

Cuaderno de Campo de la Sierra Calderona.

V. Mayo

Plantas Medicinales





LAS PARTES

DE UNA PLANTA

Hojas

Sirven para elaborar su alimento y para respirar.

Flor

Se transforma en fruto.

Frutos

Contienen las semillas.

Tallo

Sostiene a la planta y transporta agua y otras sustancias.

Raíz

Permite a la planta sujetarse al suelo y absorber sustancias.

FLORES MEDICINALES



La Cardencha baja el
azúcar en sangre



El Cantueso es
antiséptico



La Bolsa de pastor es
vasoconstrictora



La Alcachofilla se considera
antihemorroidal

FRUTOS MEDICINALES



El Escaramujo contiene
mucho vitamina C



La zarzamora es
astringente



Los Madroños contienen alcohol

HOJAS MEDICINALES



El Te de Roca es digestivo



La Manzanilla borde es antiséptica



La Ortiga es remineralizante

SEMILLAS MEDICINALES



La Amapola es sedante



El Cardo Mariano es hepatoprotector



El Lino blanco es demulcente y laxante

RAÍCES MEDICINALES



La Achicoria es depurativa



El Diente de León es detoxicante



Los ajos son antisépticos y mejoran la circulación sanguínea



La zarzaparrilla es diurética

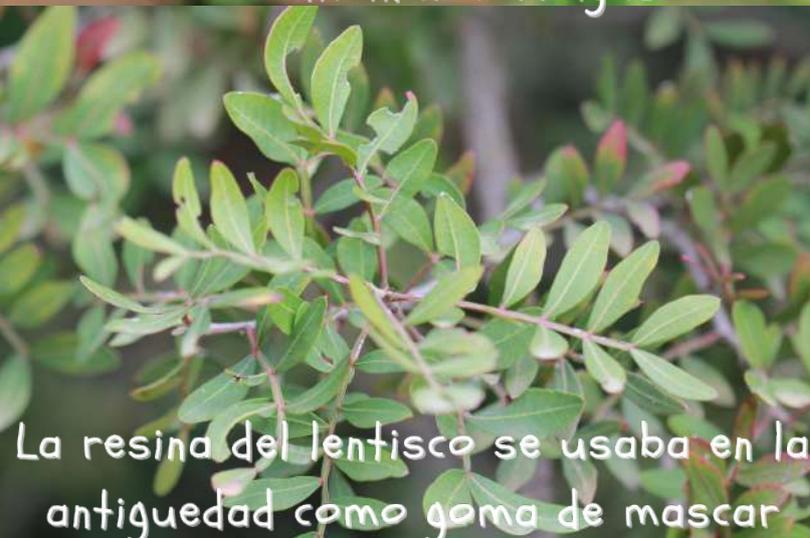
OTROS USOS DE LAS PLANTAS MEDICINALES:



La leche de las lecheras se usa para eliminar verrugas

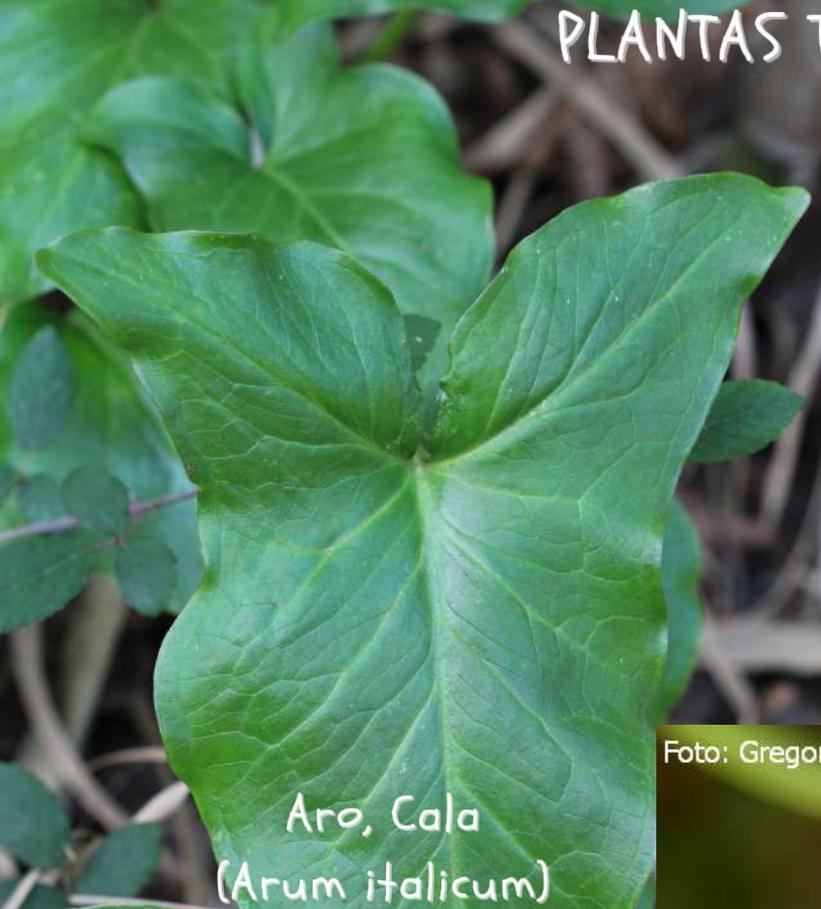


Los pelos del maíz se usa como diuréticos



La resina del lentisco se usaba en la antigüedad como goma de mascar

PLANTAS TÓXICAS



Aro, Cala
(*Arum italicum*)



