



JARDÍN BOTÁNICO

PROYECTO LIBERA 2021-2022

Según Wikipedia un jardín botánico es un tipo de jardín destinado a la conservación, investigación y divulgación de la diversidad de las especies vegetales. Se caracterizan por incluir en ellos colecciones científicas de plantas vivas que están sujetas a observación y estudio por parte de los jardineros y científicos especializados que las cultivan. La protección de la biodiversidad pasa obligatoriamente por la educación y la sensibilización acerca de este tema.

¿Qué finalidad tiene un Jardín Botánico en nuestro pueblo? La idea primigenia surgió después de los recorridos y paseos que la Asociación organiza por nuestros bosques, así descubrimos el interés de todos los participantes en estos paseos por la flora y la fauna autóctonas, y el desconocimiento de los más jóvenes de las especies existentes en el pueblo y de los usos que nuestros antepasados daban a ellas. Se pensó en organizar paseos didácticos para explicar esas variedades y los usos realizados en la antigüedad, pero existía una dificultad para encontrar y explicar todas las especies del pueblo.

Y ¿por qué no habilitar un espacio dedicado a ello? Así surgió nuestra idea de jardín botánico.

¿Cuál sería el mejor espacio para dedicarlo a ello? Obviamente el primer espacio en el que pensamos era nuestro propio pinar, junto a alguno de nuestros casetones emblemáticos, pero en las distintas pruebas realizadas nos encontramos con muchos problemas (falta de agua, mantenimiento, poca visibilidad...) Se optó entonces por el principio del carril bici, es un espacio al que llevábamos tiempo con la idea de darle un retoque, cumple con las necesidades hídricas y con un fácil mantenimiento, y lo más importante y lo que nos hizo elegirlo fue, que es el espacio más visitado a lo largo del año, tanto por los más jóvenes como por los más veteranos.

Es el mejor espacio para que los jóvenes interactúen con sus abuelos, un espacio intergeneracional, en el que los abuelos puedan explicar las plantas a sus nietos y el uso (no sólo medicinal) que se les daban a ellas y los nietos puedan, mediante los códigos QR, comprobar esas enseñanzas e incluso completar esa información.

No se trata de enseñar que tengo que tomar si me duele la cabeza o la tripa, queremos que conozcáis todas las plantas que se dan en nuestros bosques y que sepáis reconocerlas cuando paseéis por nuestros pinares, conocer vuestra flora, enseñarla y disfrutarla es la mejor manera de poder mantener nuestro medio ambiente.

Esperamos que os guste nuestra idea, nos ayudéis a mantenerla y mejorarla, y que la disfrutéis rodeados de vuestros seres queridos.

ROMERO RASTRERO

Rosmarinus officinalis prostratus

CARACTERISTICAS:

Arbusto perenne de 30 a 70 cm de altura, crece a ras de suelo, en horizontal, y va desarrollando ramas que tienden a arquearse ligeramente. Las demás características morfológicas son semejantes a las de su pariente *Rosmarinus officinalis* (se describe a continuación).

APLICACIONES:

Las cualidades aromáticas y terapéuticas coinciden plenamente con las del romero común.

EN TARDELCUENDE:

Su uso se limita a jardinería, pero se puede utilizar en los mismos usos que el romero común. Se optó por introducirlo en este jardín por dar a conocer esta variedad, y al estar al lado del romero común poder observar y explicar las diferencias entre ellos.

ROMERO

Rosmarinus officinalis

CARACTERISTICAS:

Arbusto perenne de 50 a 150 cm de altura, con múltiples ramificaciones cubiertas de un suave vello y hojas opuestas, muy delgadas, de borde liso y vellosas en el envés. Las flores, que aparecen entre marzo y junio en las axilas de las hojas medianas y superiores, son labiadas, de color púrpura pálido, con labio superior erecto y labio inferior tripartito. Los frutos están subdivididos en cuatro nuececillas.

APLICACIONES:

Las hojas del romero cultivado contienen aceites esenciales y sustancias amargas y se usan principalmente como condimento. Al ser el aceite de romero irritante, también se usa para hacer friegas contra las afecciones reumáticas y contra trastornos del riego sanguíneo. También se usan en los enjuagues bucales.

EN TARDELCUENDE:

Muy utilizado en guisos y en asados de cualquier carne. Especialmente útil en casos de tos, resfriados, bronquitis, laringitis, catarros y afecciones del aparato respiratorio en general, solo o mezclado en la infusión con tomillo.

El domingo de Ramos es bendecido en la Homilía, y después se guarda en casa a lo largo de todo el año para proteger la vivienda y a la familia de enfermedades y mal de ojo. Como en Tardelcuende no hay mucho (algo testimonial en la zona de los Colmenares) el ayuntamiento paga unas "hacenderas" para ir a recogerlo el día de antes, en la localidad soriana de Valtueña.

LAVANDA

Lavandula angustifolia

CARACTERISTICAS:

Subarbusto perenne de 20 a 60 cm de altura, leñoso en su parte inferior, con hojas opuestas, de 4 cm de largo y solo de 5 mm de ancho, borde liso, ensorrado y afieltrado en su parte inferior. Las flores azules aparecen de julio a agosto en verticilos. Los frutos están subdivididos en cuatro nuececillas.

APLICACIÓN:

De las flores de la lavanda cultivada se extraen aceites esenciales que se emplean posteriormente para fines cosméticos, pero también medicinales. La droga que se elabora con las flores es un suave calmante cuando se padece migraña o agotamiento físico. La medicina popular conoce otras propiedades, la lavanda es antiespasmódica, estimula la digestión y alivia dolores reumáticos.

EN TARDELCUENDE:

La lavanda se utiliza para condimento en guisos de caza, y las flores como ambientador en baños y estancias de la casa. En armarios y baúles se utiliza como ambientador y antipolillas.

LAVANDIN GROSSO

Lavandin grosso

CARACTERISTICAS:

Las características morfológicas y estructurales son semejantes a la lavanda, pero su porte y el tamaño y número de flores son algo mayor que el de la lavanda común.

APLICACIÓN:

Igual que la lavanda.

EN TARDELCUENDE:

Su uso se limita a jardinería. Se incorpora a este jardín botánico para explicar las diferencias y similitudes de las distintas *lavándulas*. Las famosas plantaciones de BRIHUEGA en Guadalajara NO son de Lavanda son de estas dos especies, es decir, lavandín grosso y lavandín supper.

LAVANDIN SUPPER

Lavandin supper

CARACTERISTICAS:

Similares al lavandín grosso, sólo se diferencian en el tamaño y el color de la flor, se utilizan las dos variedades distintas por sus diferencias de olor y color (no muy apreciables a simple vista).

Dependiendo de las necesidades de la industria cosmética y al tener dos variedades distintas, se juega con la época de recolección y se minimizan riesgos de heladas y /o pedrisco.

APLICACIÓN:

Igual que la lavanda.

