



**Plantas Medicinales de Aragón
y sus usos en Farmacia.**

17-12-2019

Los remedios vegetales medicinales conocidos desde la Antigüedad han constituido la base de la Farmacia y Medicina modernas.

El tratamiento de enfermedades usando plantas medicinales (lo que hoy llamamos FITOTERAPIA) figura en diversos textos escritos antiguos:

- 2.000 a.C. tablilla de arcilla de la cultura *Sumeria*
- 1.560 a.C. Papiro de Ebert (Egipto) recoge fórmulas curativas a base de plantas
- Hipócrates (470 al 377 a.C.) “padre de la Medicina” la desarrolla con remedios vegetales
- Dioscórides (médico 40-90 d.C.) escribió la “*Materia Médica*” en la que describía las aplicaciones medicinales de más de 1.000 plantas.

Incuestionado durante siglos y siglos.

Esta gran obra fue revisada en 1.961 por el botánico-farmacéutico Pío Font Quer

* A partir del **Descubrimiento de América** (1.492) se incrementa el conocimiento de especies vegetales.

Fueron muchos botánicos y médicos los que acudieron a estudiarlas

Y las reflejaron en importantes libros ilustrados.

- 1.753 **Carl von Linné** publica *Species plantarum* clasificación binomial especies
- En el s. XIX, con la consolidación de la Química, empiezan a obtenerse medicamentos por esta vía → “especialidades farmacéuticas”.

QUATRO LIBROS.
DE LA NATV.

RALEZA, Y VIRTVDES DE LAS
plantas, y animales que estan receuidos en el vfo
de Medicina en la Nueva España, y la Methodo, y correc-
cion. y preparacion, que para administrarlas se requiere
con lo que el Doctor Francisco Hernandez esciuio
en lengua Latina.

MUY UTIL PARA TODO GENERO DE
gente q̄ vive en estâcias y Pueblos, do no ay Medicas, ni Botica.

Traduzido, y aumentados muchos Simples, y Compuestos
y otros muchos secretos curatiuos, por Fr. Francisco Ni-
menez, hno del Conuento de S. Domingo de Mexico,
Natural de la Villa de Luna del Reyno de Aragon.

A Nro R. P. Maestro Fr. Hernando Faxan, Prior Provincial de
la Provincia de Santiago de Mexico, de la Orden de los Fr. Predicadores,
y Catedratico jubilado de Theologia en la V. Universidad Real.



En Mexico, en casa de la Viuda de Diego Lopez Davalos. 1615
Vendese en la tienda de Diego Garrido, en la cinquena de
la calle de Tacuba, y en la Porteria de S. Domingo.

Es fotocopia del
libro original que
se encuentra en la
Biblioteca Nacional,
en Madrid

El desarrollo de la Química llevó a conocer con exactitud todos los componentes de las plantas.

Hoffman (Bayer) en 1.897 descubrió la *salicilina* a partir de la corteza del *sauce blanco* → **ASPIRINA**.

Acciones: analgésica (Hipócrates), antitérmica, antiinflamatoria, antirreumática; no hace mucho: antiagregante plaquetario.
¡OJO! : el uso de la corteza de sauce INTERACCIONA con los anticoagulantes.

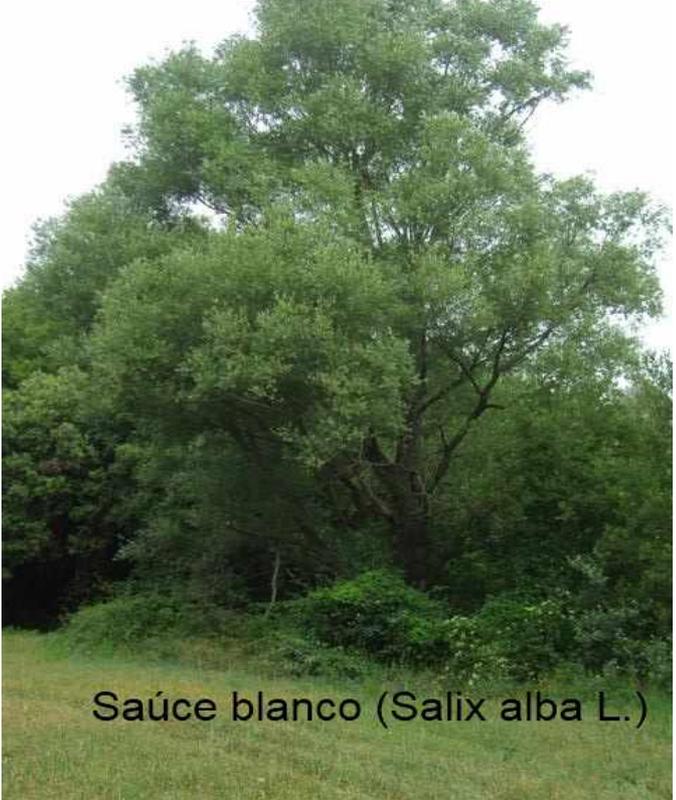
Salix alba L. (1.753)