Baladre
(*Nerium oleander*)

Foto: Gregorio Ros



Torvisco
(*Daphne gnidium*)



Emborrachacabras
(*Coriaria myrtifolia*)



Rusco
(*Ruscus aculeatus*)

TEORÍA DE LAS SIGNATURAS



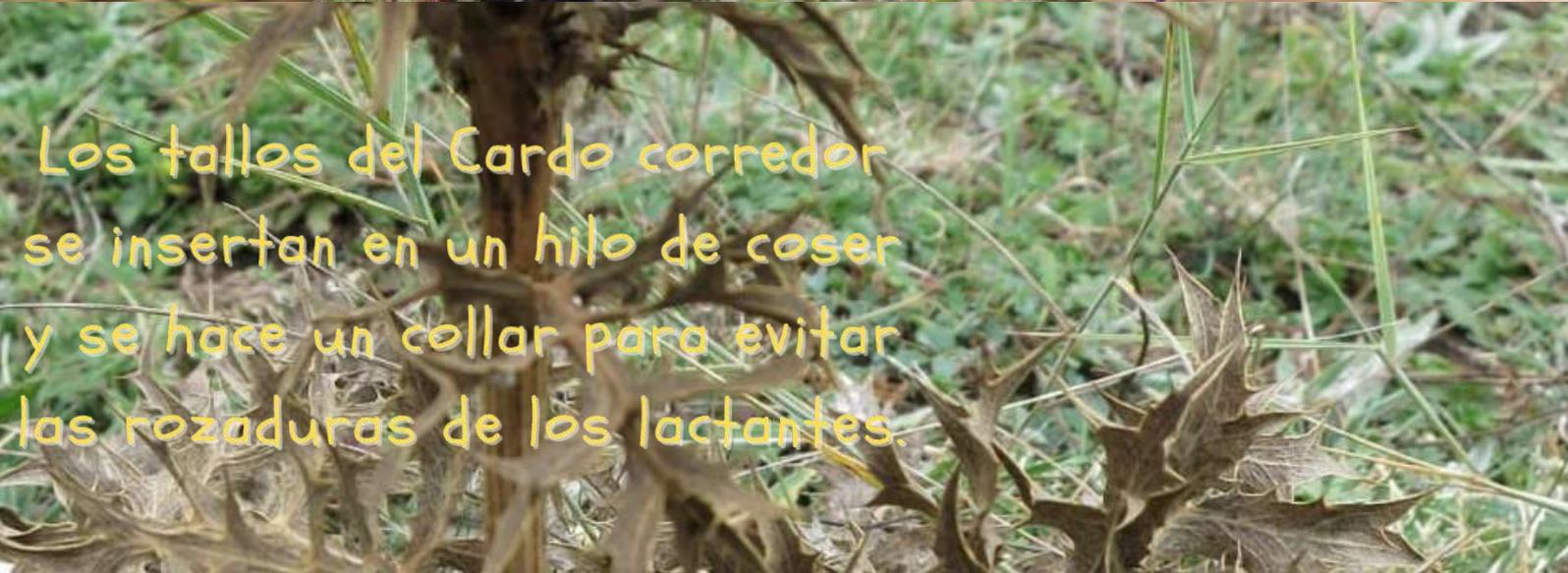
El parecido del Culantrillo de pozo con una cabellera ha hecho que se utilice para las dolencias relacionadas con el pelo.



La Parietaria sale entre las piedras por lo que se ha usado para tratar dolencias de las vías urinarias.



Las semillas de la Viborera parecen la cabeza de una víbora por lo que se ha utilizado para curar las picaduras de estos reptiles.



Los tallos del Cardo corredor se insertan en un hilo de coser y se hace un collar para evitar las rozaduras de los lactantes.



Cantueso
(*Lavandula stoechas*)



Romero
(*Rosmarinus officinalis*)



Menta de burro
(*Mentha suaveolens*)



Tamillo
(*Thymus vulgaris*)



Aceites esenciales

Mediante destilación se obtienen los aceites esenciales que son los principios activos responsables de los agradables olores de las plantas aromáticas. Los aceites esenciales son antisépticos y digestivos.

¿Cómo preparar una infusión?

Hervir el agua y apagar. Introducir la planta medicinal en el agua y dejar reposar unos minutos con el recipiente tapado. Colar el líquido en un vaso y endulzar con miel.
En la infusión se usa una sola planta, en la tisana usamos varias plantas juntas.

¿Qué es una decocción?

Algunas partes de plantas son muy duras y para extraer los principios activos es necesario hervirlas unos minutos.

Aceite de hipérico

Introduce las flores de Hiperico en un bote de cristal, llénalo de aceite y deja 40 días que le dé el sol y el frío de la noche. Muévelo de cuando en cuando. Es eficaz para las quemaduras