EN TARDELCUENDE:

Su uso se limita a jardinería. Se incorpora a este jardín botánico para explicar las diferencias y similitudes de las distintas *lavándulas*. Las famosas plantaciones de BRIHUEGA en Guadalajara NO son de Lavanda son de estas dos especies, es decir, lavandin grosso y lavandin supper.

CANTUESO

Lavandula stoechas L.

CARACTERISTICAS:

Llamado también tomillo borriquero, es un arbusto ramoso, muy aromático de hasta un metro de altura de la familia de las lamiáceas, sus tallos son de color verde o rojizo, blanquecinos por la presencia de pilosidad, las hojas de color algo grisáceo sobre todo por el envés, nacen enfrentadas y son largas y estrechas. Las flores están apiñadas en densas espigas terminales de forma cuadrangular de color violeta (este penacho coloreado le sirve para atraer a insectos polinizadores) florece en primavera y principios de verano.

APLICACIÓN:

Se usa en jardinería y sobre todo en flora apícola por su gran producción de néctar.

La infusión de sus inflorescencias combate las afecciones de pecho y bronquios. Además, gran poder antiséptico, digestivo, antiespasmódico, cicatrizante y antibacteriano.

EN TARDELCUENDE:

Es uno de los tomillos que generosamente pueblan nuestro pinar, su uso se limita a decoración en seco, aromatizar estancias y como condimento en guisos de caza y demás carnes asadas.

DISFRUTA de su floración, olor y color paseando por cualquier rincón de nuestro Monte.

AJEDREA DE JARDIN

Satureja hortensis

CARACTERISTICAS:

Es una planta perenne semileñosa, subarborescente, que alcanza 50 cm de altura. Con hojas muy finas de color verde bronceado, nacen opuestas, ovadolanceoladas de 1-2 cm de largo y 5 mm de ancho. Con flores blancas que aparecen al final de primavera o principio de verano.

APLICACIÓN:

Tiene uso medicinal como estimulante y antiespasmódico, y se le supone un uso AFRODISIACO.

En la cocina se utiliza para acompañar muy bien legumbres y carnes, así como platos ligeros de pollo o pavo. Tiene mucho sabor en crudo, pero pierde mucho sabor en la cocción.

EN TARDELCUENDE:

Es una planta no muy conocida y no muy extendida en nuestro término municipal, pero sí se puede encontrar algún ejemplar en las partes más frescas y en charcas de nuestro pinar. Muy atentos en nuestros paseos para encontrarla, suele estar polinizándose con abejas e insectos polinizadores.

TOMILLO

Thymus vulgaris L.

CARACTERÍSTICAS:

Planta perenne subarborescente con un tamaño de unos 30 cm. Sus tallos son leñosos en la base y herbáceos en la parte superior. Los tallos florales no producen raíces adventicias, pero tienden al arrastre en su inicio y luego se yerguen en su parte final. Las hojas son abundantes y de tamaño diminuto con forma oblonga ovalada. Son de color verde oscuro. Las flores son pequeñas de color blanco o rosa violáceo (las dos variedades se dan en Tardelcuende), florece entre abril y septiembre.

APLICACIÓN:

Se suele recolectar a principios de floración cuando cuenta con mayor proporción de aceites esenciales, y por lo tanto sabor y aroma. En farmacología se utiliza para dolores estomacales, cólicos abdominales, indigestiones. Es un gran antiséptico sobre úlceras y heridas. Los gargarismos con su infusión dan excelentes resultados para las inflamaciones bucofaríngeas.

Muy empleado en cocina como aromático en guisos y sobre todo en asados.

EN TARDELCUENDE:

Muy utilizado en guisos y en asados de cualquier carne. Especialmente útil en casos de tos, resfriados, bronquitis, laringitis, catarros y afecciones del aparato respiratorio en general. Pasea por el monte, muy atento al suelo y podrás disfrutar de las dos variedades de floración.

MEJORANA

Thymus mastichina L.

CARACTERÍSTICAS:

También llamado tomillo blanco, planta subarborescente de hasta 50 cm, muy aromática con hojas persistentes, opuestas simples y pequeñas, flores zigomorfas bilabiadas reunidas en glomérulos

de color blanco. Tiene gran importancia como protección del suelo y como planta melífera. Es una planta autóctona y endémica de la península ibérica

APLICACIÓN:

Se usa particularmente en infusión con grandes propiedades curativas o paliativas de catarrros, resfriados, artrosis y reumas. También se utiliza con fines culinarios, para aliñar aceitunas verdes, en guisos y asados e incluso para aromatizar gran cantidad de licores artesanales. Con el "aceite de mejorana" procedente de alambiques se obtiene un aceite esencial muy valorado y utilizado para perfumar el cuerpo, desinfectar heridas o tratar contusiones y hematomas.

EN TARDELCUENDE:

Es nuestro tomillo del pueblo, el más conocido, reconocido y utilizado, sobre todo en guisos y en asados de cualquier carne. Especialmente útil en casos de tos, resfriados, bronquitis, laringitis, catarrros y afecciones del aparato respiratorio en general. Antiguamente se utilizaba como aromático en infusiones, leche con miel y tomillo, y aromático en licores artesanales. Pasea por el monte, y en cualquier rincón podrás encontrarlo.

AJEDREA

Satureja montana

CARACTERÍSTICAS:

Planta perenne, pequeño arbusto semileñoso que puede alcanzar los 40 cm de altura, hojas verdes opuestas ovadolanceoladas, flores pequeñas de color blanco que aparecen al final del verano.

APLICACIÓN:

Antiséptico, aromático, carminativo, digestivo, y expectorante. Muy útil para tratar cólicos flatulencias, cistitis gastroenteritis y desordenes menstruales. Su aceite esencial se utiliza como pomada para la artritis y tratamientos contra la alopecia, espanta insectos, moscas y pardillos y alivia sus picaduras. Se le atribuye poder AFRODISIACO.

EN TARDELCUENDE:

Se le conoce como tomillo rastrero, siendo uno de los tomillos que pueblan nuestros montes. Muy utilizado para aromatizar de manera distinta carnes de caza, guisos y asados. Nuestras abuelas ya lo utilizaban para aliviar y regular problemas menstruales.

RABO DE GATO

Sideritis angustifolia lasaca

CARACTERISTICAS:

Planta de porte pequeño alcanzando los 30 cm de altura. Su color es blanquecino formado por numerosas ramas que crecen muy rígidas y repletas de hojas. Hojas pequeñas y estrechas enfrentadas de 2 en 2.

APLICACIÓN:

Su principal cualidad es que se trata de una excelente vulneraria, muy utilizada para curar todo tipo de heridas y yagas. También como antiinflamatorio y en problemas de estómago, espasmolítica. De las pocas plantas que se usan para tratar la gota.

EN TARDELCUENDE:

Muy escasa, se puede encontrar en determinados parajes, en zonas sin cultivar y al borde de laderas.