(Salicaceae)

SAÚCE BLANCO



Hipócrates (s. V a.C.) ya citaba su propiedad de calmar el dolor
Hoffman (Bayer - 1897) descubrió la ASPIRINA a partir de la
SALICILINA de la corteza del saúce blanco



Saúce blanco (Salix alba L.)

Fármacos actuales (algunos): proceden de principios activos aislados de plantas:

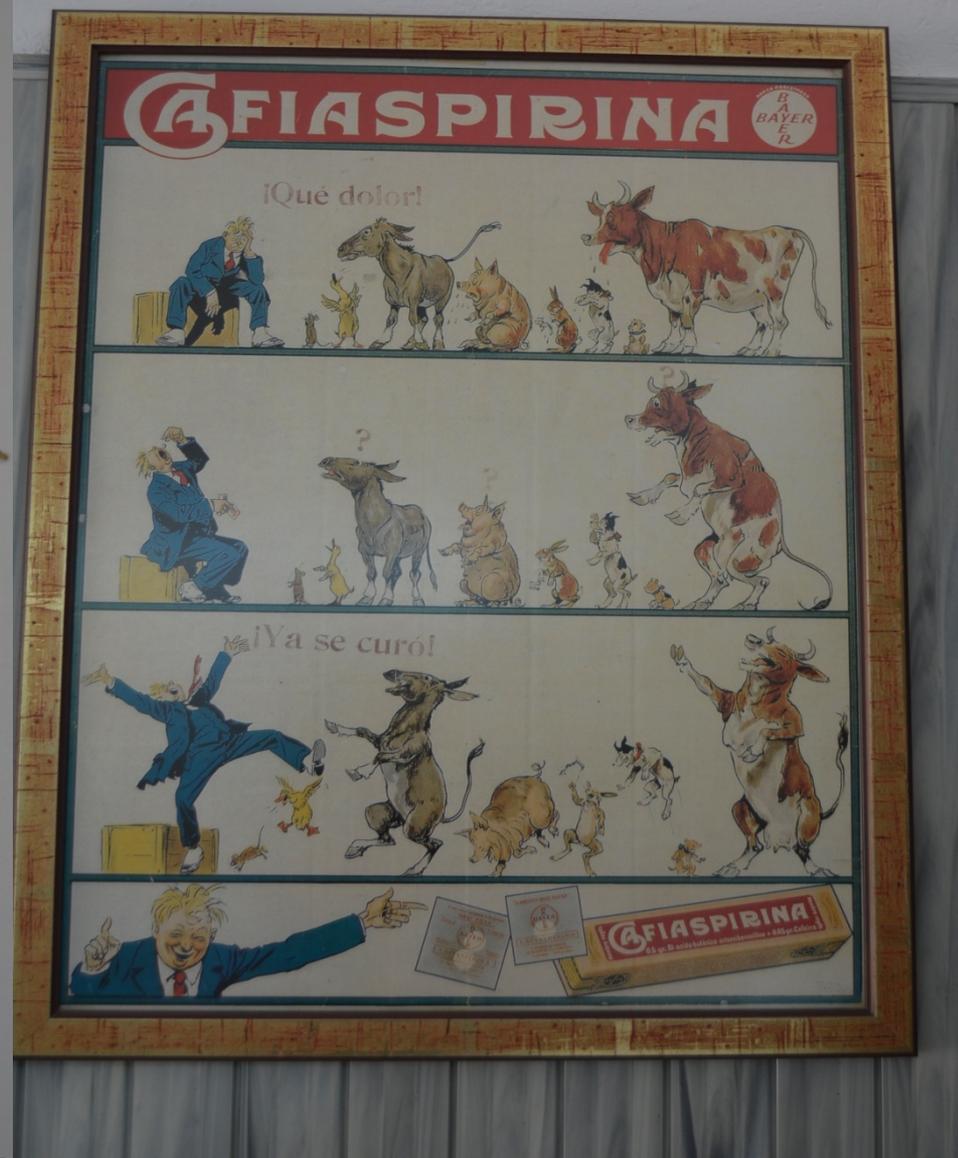
- Analgésico
- Antitérmico
- Antiinflamatorio
- Antirreumático
- Antiespasmódico



Antiagregante plaquetario
1 planta: puede ser polivalente en acciones farmacológicas.

