvestre	159
Herba namoradeira	169	Maciñeiro	405
Herba negral	581	Madresilva	403
Herba nomoreira	169	Magarcela	159,230
Herba papeira	204	Maínzo	659
Herba paxareira	588	Malafogo	333
Herba puntéira	569	Malva	387

Malva olorosa	339	Murtra	432
Malvarisco	157	Muruxa	333
Malveira	407	Nabo Caiño	204
Malvela	343	Nabo da norza	204
Mandarino	251	Nabo de boudaña	204
Manteigueira	573	Naboda	204
Manzaneira	405	Nadanta	488
Mapola	459	Nadantas	488
Mapoula	459	Nébeda	209
Mapoula das praias	341	Néboda	209
Mapoula mariña	341	Nepeta	209
Marcela	230	Nervia	272
Margarida	236	Névoda mayor	209
Margarida bastarda	159	Névoda	209
Maroteiro	324	Ninfa	272
Marouveira	490	Noceda	363
Maroviña	490	Noceira	363
Marroxo	413	Nogueira	363
Maruxa	588	Nunú	186
Marzoa	262	Oliveira	440
Matafogo	333	Onfalodes	444
Matapulgas	280	Orceira	304
Mazairo	405	Oregaos	448
Mazanceira	405	Ortega	632
Mazaneiro	405	Orto	201
Mazanilla	415	Orvalliña	293
Meixacán	597	Orxabán	650
Melrubio	413	Ouca	507
Melucho	430	Oucas	488
Menta de auga	421	Ourégano	448
Mentrastes	427	Ourego	448
Mestranzo	434	Ouregues	448
Mestruzo	434	Ourejau	448
Mexacán	577	Ouropés	575
Mexacán	597	Ouropesa	186,575
Mexos de can	577	Ouropeso	575
Milfollas	136	Ouropez	575
Milfollo	136	Paciporca	597
Miltra	432	Paleiro	464
Milleiro	659	Paletaina	464
Millo	659	Paletaria	464
Mimbeira	549	Palitaina	464
Mimbreira	549	Pall real	618
Mirta	207,432	Palla real	618
Mirteira	432	Pampaxariño	567
Molara	625	Pampillo	159,212,244,390
Molariña	333	Pampullo	212,244,390
Morangueira	324	Pampullo marelo	244
Morga	573	Pan de can	455
Morgañeira	312	Pan de cuco	455,655
Morodera	324	Pan de paxaro	567
Morodo	324	Pan e queixiño	217
Morogo	324	Panos de Nosa Señora	459
Morogueiro	324	Panqueixiño	217
Morote.	324	Papola	459
Mórtegas	186	Papoula	459
Moruxa	588	Pariera	657
Mostrada negra	199	Pata de galiña	272
Murta	432	Pataca	584
Murteira	432	Pataqueira	584

Patilobo	162	Romeo	514
Pau do demo	151	Romeu	514
Pé de galiña	333	Rorella	293
Pé de león	162	Roseira	511
Pé de pita	186	Rosmaniño	514
Peixol de cal	333	Rosmariño	514
Pelos de raposo	267	Rosoli	293
Pemento	219	Ruta	537
Pemento picante	219	Sabuco	554
Perexil	469	Sabugeiro	554
Pericon	352	Sabugo	554
Perilloteiro bravo	262	Sabuguiño	554
Perixel	469	Salgada	525
Perixil	469	Salgueiro	545
Petuga	186	Salgueiro branco	545
Pilriteiro	262	Saltasebes	204,403
Pimenteiro	219	Saltasebes	577
Pimento	219	Samargo	509
Pino bravo	475	Sambuco	554
Pino do país	475	Samoeiro	151
Pino galego	475	Sampedriñas	632
Piña negral	475	Samugueiro	554
Piñeiriña	569	Samuxeiro	554
Piñeiro bravo	475	Sango	554
Piñeiro galego	475	Sangobin	327
Piñerio del país	475	Sangobiño	327
Piorno	139	Sangomiño	327
Piorno branco	275	Sangubiño	327
Piparelo	509,573	Sanguiño	327
Pirexel	469	Sangumín	327
Pirixel	469	Sangumo	327
Pirliteiro	262	Sanguño	327
Planta do aire	347	Saramago	509
Pomba	333	Saramagueiro	509
Pombiña	333	Saramogo	509
Porroá	481	Sempre verde	377
Poutas de zorro	217	Senradela	509
Presoira	335	Seoane	647
Prixel	469	Sete costas	481
Prixel de can	333	Siempreviva picante	567
Prixil	469	Silva	521
Pucho das paredes	629	Silvarda	534
Puchos	629	Silveira	521
Pulleiro	330	Sinceiro	545
Pumariño	405	Sirgo de raposo	267
Queiroa	215	Soaxe	197
Queiroga	215	solda	590
Queirua	215	Soldaconsolda	590
Queiruga	215	Souza	204
Queiruga de cruz	215	Surbia	312
Quiroa	215	Tabaco da montaña	171
Quiroga	215	Talpica	171
Rabo de cabalo	300	Tantaxe	481,484
Rascacú	356	Té	195
Rateira	312	Teixeira	601
Rebolo albar	503	Teixeiro	601
Reina Luisa	396	Teixo	601
Restre	223	Teixoeira	601
Romanín	514	Tileiro	607
Romeiro	514	Toixo	620