Con esta planta cerramos el ciclo de los *tomillos* existentes en el pueblo

SALVIA

Salvia officinalis

CARACTERISTICAS:

Su arbusto es de 20 a 70 cm de altura, leñoso en la parte inferior, tallos vellosos en la parte superior y hojas pecioladas, oblongas, rugosas y de color verde grisáceo. Las flores aparecen de mayo a julio en verticilos en las axilas de las hojas superiores. Los frutos están subdivididos en 4 nuececillas.

APLICACIÓN:

Las hojas de la salvia contienen aceites esenciales, sustancias amargas y taninos. La infusión de sus hojas ayuda a cicatrizar pequeñas heridas y curar infecciones en la región bucal. También se le conocen propiedades contra la sudoración.

Como curiosidad se atribuye a los chamanes nativos de Norteamérica usos alucinógenos creyendo que entraban en contacto con sus guías espirituales y dioses protectores.

EN TARDELCUENDE:

Uso meramente ornamental, en jardinería. En nuestro pinar existe alguna mata silvestre producida por polinización aleatoria. Utilizada como condimento en guisos y asados.

HIPÉRICO

Hipericum perforatum

CARACTERISTICAS:

Planta de 30 a 60 cm de altura con tallo erecto que se ramifica en la flor y hojas opuestas, oblongas, de bordes lisos y con puntitos al trasluz. Las flores de color amarillo dorado y con 5

pétalos delgados ligeramente perforados, aparecen de junio a septiembre en una inflorescencia suelta en los extremos del tallo. Los puntos claros de sus hojas constituyen pequeñas bolsistas de aceite a simple vista.

APLICACIÓN:

Las flores contienen flavonoides, taninos y aceites esenciales. Se utiliza de forma externa en afecciones cutáneas y en infusiones contra la depresión y el agotamiento nervioso. Su aceite es uno de los mejores tratamientos para los problemas de piel, sobre todo piel atópica.

EN TARDELCUENDE:

Se puede encontrar en todo el término municipal, muy extendido, en grupos de 4-6 plantas. Muy reconocido utilizado y codiciado desde tiempos remotos su aceite, para afecciones cutáneas.

HISOPO

Hyssopus officinalis

CARACTERISTICAS:

Subarbusto de 30 a 60 cm de altura con tallos leñosos en la parte inferior y vellosos en los extremos. Hojas opuestas de bordes lisos, lanceoladas. Aparecen las flores de junio a septiembre en las axilas de las hojas superiores con corola de color púrpura. Los frutos están subdivididos en 4 nuececillas.

APLICACIÓN:

Contiene en sus partes aéreas taninos, flavonoides y aceites esenciales. Utilizado en enjuagues contra infecciones de boca y encías, la sudoración excesiva, las flatulencias y la tos.

EN TARDELCUENDE:

Muy escasa, se encuentra en grupos de 5-6 plantas. Utilizada como antitusivo y en la cocina como aroma para guisos de caza.

DIENTE DE LEON

Taraxacum officinalis L.

CARACTERISTICAS:

Planta herbácea de 10 a 50 cm de altura, con profundo rizoma y hojas dispuestas en roseta, alargadas y pinnatipartidas. Entre abril y agosto aparecen flores amarillas liguladas de hasta 5 cm de diámetro sobre tallos sin hojas. Los frutos poseen vilanos y miden 5mm de largo.

APLICACIÓN:

Se usa para estimular la producción de bilis y de orina. Tiene una acción suavemente laxante, depurativa y digestiva. En infusión se utiliza en erupciones y picores. En trastornos digestivos y limpieza de vías urinarias y dolores renales.

EN TARDELCUENDE:

Se puede encontrar en cualquier pradera o jardín. Conocida por los más pequeños, ¿quién no ha soplado una inflorescencia pidiendo un deseo, haciendo volar los vilanos como si fuesen angelitos? Antiguamente usado en ensaladas y para aliviar la resaca.

AJENJO

Artemisa absinthium

CARACTERISTICAS:

Su arbusto de 30 a 80 cm de altura con tallos erectos y densamente vellosos, hojas alternas afieltradas y compuestas. Las flores aparecen de julio a septiembre en miles de cabezuelas en racimos colgantes. Los frutos son secos, duros y sin corona.

APLICACIÓN:

Sus partes aéreas contienen flavonoides, sustancias amargas y aceite esencial. Los principios activos de esta planta potencian el apetito y la digestión.

EN TARDELCUENDE:

Se puede encontrar en terrenos secos, caminos y muros en grupos de 6-7 plantas. Tiene un olor muy característico y fuerte. Los recolectores de caracoles evitan estas zonas pues dan sabor amargo a sus capturas.

MALVA

Malva neglecta

CARACTERISTICAS:

Planta anual, de 10 a 40 cm, con tallos ligeramente vellosos, tendidos y ascendentes, hojas largamente pecioladas, dentadas en el borde, y peciolo cordiforme. Las flores, de hasta 2,5 cm de diámetro y rosáceas o casi blancas, aparecen de junio a septiembre. Los frutos parecen pequeños quesitos, son comestibles y una vez maduros algunos se desprenden.

APLICACIÓN:

Las hojas de la malva son ricas en mucilagos y algún tanino. Esa combinación es ideal para combatir las infecciones de garganta, vía respiratoria y tracto gástrico. El mucilago alivia la tos y los taninos actúan de forma astringente protegiendo las mucosas. Se utiliza sobre todo para hacer gárgaras.

EN TARDELCUENDE:

Es muy del pueblo decir que “se ha ido a criar malvas” o “me iré a criar malvas”. Esta planta tiene una raíz pivotante muy profunda y necesita para su desarrollo grandes cantidades de materia orgánica, por eso y por las grandes cantidades de materia en descomposición se da de manera natural en cementerios donde se desarrolla enormemente. Hoy en día con la colocación de lapidas es más difícil verlas.

HIERBABUENA

Mentha spicata L.

CARACTERISTICAS:

Planta de 30 cm de altura, las hojas le dan su nombre por su forma lanceolada, son muy aromáticas, serradas, glabras, pilosas por el envés. Las flores poseen un cáliz con cinco sépalos aproximadamente iguales y garganta glabra. La corola es lila, rosa o blanca, y muy glandulosa, de hasta 3 mm de largo. Las raíces son extensa e invasivas.

APLICACIÓN:

Tiene propiedades antiespasmódicas es carminativo, antiséptico, analgésico antiinflamatorio y estimulante. Con la infusión de sus hojas se tratan los problemas de indigestión, gases intestinales y las inflamaciones del hígado, alivia los mareos, dolores y la congestión nasal.

La mezcla de infusión de hierbabuena y aceite de oliva se utiliza en compresas para curar quemaduras y como calmante de calambres.

EN TARDELCUENDE:

Todos los ramos que se utilizaban antiguamente en día de difuntos utilizaban hierbabuena por su olor y frescura. En uso medicinal se utilizaba un ungüento para quemaduras y rozaduras en la piel y en los pies.

MENTA PIPERITA

Mentha piperita L.