Actividad medicinal: en diferentes órganos y época de recolección

Publicidad de los años 60 del s. XX



TRATAMIENTOS A BASE DE PLANTAS MEDICINALES POR SÍSTEMAS ORGÁNICOS

1/ FITOTERAPIA EN EL SISTEMA NERVIOSO

(Tomadas con hipnóticos: opiáceos, benzodiazepinas, antihistamínicos H1 → posible aumento de la sedación)

1/ FITOTERAPIA EN AFECCIONES DEL SISTEMA NERVIOSO:

AMAPOLA o ABABOL (*Papaver rhoeas* L. - *Papaveraceae*):

acción ligeramente sedante → - INDUCE AL SUEÑO

- ANTIESTRÉS y ANSIOLÍTICA

-antitusiva, emoliente y analgésica suaves

Parte utilizada: los pétalos → alcaloide RHOEDINA

(contienen pigmentos, -antocianósidos-, → tiñen de rojo las heces)

Embarazo y madres lactantes: NO TOMAR



HIPÉRICO O HIERBA DE SAN JUAN: ppios. activos: HIPERICINA, FLAVONOIDES y otros.

Antidepresivo (suave) → ansiedad y depresión (mecanismo: inhibe recaptación serotonina → efecto aparece tras 15 días). Antiespasmódico y colagogo. Astringente. Pectoral.

Vía tópica: desinfectante, antiinflamatorio, cicatrizante y vulnerario. Cataplasmas c/ reuma.

Macerado con aceite (toma color rojo sangre y olor a humo) → fricciones y masajes c/ traumatismos, lumbago, dolores nerviosos.

Partes: toda la planta florida desecada recogida de junio a final del verano.

¡OJO: FOTOSENSIBILIZANTE; e interacciona con anticoagulantes, digitálicos, anticonceptivos orales, antidiabéticos, antidepresivos, antibióticos, inmunosupresores y antifúngicos!



HIPERICO
Hypericum perforatum L.
Hypericáceas (Guttiferáceas).

508319 1



TILO
Tilia platyphyllos (Scopoli)
Tiliáceas.

TILO: Florece: mayo-julio. Se recolectan: las inflorescencias (bien abiertas y secas) → fenoles, flavonoides y mucílagos.
Ligeramente sedante, antiespasmódica frente a la tos.
Poco conocido como suave protector cardiovascular.



Sumidad florida en infusiones: **tranquilizante c/ insomnio y estrés.**

Ppios. Actº: acetato de linalilo, linalol, flavonoides y ács. fenólicos.

Aceite esencial: repara la piel por sobreexposición al sol; alivia picaduras; repelente de insectos; antiséptico; antiálgica en masajes.

Aromaterapia: en baño, relajante (10-20 gotas s/ jabón); en difusor o en inhalación.



Otras plantas TRANQUILIZANTES :

PASIFLORA o PASIONARIA AZUL o FLOR DE LA PASIÓN
(*Passiflora caerulea* L.): trepadora leñosa procedente de América tropical. Florece: primavera y verano.

Principios activos: flavonoides

Infusiones de hojas, zarcillos y flores desecadas.

En ansiedad, estrés, insomnio, nerviosismo.

Tb/ espasmolítica gastrointestinal y genito-urinaria.

Defatigante en piernas cansadas (geles o pomadas).

No en embarazo ni niños <2años; ajustar en ancianos.

Posibilidad de INTERACCIÓN con las benzodiacepinas.

VALERIANA (*Valeriana officinalis* L.): se usa la raíz y rizomas, recogidos en agosto y septiembre → flavonoides, lignanos y alcaloides (valerianina).

Relaja el SNC y V: es sedante y ansiolítico; buen inductor del sueño (una hora antes de acostarse).
Coadyuvante del tratamiento antitabaco.