Tomelo	603	Vieiteiro	554
Tomentelo	603	vinagreira	525
tomiño	603	Vinagreta	457
Toronxil	418	viñeira	657
Torvisca	280	Viouteiro	554
Toxo	620	Xabrón de río	563
Toxo arnaio	620	Xabugo	554
Toxo arnelo	620	Xabugu	554
Toxo femia	625	Xairo	180
Toxo macho	620	Xando	356
Toxo molar	625	Xanzá	337
Toxo mouro	625	xaramago	509
Trepadeira	347	Xarda	534
Trevo	611	Xardeira	356,534
Trevo acedo	455	Xardo	356
Trevo acedo	457	Xardón	356
Trevo encarnado	611	Xearo	180
Trevo rubio	611	Xebra	199
Triaca	595	Xenciana	337
Triaga	595	Xenebreiro	369
Trigo	613	Xenebro	369
Trogalleiro	549	Xenilbreria	369
Trogallo	549	Xensá	337
Tronxil	418	Xenzá	337
Trovisco	280	Xenzo	337
Trunxil	418	Xesta	277
Turvisco	280	Xesta branca	275
Ulmeiro	627	Xesta brava	277
Umbrigo de venus	629	Xesta das vasoiras	277
Urce	304	Xesta mansa	277
Urce branca	304	Xesta marela	277
Urce do monte	215	Xesta molar	277
Urceira branca	304	Xesta moura	277
Urrigata	304	Xesta negra	277
Urtiga	632	Xesteira	275,277
Urtiga menor	639	Xestela	300
Urze	215	Xibarbeira	534
Uva do monte	643	Xibarda	534
Uvas de bon varón	577	Xiebra	199
Uvas de can	577	Xilbarbeira	534
Uvas de raposa	567	xinebro	369
Uvas do can	534,581	Xireireira	490
Uveira	657	Xunco	367
Uz	304	Zambullo	440
Uz branca	304	Zambuxo	440
Uz brancal	304	Zarzo	545
Uz montés	215	Zugamel	375
Uza	304	Zugameles	375,403
Valeriana roxa	226	Zumbón	563
Varredoiro	430		
Velas do díaño	180		
velorta	575		
Vellebrán	356		
verbasco	647		
Vermicularia	567		
Verónica de las boticas	653		
Verxebán	650		
veza	655		
Vide	657		
Videira	657		

5.4. Índice de denominaciones populares castellanas.

Abedul	192	Brecina	215
Abrótano hembra	560	Brezo	304
Acacia	134	Brezo común	215
Acebo	356	Brionia	204
Aceda	525	Brusco	534
Acedera	525	Bujo	207
Acederilla	455	Cabellos	267
Achicoria	246	Cabellos de monte	267
Adelfa	436	Cabellos de tomillo	267
Adelfilla	298	Cagamuja	312
Adormidera	462	Cala	180
Ajenjo	175	Calabaza	264
Ajo	147	Caléndula	212
Albahaca	438	Candiles	180
Albahaquilla	464	Cantueso	384
Alcachofera	269	Capuchina	616
Aleluya	455,457	Cardo de cardadores	291
Alfeñiques	226	Cardo de cardar	291
Aliso	151	Carpobrotus	221
Aloe	154	Carqueixa	233
Aloe vera	154	Castaño	223
Alquimilla arvensis	162	Castaño de Indias	141
Altea	157	Catapúcia menor	312
Amapola	459	Cayena	219
Amapola de las playas	341	Cebolla	143
Amapola marítima	341	Celidonia	239
Amaradulce	577	Centeno	565
Amargamiel	577	Cerezo	490
Amargón	597	Cerraja común	586
Amor del hortelano	335	Cinco en vena	481,484
Anea	618	Claveles del aire	609
Apio	164	Col	201
Apio acuático	164	Cola de caballo	300
Apio bravo	164	Consuelda	590
Apio de agua	164	Corazoncillo	352
Apio palutre	164	Coronopo	479
Aquilea	136	Correhuela	258
Arándanos	643	Correola	481,484
Árnica	171	Crisantemo	244,390
Aro	180	Crisantemo de jardín	592
Arraclán	327	Cuerno de ciervo	479
Artemisia	175,178	Chumbera	446
Asfodelus	186	Dedalera	288
Atanasia	595	Dentabrón	295
Atrapamocas	293	Diente de león	597
Avellanero	260	Digital	288
Avellano	260	Doradilla	228
Avena	190	Drosera	293
Azotalenguas	335	Dulcamara	577
Barbas de capuchino	267	Endrino	495
Berenjenera	579	Enebro	369
Bermeja	215	Epilobio	298
Berro	434	Espadana	360
Berza gallega	201	Espárrago	183
Boj	207	Espárragos de cruz	204
Boje	207	Esparraguera	183
Bolsa de pastor	217	Espinera	262
Borraja	197	Espinera blanca	262