CARACTERISTICAS:

Planta de 30 a 90 cm de altura, con tallos de sección cuadrangular, levemente vellosos y con frecuencia de coloración rojiza y hojas opuestas, delgadas, ovaladas y con borde dentado. De junio a agosto aparecen inflorescencias en forma de espiga con flores labiadas de color rosado o púrpura. Los frutos están subdivididos en cuatro nuececillas.

APLICACIÓN:

Las hojas de menta contienen abundantes aceites esenciales, en particular el mentol, que tiene una agradable aroma y efectos desinfectantes. En particular el mentol, que tiene un agradable aroma y efectos desinfectantes. el té de menta es antiespasmódico y estimula el apetito.

Por su efecto calmante y frío, el aceite esencial rebaja la sensación de dolor en la piel y en las mucosas y alivia el dolor de cabeza.

EN TARDELCUENDE:

No podemos disfrutar de ella de manera silvestre, pero se utiliza mucho en jardinería para utilizarlo después en coctelería en los famosos mojitos. También para dar olor y color verde en los ramos de flor silvestre.

MELISA

Melissa officinalis

CARACTERISTICAS:

Planta de 30 a 90 cm de altura, con tallos de sección cuadrangular, separados entre sí y ligeramente pilosos y hojas opuestas, pecioladas, ovaladas y de margen dentado. Entre junio y agosto aparecen flores blancas, a veces azul claro o lila, en verticilos en las axilas de las hojas superiores. El fruto es una pequeña nuez tetraseminada.

APLICACIÓN:

En las hojas de melisa encontramos sobre todo aceites esenciales, pero también taninos y flavonoides. Tiene un efecto calmante, antiespasmódico y además propiedades antibacterianas y antiinflamatorias. Por ello se aplica para aliviar los trastornos estomacales e intestinales, las afecciones biliares y el insomnio.

EN TARDELCUENDE:

Se da de manera silvestre en la zona de los huertos pudiendo ser confundida en algún caso con ortiga verde. Se cultiva en huertos y jardines por su olor, frescura y verdor para ramos florares.

Su infusión calma los nervios, muy utilizada para dormir bien y para ayudar la digestión.

Como curiosidad fijos bien el tallo de la planta veréis que es de forma:

Cuadrada, si un tallo con forma cuadrangular.

POLEO MENTA

Mentha pulegium

CARACTERISTICAS:

Sus tallos cuadrangulares, muy ramificados pueden llegar a medir 30 a 40 cm. Las hojas son lanceoladas y ligeramente dentadas, de color entre verde medio y oscuro y se disponen opuestas a lo largo de los tallos. Las diminutas flores rosadas nacen agrupadas en apretadas inflorescencias globosas.

APLICACIÓN:

Suele usarse la hoja que en su mayor parte contiene pulegona, mentol y otras sustancias terpénicas. El conjunto da un efecto carminativo y digestivo además de emenagoga para regular la menstruación. Tiene cierta acción como expectorante y antitusivo. Muy utilizado como digestivo y tónico estomacal.

EN TARDELCUENDE:

No se encuentra de forma silvestre en el campo y muy pocas veces en jardines.

Su uso se limita a pedir en ellos bares de la localidad un poleo-menta, pues bien, si alguna vez lo has pedido y tienes curiosidad de saber cómo es la planta, pues aquí la tenéis.

ACHICORIA

Cichorium intybus

CARACTERISTICAS:

Planta de 20 a 100cm de altura, con tallo muy ramificado, hojas basales dispuestas en una roseta, de bordes profundamente dentados, y hojas del tallo alternas y sin peciolo, si bien las superiores son delgadas y de bordes lisos. De julio a septiembre aparecen inflorescencias liguladas de color azul pálido de 3 a 4 cm de diámetro. Posee frutos secos de solo 3 mm de largo y con tenues pelillos.

APLICACIÓN:

La achicoria contiene en las hierbas y en la raíz un jugo lechoso con diferentes productos amargos. Sus extractos están contenidos en distintos remedios y se aprecian mucho en medicina clásica como en la popular por ser un estimulante de la digestión. Con la raíz tostada se elabora un sucedáneo de café.

EN TARDELCUENDE:

Si se utilizaba como sucedáneo de café, pero no se puede confundir con la otra "achicoria" que en Tardelcuende consistía en cebada tostada y molida, mucho más utilizada.

CELIDONIA

Chelidonium majus

CARACTERISTICAS:

Planta de 30 a 70 cm de altura, con tallos vellosos y hojas alternas, pinnatisectas, muy divididas y vellosas en los bordes. Las flores, que aparecen de mayo a octubre en umbelas terminales, están compuestas por dos sépalos de color amarillo pálido y cuatro pétalos ovales amarillos que caen pronto. El fruto es una capsula alargada y delgada.

APLICACIÓN:

Los alcaloides que contienen el jugo lechoso son antibacterianos e inhiben la división celular. En esta propiedad se basa probablemente su uso como remedio contra las arrugas. La fitoterapia y la homeopatía la utilizan en los trastornos del aparato digestivo, de las vías biliares y del hígado.

EN TARDELCUENDE:

Y si me caigo con la bici, ¿no existiría alguna planta para utilizar como mercurina o yodo?

Eso sería algo genial verdad, ¿seguro que hay plantas para todo? Pues, aunque no te lo creas SI, de los tallos de esta planta sale un líquido yodado con la misma función que los productos que compras en la farmacia. RECOMENDAMOS después de una caída de bici, ir a casa a limpiar bien la herida y a recibir un besito de mami que eso sí que LO CURA TODO.

ELEBORO VERDE

Helleborus viridis

CARACTERISTICAS:

Es una planta perenne que alcanza 30-50 cm de altura. Hojas con segmentos lanceolados de color verde claro, fuertemente dentadas y con márgenes irregularmente serrados. Las flores son grandes, verdes y en grupos de 2 o 4, encontrándose en racimos laxos, florece en marzo-mayo.

APLICACIÓN:

Tiene acción cardiotónica pero es extremadamente tóxico, por lo que no se recomienda su uso. Se usa como antiparasitario en los jardines. En homeopatía se utiliza contra las afecciones biliares.

EN TARDELCUENDE:

Cortando sus tallos sale un líquido blanquecino lechoso, que utilizado regularmente acaba con las verrugas y manchas de la piel.

TRAVALERA

Centaurea aspera.

CARACTERISTICAS:

Es una planta vivaz y ramificada, generalmente algo rastrera. Las hojas son divididas en lóbulos acuminados más o menos espinulosos. Las flores son púrpuras o flosculosas. Especie de lo más variable, en particular en hojas y brácteas, lo que ha llevado a la creación de una decena de taxones infraespecíficos de los cuales sólo 4 son aceptados.

APLICACIÓN:

Es aperitivo, digestivo ligeramente hipoglucemiante, antiséptico, antiinflamatorio, colerético, indicado para anorexia. Se usa la planta florida en infusión.

EN TARDELCUENDE:

Existe en todo el término municipal diseminado por todas las cunetas y arroyos. Poco utilizado en farmacología.