Contraindicada: con antidepresivos, antiepilépticos y somníferos.

No tomar con bebidas alcohólicas.

No recomendada en embarazo, lactancia y <3 años.



2/ FITOTERAPIA EN EL APARATO CARDIOVASCULAR

a) CARDIOTÓNICAS

b) PLANTAS MEDICINALES HIPOTENSORAS

c) CAPACES DE DISMINUIR EL
COLESTEROL

d) VENOTÓNICAS

2.a) PLANTAS CARDIOTÓNICAS

MUY TÓXICAS: SU USO PROHIBIDO O RESTRINGIDO POR Orden SCO/190/2004.

Las hojas contienen heterósidos cardiotónicos (DIGOXINA) **dejadas de utilizar debido al estrecho margen de seguridad terapéutica** → LANIRAPID, DIGOXINA





ADELFA
Nerium oleander L.
Apocináceas.

Cardenólidos, muy tóxicos



Espino albar o blanco, o majuelo; “arto”

Hábitat: ribazos y márgenes de tierras de labor en casi toda España.

Flavonoides y proantocianidinas:

Favorecen la salud cardiovascular → Útil en taquiarritmias;

tb/ es sedante → en angustia y ansiedad con palpitaciones sintomáticas. No en cardiopatías. -

No tomar con digitálicos (los potencia). Ni con antihipertensivos → riesgo hipotensión



ESPINO ALBAR
Crataegus monogyna (Jacquin)
Rosáceas.

b) DISMINUYEN LA TENSIÓN ARTERIAL (la HTA es el > factor en ECV)
c) CAPACES DE DISMINUIR EL COLESTEROL SANGUÍNEO

OLIVO: *Olea europaea* L.

Se utilizan las hojas (muy duras → decocción 10') recolectadas en cualquier época del año.

Ppios. activos: heterósidos y flavonoides

Propiedades: **HIPOTENSORAS** y **ANTIATERÓGENAS**.

Gran valor nutricional (frutos): ács grasos monoins., Vit. E (antioxidante)



ALCACHOFA: *Cynara scolymus* L. **hojas basales tras la floración (verano)** → cinarina; tb ácidos fenólicos, flavonoides, sesquiterpenos, Vit A, B2 y C).

Disminuye los lípidos sanguíneos.

Otros efectos: **protege el hígado y favorece la secreción biliar** → depurativa hepática. **Combate el hígado graso.**

¡PRECAUCIÓN: en obstrucción vías biliares y litiasis!

Desintoxicante. Puede reducir la glucemia.

Muy completo alimento (las cabezuelas no floridas)

¡OJO en alergias a margaritas! (misma familia)



AJO (*Allium sativum* L.): acción por aliina → alicina.

APORTA SALUD AL CORAZÓN y mejora la circulación

Hipocolesterolemia. Hipotensor. Útil en arterioesclerosis. Antitrombótico. Antioxidante.

Desinfectante. Depurativo. Anticatarral

Antirreumático. Vermífugo.

Sus propiedades se obtienen tomado crudo (los dientes del bulbo) y en gran cantidad → mal olor corporal → se evita pulverizado en cápsulas gastroresistentes (no olor por no degradación aliina por jugos gástricos)

Interacciona con anticoagulantes orales → aumenta el tiempo de hemorragia. Pérdida acción retrovirales



CEBOLLA (*Allium cepa* L.)

Favorece la eliminación del colesterol

Hipotensora. Diurética. Expectorante

Aumentan secreción gástrica → baja pH (precaución en úlceras)

Debe tomarse cruda o su jugo fresco



En Farmacia: CALIDAD, SEGURIDAD y EFICACIA

¡Tener siempre presente posibles INTERACCIONES!

¡OJO!

INTERACCIONES PLANTAS MEDICINALES CON ANTICOAGULANTES ORALES (SINTROM)

¡Pueden llegar a producir hemorragias (tb/ cerebral)!

