

COMPROBACIÓN DEL USO HUMANO DE PLANTAS MEDICINALES EN DOLENCIAS DIGESTIVAS EN LA COMARCA DE LAS CINCO VILLAS (ZARAGOZA)

Se han documentado 120 plantas medicinales utilizadas por los habitantes de esta comarca desde tiempos ancestrales. Y tras comprobar sus propiedades fitoterapéuticas sobre dolencias del aparato digestivo, se viene promoviendo su uso desde 1980 entre los pacientes que vienen acudiendo a la farmacia comunitaria de LUNA (Zaragoza)



Plantas medicinales de Monlora y las Cinco Villas Orientales
por: Jesús Catalán Sesma

Acerollero:
sus frutos son
antidiarreicos

LUNA (Zaragoza)

PLANTAS ANTIDIARREICAS: hojas y corteza de avellano, de madroño, y de Gayuba; sumidad florida de vulheraria; hojas de salvia, llantén, y vid; los frutos del rosál silvestre o tapaculos; frutos comidos muy maduros del acerollero; frutos cocidos del membrillero; corteza y bellotas en cocimiento de la carasca



Solanum tuberosum L. PATATA
"machacando las patatas sale un caldo contra el ardor de estómago"

Pablo Delgado
agricultor
81 años

PLANTAS GASTROPROTECTORAS:

REGALIZ "se bebe el agua del cocimiento de la raíz (los rizomas o "palos de regaliz") para quitar el dolor de estómago".

MALVA: toda la planta es rica en mucílagos por lo que al beber el agua del cocimiento de tallos, hojas y flores protege la mucosa gástrica.

VIOLETA: toda la planta en floración, incluida la raíz es protectora gástrica, por los mucílagos que quedan en el agua del cocimiento.

PATATA: los tubérculos recolectados en su madurez tienen acción antisecretora gástrica y espasmolítica; en ningún caso hay que utilizar los grillones o brotes que echan las patatas viejas, porque ya son tóxicas.

PLANTAS ANTIESPASMÓDICAS:

BELEÑO: se tomaba contra dolores provocados por espasmos gástricos o intestinales. Debe ser prescrito por médico.

NOGAL: las hojas recolectadas de junio a septiembre se preparan en cocimiento contra el dolor intestinal.

ROMERO: la infusión de las hojas floridas se bebe en infusión

TÉ de MÉXICO (Chenopodium ambrosioides L.): empezó a Utilizarse tras traerlo de México el fraile dominico fray Francisco Ximénez, "natural de la villa de Luna del Reyno de Aragón" A finales del s. XVI. La infusión de las partes floridas se tomaban contra el dolor de estómago. TILOS, RUDA, etc.



Crece en los campos de Valpalmas (Zaragoza). En este pueblo pasó parte de su infancia D. Santiago Ramón y Cajal, premio Nóbel de Medicina, quien situó una vivencia trágica en la torre de la iglesia en una fuerte tormenta.

Matricaria camomilla L., manzanilla dulce.
Se toman las cabezuelas en infusión buscando su efecto digestivo; es antiespasmódica, carminativa, tónica estomacal y digestiva.

Efectos fitoterapéuticos de este cardo: las semillas secas en infusión o cocimiento depuran el hígado; favorece la recuperación de las borrar-cheras; propicia la eliminación de cálculos biliares; en las dispepsias, alivia las flatulencias del tubo digestivo, reduciendo el meteorismo. Mejora la supervivencia de los afectados por hepatitis y/o cirrosis.



Silybum marianum, cardo mariano

Santos Dieste,
pastor, 88 años

Malva sylvestris L., malva

PLANTAS CONTRA LA INDIGESTIÓN: el TOMILLO se prepara en infusión con los brotes tiernos ya con flores. Las bayas de ENEBRO se cuecen y se bebe para "cuando se esta hinchar después de comer". ORTIGAS: "las chordigas se hirven y el agua se bebe para quitar las grasas de las tripas". EI ESPÁRRAGO DE LOBO" o "JOPO" (*Orobancha latisquama*) hervido se toma contra las "indigestiones fuertes".

ACHICORIA: hojas, flores y raíz desecadas en cocimiento se bebe contra la dispepsia o plenitud, "deshace los hartazones".

PLANTAS COLERÉTICAS Y COLAGOGAS: hojas, tallos y raíz (no las cabezuelas que se destinan a la alimentación) de la ALCAHOFA. También: DIENTE DE LEÓN, LAUREL, ABREPUÑOS, FUMARIA, etc.

PLANTAS APERITIVAS, TONIC-ESTOCALES, DIGESTIVAS:

ABRIOJOS (*Centaurea calcitrapa* L.), ACACIA, AJEDREA, CAMOMILÓN, ESTEPA,, LAVANDA o ESPLIEGO, MENTA DE BURRO, OLIVO, ORÉGANO, RABO DE GATO, SALVIA, etc.

PLANTAS CARMINATIVAS: CAMOMILA, HINOJO, MILENRAMA, etc.

PLANTAS LAXANTES: infusión de flores de ARAÑONERO, de MELOCOTONERO, de ESCABIOSA, de frutos y flores del SAÚCO, de la sumidad florida del TRÉBOL ROJO o COMÚN, de la corteza y las hojas del FRESNO, las hojas de ALITIerno, de las hojas, rizomas y raíz de la ACEDERA.

PLANTAS ASTRINGENTES: hojas y corteza de AVELLANO, cocimiento de la planta de HIPÉRICO florida y desecada, hojas y tallos tiernos de LENTISCO, cocimiento de brotes tiernos de ZARZA. Etc.



Castillo de Yéquera - Luna (Zaragoza)

Bellis perennis L., margarita: el agua del cocimiento de las hojas, raíz y capítulos floridos es antiespasmódica, tónica, estomacal, emoliente y laxante.

ESTAMOS MÁS CERCA,
LLEGAMOS MÁS LEJOS