ORÉGANO

Origanum vulgare

CARACTERISTICAS:

Mide entre 20-40 cm de altura, rara vez llega hasta 90 cm, posee tallo de sección cuadrangular en el que se sitúan las hojas, opuestas, ovaladas y puntiagudas. Las flores, de color rosado y con brácteas de color púrpura, nacen en inflorescencias terminales de julio a septiembre. Los frutos son inapreciables.

APLICACIÓN:

Las hojas del orégano contienen sobre todo aceites esenciales. Se aplica en infusiones contra trastornos digestivos, toses convulsivas, tosferina, y también contra dolores de vientre. Es muy utilizado como condimento en todos los guisos.

EN TARDELCUENDE:

No se encuentra de manera silvestre pero, no hay un huerto sin orégano, muy utilizado en guisos y sobre todo pizzas. Lo has utilizado muchas veces, pero no sabías como era la planta, disfrútala aquí.

ALBAHACA

Ocimum basilicum

CARACTERISTICAS:

Es una hierba anual de crecimiento de 30 a 130 cm con hojas opuestas de un verde lustroso, ovales u ovaladas, dentadas y de textura sedosa. Emite espigas florales terminales, con flores tubulares de color blanco o violáceo y tienen los cuatro estambres y el pistilo apoyados sobre el labio inferior de la corola.

APLICACIÓN:

Meramente culinario. Utilizado tanto en ensaladas, sopas de verduras, salsas para acompañar platos de pasta y en todo tipo de guisos de carne.

EN TARDELCUENDE:

Muy aromático, tiene sentido en nuestro modesto jardín botánico para mostraros esta maravillosa planta y su diferencia con el orégano.

RUDA

Ruta graveolens

CARACTERÍSTICAS:

Especie perenne subarborescente muy ramificada, con base semileñosa. Alcanza una altura de entre 70 a 100 cm. Las hojas algo carnosas y de color verde lazo son alternas. La inflorescencia es un corimbo con pequeñas flores de cuatro o cinco pétalos amarillos. El fruto es una cápsula de cinco lóbulos. La planta despide un fuerte aroma acre. El sabor de las hojas es ligeramente amargo.

APLICACIÓN:

Se debe emplear las hojas frescas recién cortadas. La ruda tiene gran contenido de vitamina C, se suele emplear como estimulante de la menstruación, por lo que debe evitarse su uso durante el embarazo. Debe utilizarse en pequeñas cantidades debido a su toxicidad.

EN TARDELCUENDE:

Se utilizaba por nuestras abuelas como abortivo, pero MUCHÍSIMO CUIDADO, ellas conocían perfectamente la dosis y como utilizarla. También se utiliza para ahuyentar a brujas y demonios, a día de hoy todavía se guarda con ese fin debajo de algún colchón del pueblo, ¿por qué?...

ULMARIA

Filipendula ulmaria

CARACTERÍSTICAS:

Planta vivaz que puede alcanzar 2 m de altura, con hojas alternas, imparipinnadas y foliolos terminales alargados con bordes marcadamente dentados. De junio a agosto aparecen flores dispuestas en ramilletes, de olor dulce almendrado, con corola de cinco pétalos entre blancos y amarillentos. Los frutos son diminutos, aquenios y retorcidos.

APLICACIÓN:

Sus flores contienen aceites esenciales, flavonoides y taninos. En los países escandinavos se condimentaba la carne picada con otra especia. La medicina popular usa la infusión realizada con las flores o las hojas de esta planta sudorífica contra resfriados o reumatismos.

EN TARDELCUENDE:

Usado antiguamente como antiinflamatorio, como cataplasma en articulaciones.

FRESA SILVESTRE

Fragaria vesca

CARACTERISTICAS:

Planta de 5 a 20 cm, con numerosos ramales en la superficie y hojas trifoliadas, de foliolos dentados y gran pilosidad plateada en el envés. De abril a septiembre aparecen las flores blancas. Los frutos, es decir esas deliciosas fresas, de agradable sabor aromático, son en realidad la agrupación de muchos aquenios que hay sobre ella.

APLICACIÓN:

Los frutos de las fresas contienen azúcar y vitamina C. Se recolectan y se aprecian desde tiempos inmemoriales. Sin embargo, son las hojas las que interesan desde el punto de vista medicinal, ya que contienen taninos, flavonoides y aceites esenciales. Por ello se utilizan en infusión contra la diarrea, los trastornos hepáticos y como té depurativo.

EN TARDELCUENDE:

¿Fresas silvestres en Tardelcuende? ¿¿No te lo imaginabas eh?? Pues sí, en varios puntos húmedos diseminados por nuestro monte hay fresas silvestres, pasea sin prisa y observa detenidamente y seguro que las encuentras, saborea su fruto pero POR FAVOR no arranques las plantas.

SIEMPREVIVA

Sempervivum ciliosum

CARACTERISTICAS:

Es una especie de planta con flores, crece solo a 10 cm de altura por unos 50 cm de ancho, es una planta perenne que se esparce. Forma esferas de hojas puntiagudas, suculentas y peludas de color verde grisáceo. Las rosetas maduras pueden producir flores amarillentas en tallos de hasta 10 cm en verano. A pesar de un parecido superficial no está relacionado con ninguna especie de cactus.

APLICACIÓN:

Tratamiento de diferentes afecciones inflamatorias, como faringitis, traqueítis, otitis y candidiasis. El jugo de las hojas se aplicaba tópicamente en heridas, llagas, abscesos y quemaduras, en zonas adoloridas por la gota, contra picaduras de insectos y para eliminar callos y pecas.

EN TARDELCUENDE:

En la antigüedad se consideraban que las siemprevivas protegían las viviendas y personas contra rayos, fuego y espíritus malignos por haber sido creadas para este fin por Zeus/Júpiter. En tiempos de Carlomagno se cultivaban en techos y tejados para protegerlas de los rayos y hechizos, así como para propiciar la prosperidad de sus ocupantes. Desde entonces en Tardelcuende se encuentran en Tapias, fachadas y corrales.

VALERIANA BLANCA

Valeriana officinalis

CARACTERÍSTICAS:

Planta que alcanza entre 70 y 150 cm, con tallos erguidos y acanalados y hojas compuestas pinnadas y vellosas en el suelo en forma de rosetón y en el tallo en la parte inferior opuesta. Las flores, agrupadas en inflorescencias aplanadas umbeliformes, son de color rosado suave o blanquecinas. Los frutos son diminutos, con forma de avellana, y en su punta aún conservan restos del cáliz.

APLICACIÓN:

La valeriana ya se conoce desde los tiempos de la antigüedad como sedante contra las depresiones, los estados de ansiedad y el insomnio. Las sustancias responsables de este efecto se encuentran en la raíz y pueden utilizarse en decocciones o tinturas. La valeriana ejerce un fuerte atractivo sobre los gatos.

EN TARDELCUENDE:

¿No puedes dormir? Una infusión de valeriana y a dormir como un bebé. Ayuda a relajarte y a sentirte mejor contigo mismo y los demás.