- AJO
- ALFALFA
- CALABAZA
- HIPÉRICO
- REGALIZ
- SAUCE (corteza)
- ANÍS VERDE
- CASTAÑO DE INDIAS
- GINKGO (Tanakene)
- GINSENG
- MANZANILLA
- MELILOTO
- MILENRAMA
- PASIFLORA
- TÉ VERDE

CONTROL DEL TIEMPO DE PROTROMBINA POR EL MÉDICO

TENER SIEMPRE PRESENTE POSIBLES CONTRAINDICACIONES

d) PLANTAS VENOTÓNICAS: tienen acción vitamínica P q propicia la contracción de las céls. musculares de los vasos → favorece retorno venoso → alivia malestar y pesadez piernas; en varices; c/ picor y ardor hemorroides; fragilidad capilares cutáneos. Tb/ son vasoprotectoras.

Fortalece las fibras musculares de la pared venosa: **FLAVONOIDES** (rutósido y hesperidósido), **SAPONÓSIDOS** (ruscogenina)

Florece: primavera. Fructifica: otoño-invierno

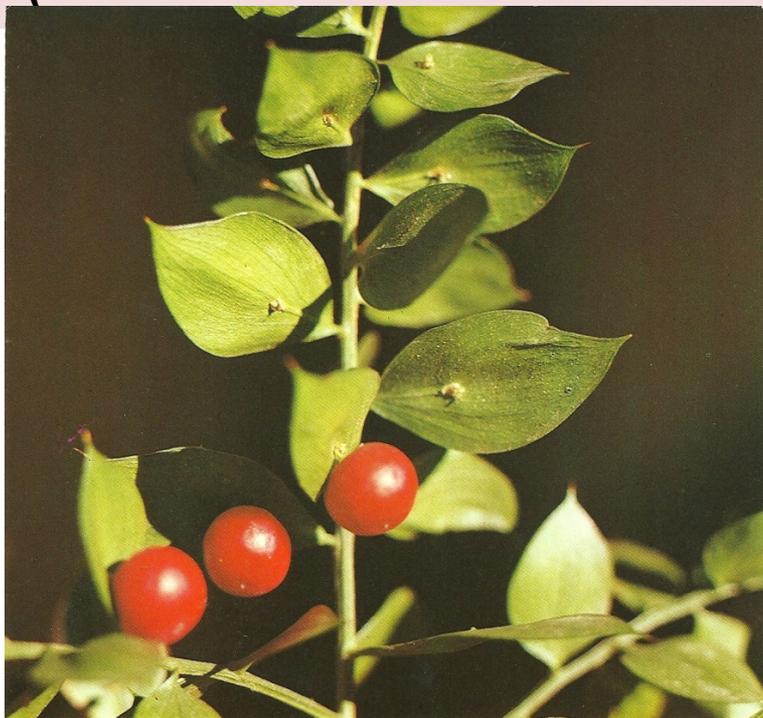
Se utiliza: rizoma, en marzo-abril y en octubre

Hábitat: en umbrías de casi toda la península. “Bucheta” en Hecho

VID ROJA (*Vitis vinifera* L.)

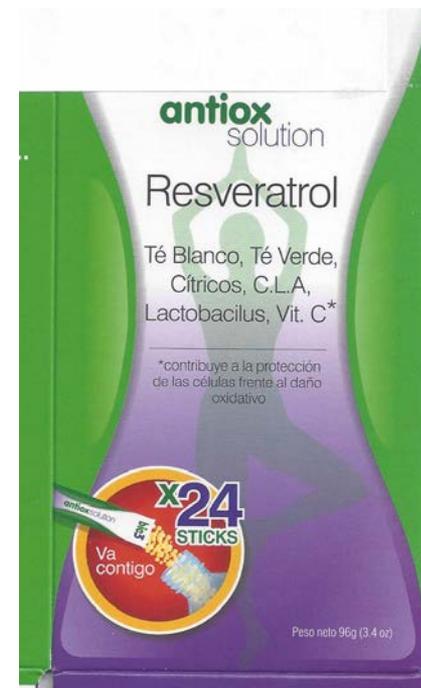
La parte utilizada es la hoja en otoño, cuando vira al rojo (de ahí toma su nombre).

Los frutos confieren al **vino** algunas propiedades importantes: **taninos antociánicos** → **acc. vitam. P**
polifenoles: flavonoides y resveratrol
PREVENCIÓN ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES y otras
ANTIOXIDANTE: tumores, Alzheimer, DMAE?