Espinera de monte	262	Junco	367
Espino albar	262	Labaza	531
Espino blanco	262	Laurel	377
Espliego	384	Laurel cerezo	493
Estramonio	283	Lavanda	382,384
Estrellamar	479	Lechuga brava	372
Eucalipto	306	Lengua de vaca	528
Flor de primavera	180	Limonero	253
Flor de Trompeta	283	Lino	392
Frángula	327	Llantén de cinco nervios	481
Fresa	324	Llantén menor	481
Fresno	330	Llave del año	180
Fumaria	333	Madreselva	403
Gamón	186	Magarza	592
Genciana	337	Maíz	659
Geranio	339	Majuelo	262
Glucio	341	Malva	387,407
gordolobo	647	Malvadisco	157
Grama	272	Malvavisco	157
Grama común	272	Mandarino	251
Granado	501	Manto de la Virgen	267
Guindillo de las Indias	219	Manzanilla	236,415
Helecho común	498	Manzanilla amarga	560
Helecho hembra	498	Manzanilla borde	159
Helecho macho	295	Manzanilla romana	230
Hierba lombricera	595	Manzano	405
Hierba topera	312	Margarita	390
Hiedra	347	María Luisa	396
Hiedra terrestre	343	Marrubio	413
Hierba de Aarón	180	Matagallinas	280
Hierba de la estrella	479	Matagallinas	577
Hierba de la gota	293	Matapollo	280
Hierba de las golondrinas	239	Matapulgas	427
Hierba de San Jorge	226	Melisa	418
Hierba de San Juan	352	Menta	424
Hierba de San Pedro	563	Menta acuática	421
Hierba de San Roberto	339	Mentastro	427
Hierba del cuchillo	221	Mercurial	430
Hierba del juicio del año	180	Milamores	226
Hierba del quemado	180	Milenrama	136
Hierba del rocío	293	Mimbres	549
Hierba dorada	228	Mimbrera	549
Hierba Luisa	396	Mimosa	134
Hierba mora	581	Mirto	432
Hierba pajarera	588	Mostaza negra	199
Hierba puntera menor	569	Naranja	256
Hierba sagrada	650	Naranja bravo	248
Hierba Santa	650	Naranja dulce	256
Hierba verruguera	239	Nogal	363
Higuera	315	Nopalera	446
Higuera de pala	446	Nueza	204
Higuera del infierno	283	Nueza blanca	204
Higuera loca	283	Olivera	440
Hinojo	319	Olivo	440
Hipérico	352	Olmo de montaña	627
Humillo	180	Olmo muntano	627
Jarillo	180	Omblijo de venus	629
Jaro	180	Oregano	448
Jarro	180	Orejas de abad	629
Jumillo	180	Orejas de monje	629

Oropeso	575	Torvisco	280
Ortiga	632,639	Trevol	611
Ortiga menor	639	Trigo	613
Ortiga muerta	375	Uvas de gato	567,569
Palomino	575	Uvas de lagarto	569
Pan de cuco	567	Uvas de raposa	569
Pan y queso	217	Uvas del diablo	577
Parietaria	464	Valeriana	645
Parra	657	Valeriana roja	226
Pasiflora	467	Vasillos	629
Patata	584	Verbena	650
Patatera	584	Verónica	653
Peines	291	Vid	657
Perejil	469	Zanahoria	286
Perpetua	350	Zarza	521
Pie de becerro	180		
Pimentón picante	219		
Pimiento picante	219		
Pimpinella	473		
Pino marítimo	475		
Pino oficial	475		
Pino rodeno	475		
Pirlitero	262		
Purga de pobres	575		
Querihuela	215		
Quirihuela	215		
Rabaicán	180		
Rabaicana	180		
Rabanillo	509		
Rabano silvestre	509		
Racimillo	567		
Raspasayos	291		
Retama de escobas	277		
Retama negra	277		
Roble	503		
Rocio del sol	293		
Romaza rizada	528		
Romero	514		
Rosa	511		
Rosal de jardín	511		
Ruda	537		
Rusco	534		
Salvia	551		
Sanguinaria	401		
Santolina	560		
Sauce	545		
Sáuco	554		
Senecio	573		
Siempreviva	350		
Siempreviva picante	567		
Sombreritos	629		
Tanaceto	592,595		
Tártago	312		
Té bravo	195		
Tejo	601		
Tilo	607		
Tojo	620,625		
Tomatillos del diablo	581		
Tomillo	603		
Toronjil	418		