VALERIANA ROJA

Centrathus ruber

CARACTERÍSTICAS:

Es una planta con tallo redondeado y liso, con ramas en su base que alcanza los 30-60cm de altura. Las hojas de 5 cm de largo son algo carnosas, opuestas, enteras o poco dentadas y acabadas en punta. Las flores son muy numerosas y tienen la corola de color rosado o rojo con espuela y se agrupan en corimbos densos. El fruto es un pequeño aquenio.

APLICACIÓN:

Ejerce un efecto similar a la valeriana, aunque sus hojas pueden consumirse en ensalada o cocidas como verduras.

EN TARDELCUENDE:

No se da de manera silvestre, la encuentras aquí junto a la valeriana para que conozcas ambas plantas.

MILENRAMA BLANCA

Achilea millefolium

CARACTERISTICAS:

Planta de 40 a 70 cm por lo general, con tallos sin ramificación en la base y pubescentes en la parte superior y hojas alternas muy aromáticas. De junio a octubre aparecen flores blancas o rosadas, en capítulos de 4 a 10 mm de diámetro que se agrupan en corimbos. Los frutos son diminutos.

APLICACIÓN:

Las partes aéreas de la planta contienen aceites esenciales, sustancias amargas, taninos y flavonoides. La infusión elaborada con esta planta estimula la digestión, además de ser antiespasmódica y antiinflamatoria. Se aprecia su uso externo en afecciones cutáneas y heridas, la homeopatía la emplea en heridas de todo tipo. El jugo de esta planta puede irritar la piel de personas sensibles.

EN TARDELCUENDE:

Puedes encontrarla diseminada en cualquier lugar, sobre todo en eriales, cunetas y barbechos.

Utilizada en infusión para combatir catarros y enfermedades leves del aparato digestivo.

Muy utilizada y muy útil mezclada con zumo de naranja para combatir la infección de orina.

CAPUCHINA

Tropaeolum majus

CARACTERISTICAS:

Plantas trepadoras o rastreras anuales. Hojas suborbiculares, que alcanzan un tamaño de 3-10 cm de diámetro, glabras, enteras o con los márgenes undulados, peltadas, peciolo 15-20 cm de largo. Pedúnculos 10-20 cm de largo. Pedúnculos 10-20 cm de largo, verde-amarillentos, espalmo 25-35 mm de largo, pétalos enteros u ondulados, amarillos a rojos con líneas y puntos amarillos a morados, los superiores cuneados, 30-40 cm de largo, los inferiores 15-20 mm de largo y de ancho, con una uña de 12-15 mm de largo, ciliada. Carpelos de 10 mm de largo cuando en fruto, con costillas rugosas.

APLICACIÓN:

Contiene gran cantidad de flavonoides lo que confiere a la capuchina propiedades antibióticas, balsámicas, expectorantes, antiescorbúticas y aperitivas. Como antibiótico se ha comprobado

que es activo frente a gran número de gérmenes, entre los que cabe destacar estafilococos, estreptococos y salmonella.

EN TARDELCUENDE:

Antiguamente se plantaba en huertas y jardines, utilizando su planta como infusión y las flores en ensalada.

MANZANILLA BASTARDA

Artemisia granatensis

CARACTERISTICAS:

Planta perenne que a diferencia de la manzanilla común es anual, despide un aroma semejante a ella. Posee una raíz larga que se hincan en los pedregales de las cumbres, con profusión de tallos en torno formando césped y salen ramitas floríferas verticales y cada una de ellas termina en varias cabezuelas pequeñas.

APLICACIÓN:

Siempre se ha utilizado atribuyéndoles propiedades mágicas y curativas, pero su mayor poder es para curar problemas digestivos, pero con resultados inferiores a las de sus homónimas.

EN TARDELCUENDE:

También se conoce como “Manzanilla de sierra nevada”. No conocemos su incidencia, aunque creemos que no podrás encontrarla en el término municipal, quizá en algún huerto urbano. Su presencia aquí es para que conozcas esta elegante planta y las compares con las diferentes manzanillas.

MANZANILLA MAHON

Santolina chamaecyparissus.

CARACTERISTICAS:

Posee numerosos tallos delgados sobre el que crecen hojas de color verde grisáceo, estrechas, lineales, divididas, carnosas y aromáticas. Desprenden un intenso olor aromático que recuerda a la manzanilla, aunque algo desagradable. En lo alto brotan cabezuelas hemisféricas con flores tubulosas de color amarillo. Su altura puede oscilar entre los 20 y 70 cm. Su fruto es cuadrangular.

APLICACIÓN:

Es una planta muy aromática y rica en aceites aromáticos, es algo antibiótico y desinfectante, puede servir como vermífugo y tiene numerosas propiedades estomacales, pero nada que ver con su “amiga” manzanilla amarga. También se utiliza en cajones de ropa como remedio casero antipolillas, nada que ver con el efecto de la madera de enebro.

EN TARDELCUENDE:

También llamada Santolina. Nos hemos permitido ponerla aquí para que conozcáis los diferentes tipos de manzanilla y los posibles usos que podemos darle, ya os lo digo, ninguna manzanilla del mundo tiene tantas propiedades como nuestra manzanilla amarga, y ninguna con un sabor y olor tan peculiares.

MANZANILLA AMARGA

Chamaemelum nobile o Anthemis nobilis L

CARACTERISTICAS:

Planta herbácea vivaz, vellosa de 10 a 30 cm con un rizoma muy ramificado mediante el cual va extendiéndose por el suelo. Hojas alternas de 1,5-5 cm verdes blanquecinas con puntuaciones glandulosas, pennatisectas, divididas en lóbulos muy estrechos. Las flores de la periferia del capítulo tienen la corola en forma de lengüeta, de color blanco, pálidas y lanceoladas, las flores de la parte interna son tubulosas amarillas con pequeñas pajitas transparentes entre ellas. Olor aromático intenso, penetrante y característico.

APLICACIÓN:

En un uso interno destacamos:

- Alteraciones digestivas, distensión epigástrica, aperitiva, digestiones difíciles espasmos gastrointestinales, vómitos nerviosos, náuseas, gastritis.
- Alteraciones hepáticas: disquinesias hepatobiliares, colecistitis.
- Parasitosis intestinales.
- Jaquecas, cefaleas de origen hepatobiliar y neuralgias.
- Trastornos de la menstruación, dismenorreas (menstruaciones dolorosas)
- Fiebre
- Infecciones respiratorias
- Inflamaciones en general, reumatismos.
- Ansiedad, nerviosismo e insomnio.

En su uso externo:

- Conjuntivitis y blefaroconjuntivitis, párpados irritados y los ojos cansados.
- Inflamaciones de la piel y mucosas, incluyendo la cavidad bucofaringea y las encías, eczemas, heridas, llagas, quemaduras.
- En fricciones para reumatismos, lumbago y ciática.
- En forma de vahos para afecciones de garganta y del tracto respiratorio.
- En inhalaciones en caso de sinusitis, fiebre del heno y rinitis.
- Baños calmantes y desfatigantes.
- En forma de baños y pomadas en la zona anogenital, infecciones vaginales.
- Realza el color de los cabellos rubios.