RUSCO
Ruscus aculeatus L.
Liliáceas.

o BUCHETA



3/ FITOTERAPIA EN EL SISTEMA RESPIRATORIO

Buscaremos plantas que tengan las propiedades:

- **ANTITUSIVA:** acción capaz de calmar la tos (malva, tomillo, menta, gordolobo, orégano, amapola, violeta...)
- **EMOLIENTE:** que puede disminuir la inflamación de los tejidos inflamados (llantén, lino, malvavisco, malva, borraja, viborera, rosál silvestre, saúco...)
- **EXPECTORANTE:** capaz de provocar la expulsión de las secreciones pulmonares (regaliz, gordolobo, tomillo, orégano, hiedra, hinojo, marrubio...)

-

Propiedades: rica en mucílagos (sust. capaces de proteger frente a irritaciones y tb/ de fluidificar secreciones); tb/ antocianósidos → **Expectorante y antitusiva.**

Gastroprotectora, antiespasmódica. Laxante c/ estreñimiento: aumenta motilidad intestinal, mantiene hidratación → mejora el tránsito intestinal.

Vía externa: lavados oculares. Gargarismos en inflamaciones de boca y garganta; contra los aftas.

Cicatrizante y vulneraria: compresas y lavados en dermatosis, eccemas, acné, granos, forúnculos, incluso hemorroides. Cataplasmas en dolores reumáticos.

Partes: hojas y flores secas recogidas de abril a octubre. Se llegó a usar como verdura (“panecillos”).

Tb/ el jugo de la planta fresca → calma picor en picaduras de insectos.

Faltan datos: embarazo, lactancia y <12 años



TOMILLO (*Thymus vulgaris* L.)

Típico fuerte olor aromático → timol (¡jojo dosis! → toxicidad hepática); flavonoides.

Parte a usar: ramas herbáceas floridas (cocimiento). PECTORAL

Tb/ eupéptico, carminativo, antiespasmódico, colerético. (usado en cocina)

Vermífugo.

Desinfectante tópico y bucal (tb aftas). Antiacné juvenil.

Analgésico masajes c/ lumbalgias y traumatismos.

ACTIVA EL SISTEMA INMUNITARIO.

“La reina de las plantas”

Hábitat: laderas soleadas, calcáreas o arcillosas. Floración: de marzo a agosto.

Seguridad no establecida en embarazo y lactancia; no dar a niños <4años



GORDOLOBO: Mucílagos, saponósidos, ács. fenoles, flavonoides →
Expectorante y emoliente.

La mejor vulneraria contra el mal de boca y garganta; cicatrizante de heridas,
sabañones y durezas.

Cura hemorroides mediante baños de asiento y sus hojas son “el mejor papel
higiénico”.

En época de Roma sus flores se usaban para teñir los cabellos de rubio.

Hábitat: en terrenos baldíos, pedregosos. Floración: mayo-agosto. Se usan hojas, sumidad florida y raíz.

Seguridad no establecida en embarazo y lactancia; no dar a niños <4años



Verbasco thapsus L.
"gordolobo"



Verbasco sinuatum L. "verbasco o gordolobo"

HIEDRA (*Hedera helix* L. - Araliaceae)

Saponinas triterpénicas, flavonoides, poliacetilenos.

Usos: antitusivo y expectorante en tos productiva (facilita eliminación del moco).

Otros: cicatrizante; anticelulítica. Las hojas empapadas con vinagre → callicida

Parte a utilizar: hojas desecadas de ramas estériles o de ramas antes de la floración.

¡OJO: FRUTOS MUY TÓXICOS!

Seguridad no establecida en embarazo y lactancia; no dar a niños <4años

Hábitat: al pie de muros, rocas, árboles. Floración: fin de verano-principio otoño. Invasiva.



SAÚCO (*Sambucus nigra* L.). En orillas de río, bordes de caminos, bosques.

Recolectar: la umbela florida (mayo) , la corteza y los frutos (fin de verano). Es planta melífera.

Flores: mucílagos, ács. fenoles y flavonoides. Frutos: antocianósidos y flavonoides

Usos: el agua del cocimiento es expectorante y se refuerza con inhalación de vapores y con cataplasmas.

Reduce la intensidad y duración de catarros y gripe (2 días menos de promedio).

Ídem c/ dolor de muelas.

Es demulcente (protector de mucosas y piel): en gargarismos c/ inflamación de encías y garganta.

Tb/ es diurético, laxante suave y sudorífico.