CONTRAINDICACIONES: NO SE RECOMIENDA USAR DURANTE EL EMBARAZO DEBIDO A LA POSIBILIDAD DE INDUCCION DE ABORTOS EXPONTANEOS.

No debe usarse durante la lactancia debido a la presencia de compuestos estrogénicos que pueden pasar a la leche materna.

No utilizar aceites esenciales por vía interna a niños menores de 6 años ni a pacientes con gastritis o a pacientes con gastritis, colitis ulcerosas, enfermedad de Crohn, Parkinson u otras enfermedades neurológicas.

EN TARDELCUENDE:

Nuestra joya de la corona, quien no tiene en su casa MANZANILLA, amarga por su puesto aquí no se da de manera silvestre ninguna otra), y quien no la utilizado de mil maneras.

Por eso nos hemos explayado en sus propiedades, aplicaciones y contraindicaciones.

Utilizada habitualmente en digestiones difíciles, en día de resaca con vómitos, en reglas dolorosas, en darle al pelo un color más rubio, y en quitar legañas de los ojos.

En eso y en cualquier otro remedio e infusión para potenciar su aroma, sabor y sobre todo para potenciar las propiedades de cualquier otra infusión.

MANZANILLA DULCE

Matriacaria chamomilla

CARACTERÍSTICAS:

Planta herbácea anual de fuerte aroma, frondosa y rastrera, glabra de 40 a 60 cm de altura. Tallo liso, brillante, cilíndrico, estriado, veloso y muy ramificado, de color verde blanquecino. Flores agrupadas en capítulos pequeños largamente pedunculados con receptáculo cónico y hueco, rodeado por un involucre imbricado y aplastado. Olor aromático, agradable y característico.

Se utilizan los capítulos florales. Se recogen las cabezuelas en el momento de la floración lo que puede hacerse 3 o 4 veces al año. Se secan al aire en un lugar a la sombra y aireado.

APLICACIÓN:

Ayuda a tratar el insomnio y posee propiedades sedantes y calmantes .Es antiespasmódica, ya que combate cólicos y espasmos intestinales, así como dolores menstruales. Sus propiedades antialérgicas y antibacterianas ayudan a reforzar el sistema inmunitario.

Sus propiedades son muy parecidas a la manzanilla amarga.

EN TARDELCUENDE:

No se da de manera natural por nuestros pinares, pero es muy fácil su plantación y propagación.

Las infusiones que tomamos en los bares o en nuestras casas suele ser de manzanilla dulce, ya que tiene un sabor menos amargo que su compañera. En Tardelcuende nos encomendamos a la manzanilla amarga con muchas mas propiedades y con un sabor característico que a nosotros nos encanta.

LLANTEN

Plantago lanceolata.

CARACTERISTICAS:

Planta de 10 a 50 cm de altura, con hojas basales dispuestas en una roseta, de 10 a 20 cm de largo pero solo 2 cm de ancho. De mayo a septiembre aparecen en una espiga densa diminutas florecillas ovaladas o incluso alargadas, de color marrón y hasta blanquecinas en el término de un tallo sin hojas. Los frutos son diminutas cápsulas.

APLICACIÓN:

Las hojas del llantén menor contienen mucílagos, taninos, flavonoides y ácido salicílico. La fitoterapia moderna lo utiliza por sus efectos expectorantes y calmantes de la tos en las infecciones de boca y garganta en catarros. La medicina popular reconoce el jugo fresco de las hojas como calmante contra el picor que producen las picaduras de los insectos.

EN TARDELCUENDE:

Los abuelos se metían una planta fresca en el bolsillo trasero y en días posteriores comprobaban como sus hemorroides y sus efectos disminuían progresivamente.

LINO

Linum usitatissimum

CARACTERISTICAS:

Planta anual de hasta un metro de altura, con tallos huecos que presentan ramificaciones sólo en torno a las flores y hojas alternas de hasta 4cm de largo, pero sólo de 3 a 4 mm de ancho y de bordes lisos. Las flores, de 2 a 3 cm de diámetro y de color azul claro, aparecen de junio a agosto en racimos muy sueltos. El fruto es una cápsula redonda erguida, terminada en punta, en la que maduran las semillas.

APLICACIÓN:

Su cultivo empezó para la producción de fibra de lino. En sus semillas encontramos hasta un 40% de aceite de linaza, mucílagos y proteínas. Las semillas de la linaza se esponjan en el intestino, constituyendo un excelente laxante. Antiguamente se colocaban compresas de linaza para tratar úlceras y glándulas inflamadas.

EN TARDELCUENDE:

Lino, lino, semillas de lino, por supuesto, ese superalimento de moda que nadie conoce, sólo sus semillas, que echamos a todo lo que se nos ocurre, ¿pero alguien conoce la planta?.

Por ese motivo tiene sentido la inclusión de esta planta en nuestro jardín botánico, dando inicio a “superalimentos” que vendrán a continuación. Por cierto, no os perdáis su flor, es única, preciosa.

CHÍA

Salvia hispánica

CARACTERÍSTICAS:

La chía es la semilla de la planta Salvia hispánica, una planta herbácea anual que pertenece a la misma familia que otras salvias. Sus hojas se caracterizan por ser grandes y ligeramente tupidas, de forma ovalada y flores blanquecinas o violetas. La semilla tiene un intenso color chocolate y un diminuto tamaño con forma ovalada y un sabor suave, similar al de la nuez.

APLICACIÓN:

Es una fuente natural de fibra, ácidos grasos omega-3, proteínas, vitaminas y minerales, entre otros nutrientes. Se considera un superalimento debido a su alto contenido en calcio y vitaminas. Su alto contenido en fibra ayuda a mejorar el tránsito intestinal y a favorecer la absorción de colesterol y a mantener los niveles de azúcar en sangre. Beneficiosa para controlar la hipertensión, problemas circulatorios y ciertas funciones cerebrales.

EN TARDELCUENDE:

Cada día se utiliza más al ser un superalimento. En Tardelcuende no se da de manera silvestre.

ALFALFA

Medicago sativa.

CARACTERÍSTICAS:

Son hierbas perennifolias, sobre todos rectas o subrectas que alcanzan un tamaño de 30-60 cm de altura, pubescentes a subglabras. Los folíolos de 5-20 mm de largo, 3-10 mm de ancho, obovadas a sublineal, dentados en el ápice, adpreso pubescentes, entera o dentada en la base inflorescencia en racimo pedunculado, el pedúnculo mucho más largo violeta pálido lavanda. El fruto en una espiral floja de 1-4 giros, glabras a pilosas.

APLICACIÓN:

La alfalfa es uno de los alimentos más nutritivos de la naturaleza. Además de mejorar el aporte nutricional de la dieta por su alto contenido en aminoácidos esenciales, ácidos grasos insaturados clorofila, fibra, vitaminas y oligoelementos, aporta sustancias bioactivas con propiedades depurativas.

EN TARDELCUENDE:

Los ganaderos la siembran como forraje para sus animales. Se puede encontrar de manera silvestre en cualquier campo y cuneta.

ESPARCETA

Onobrychis viciifolia

CARACTERISTICAS:

Planta perenne de talla media con numerosos tallos erectos cubiertos de una ligera velloidad. Tiene una raíz pivotante muy desarrollada, pudiendo llegar hasta los 2 m de profundidad. Sus hojas son compuestas con entre 13-25 foliolos, tienen forma oblongo-aguda, siendo algo pubescentes por el envés. Las estipulas de la hoja son anchas, más o menos punteadas. Las flores de color rosado-rojizas con las nerviaciones de color púrpura se agrupan formando apretados y largos racimos terminales. El fruto es una legumbre pequeña con colores que oscilan entre el negro, achocolatado y amarillo.

APLICACIÓN:

Además de su uso como forraje se a empleado como planta apícola debido a su néctar, rico en glucosa. Así mismo se emplea como abono verde por su elevada capacidad mejorante en rotaciones cerealistas. Se esta empleando en jardinería por su valor ornamental.

EN TARDELCUENDE:

Los ganaderos la siembran como forraje para sus animales. Se puede encontrar de manera silvestre en cualquier campo y cuneta.

GAYUBA

Arctostaphylos uva-ursi

CARACTERISTICAS:

Arbusto siempreverde que extiende sus ramas, tendidas por el suelo o colgantes de hasta 1 o 2 m de corteza de color rojizo. De ellas brotan ramillas muy cortas con las hojas amontonadas en un extremo de color verde oscuro y lustrosas. Flores blanquecinas o rosáceas en forma de copa agrupadas en racimos, en la terminación de las ramillas. El fruto es carnoso de color rojo vivo.

APLICACIÓN:

Los taninos son responsables de su efecto astringente, los flavonoides, de una ligera acción como diurético. Tiene propiedades sobre el tracto urinario, cistitis, pielonefritis, prostatitis, uretritis y ureteritis. En uso tópico heridas y ulceraciones dérmicas, bucales o corneales, conjuntivitis. Contraindicado con el embarazo, gastritis y ulcera gastroduodenal.

EN TARDELCUENDE:

Se encuentran en nuestros bosques de manera silvestre y protegiendo de la erosión cunetas barrancos y laderas. Es muy apreciado por su característica de fijar suelo con sus raíces. Es una planta protegida y su recolección esta castigada y perseguida.

Es una superplanta, conoedla, visitadla y admiradla.

QUITAMERIENDAS

Colchicum autumnale

CARACTERÍSTICAS:

Planta herbácea anual con cormo que alcanza 10-30 cm de altura. Las hojas son lanceoladas de color verde oscuro y miden 30 cm de longitud, terminan en punta y son envolventes en su base. La flor es de color rosa lila y se parece al azafrán, pero tiene seis estambres. El fruto es una agrupación de 1-3 cápsulas.

APLICACIÓN:

El bulbo de colchico se usa como tratamiento de las crisis de gota desde el siglo XVII. Contiene colchicina sustancia muy tóxica y en cantidades limitadas, practicable como medicina. Se utiliza en medicina por sus propiedades anti-inflamatorias. También se usa en afecciones renales, hidropesía y asma, contra la artritis crónica y la gota porque aumenta la excreción de ácido úrico.

EN TARDELCUENDE:

Nuestro estadio polideportivo Abel Antón se llena de quitameriendas a final de verano. También en la zona de la barbacoa y en el camino para rodear el estadio para llegar al pinar.

Se llama quitameriendas, porque antiguamente nuestros abuelos no podían permitirse el lujo de merendar todo el año, solo lo hacían en verano, porque al ser el día tan largo debían alimentarse con algo a media tarde para seguir trabajando. Cuando se acababa el verano se acababa la merienda.

En el Pirineo se le conoce como espantaturistas, pero no sé por qué.

ROMPEPIEDRAS

Lepidium latifolium

CARACTERÍSTICAS:

La planta alcanza 30-100 cm de altura, pero puede llegar a los 2 m. La planta tiene numerosas ramas leñosas, alternando hojas y grupos de pequeñas flores blancas. Produce pequeños frutos cada uno conteniendo dos semillas rojizas.

APLICACIÓN:

Se utiliza la parte aérea entera. Tiene propiedades aperitivas, tónico-estomacales, diuréticas y antiescorbúticas. También contiene gomas y mucilagos. Se usa tradicionalmente en caso de cálculos de las vías urinarias y de ahí su nombre de rompepiedras.

EN TARDELCUENDE:

Existe una pequeña población de *Lepidium* al borde de nuestro río Izana, pero no daremos más datos para su conservación.

EQUINACEA PURPÚREA

Echinacea purpurea

CARACTERISTICAS:

Es una planta herbácea con raíz negra y sabor picante. Alcanza el metro de altura y sus hojas son enteras y lanceoladas con tres nerviaciones. Las flores externas son lígulas estériles de limbo estrecho y de unos 3 cm de longitud son de color rosa o púrpura. Las flores centrales son tubulares y de color amarillo pálido. El receptáculo es espinoso y el fruto es un aquenio tetragonal de color amarillento sin vilano con una corona de dientes agudos.

APLICACIÓN:

Es estimulante inmunitario recomendado para aumentar las defensas contra enfermedades infecciosas. Para el tratamiento de infecciones víricas como catarros y gripe. Por vía externa para el tratamiento de úlceras, llagas y heridas.

EN TARDELCUENDE:

Me pareció una planta suficientemente curiosa y apreciada en la prevención de catarros para que la conocierais y disfrutarais su belleza.

LÚPULO

Humulus lupulus

CARACTERISTICAS:

Planta trepadora, de 3 a 6 m de altura que en cultivos puede alcanzar los 10m con hojas opuestas de 3 a 5 lóbulos o compuestas. Las flores aparecen en mayo y son unisexuales en distintas plantas. El fruto es un aquenio que aparece en las espigas femeninas.

APLICACIÓN:

Las inflorescencias del lúpulo ricas en glándulas poseen abundantes principios amargos, aceites esenciales, taninos y flavonoides. La fitoterapia y la homeopatía aprecian el lúpulo también como remedio calmante y para combatir el insomnio. La medicina popular lo usa además como estimulante del apetito y de la digestión.

EN TARDELCUENDE:

¿Lúpulo? ¿El que se utiliza en las cervezas? ¿Para dar aroma y color a las cervezas de cebada y trigo? ¿Y de eso hay en Tardelcuende? ¿Y mucho? ¿De verdad?

SI y SI, lúpulo hay en Tardelcuende en la orilla de nuestro río Izana y en la zona de los huertos y en cantidad abundante, y si lo queréis utilizar para hacer cerveza artesanal podréis utilizarlo con total confianza. Para todos los demás conocedlo y disfrutadlo.