Interfiere: inmunosupresores y corticoides. A partir de los 12 años



LLANTÉN mayor (*Plantago major* L.) o SIETE VENAS y menor (*Plantago lanceolata* L.) o CINCO VENAS:

Mucílagos → demulcente, expectorante y antitusivo. Taninos → astringente. Tb/ antiinflamatorio en gargarismos c/ anginas y faringitis. Glucósidos iridoides → bacteriostático → Lavados oculares en conjuntivitis. Antialérgico. Cicatrizante. Cataplasmas c/ forúnculos y otras lesiones cutáneas, incluso quemaduras. Seguridad no establecida en embarazo y lactancia; no dar a niños <4años



MENTAS: hábitat: en suelos ligeros, ricos y húmedos, medio sombríos. Florece en verano y debe recogerse la sumidad florida con las hojas. La recolección debe ser a partir del 2º año.

Mentol, tb/ terpenos, flavonoides y ácidos fenólicos.

Acción balsámica y expectorante.

Tb/ propiedades: estomacal, antiespasmódica, carminativa, colerética y colagoga.

Contraindicadas en embarazo y lactancia. Tb/ en ataque de asma agudo.

Mentol: irritante de las mucosas (en niños, espasmo de laringe; ej.: Vicks Vaporub no aplicar <6 a.).

Aceite esencial: tóxico en uso continuado o dosis altas.



MENTA
Mentha piperita L.
Labiadas.

Mentha acuatica x *Mentha spicata*

Menta poleo (Lamiaceae)
Mentha pulegium L.



4/ FITOTERAPIA en el APARATO GENITO-URINARIO

MADROÑO o MODROLLERA (*Arbutus unedo* L.)

Se usan las hojas y la corteza → **TANINOS** →
antiséptico-urinaria. Astringente, depurat, astringente.

En bosques mixtos de pinos, robles y encinas. Florece de
septiembre a enero. Coexisten con los frutos anteriores en los
que hay fermentación alcohólica. **No más de 1 semana-10 días.**

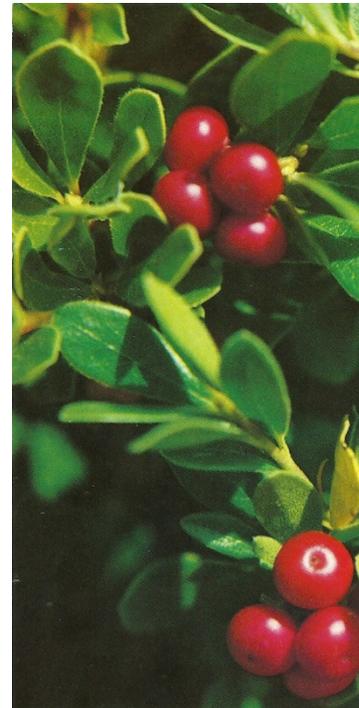


GAYUBA o manzanetas (*Arctostaphylos uva-ursi* Spr.).

Acción antiséptico-urinaria por efecto del arbutósido
(se favorece con la toma de un poco de bicarbonato
para alcalinizar la orina).

**No tomar más de una semana. Ni embarazadas, en
lactancia y niños <12 años. Orina marrón-verdoso.**

Florece de marzo a junio y se utilizan las hojas que
pueden recolectarse todo el año (elegir jóvenes).



GAYUBA
Arctostaphylos uva-ursi
(Sprengel)
Ericáceas.

ENEBRO: gálbulos por los monoterpenos (sabineno, limoneno) y sesquiterpenos →
antiséptica y diurética, se sinergizan en infecciones urinarias (con = o mejor resultado
que el *cranberry* o arándano rojo americano). Tb/ flavonoides y taninos.

Preparación: cucharadita llena de gálbulos (mal llamados bayas), machacadas, cocer en una
taza de agua hirviendo durante 20' y beber 2-3 tazas/día durante 5-7 días (no más).

Contraindicación: insuficiencia renal e inflamación renal (nefritis y glomerulonefritis).



OXICEDRO
Juniperus oxycedrus L.
Cupresáceas.

ENEBRO



ENEBRO
Juniperus communis L.
Cupresáceas.

CHINEBRO o CHINIPRO

ORTIGA VERDE: los componentes de la raíz, escopoletina, sitosterol, lignanos:

HBP → eficaz en obstrucción uretral (impide el paso de testosterona (T) a dihidrotestosterona (DHT) q es la q provoca el crecimiento de las células de la próstata → agrandamiento).

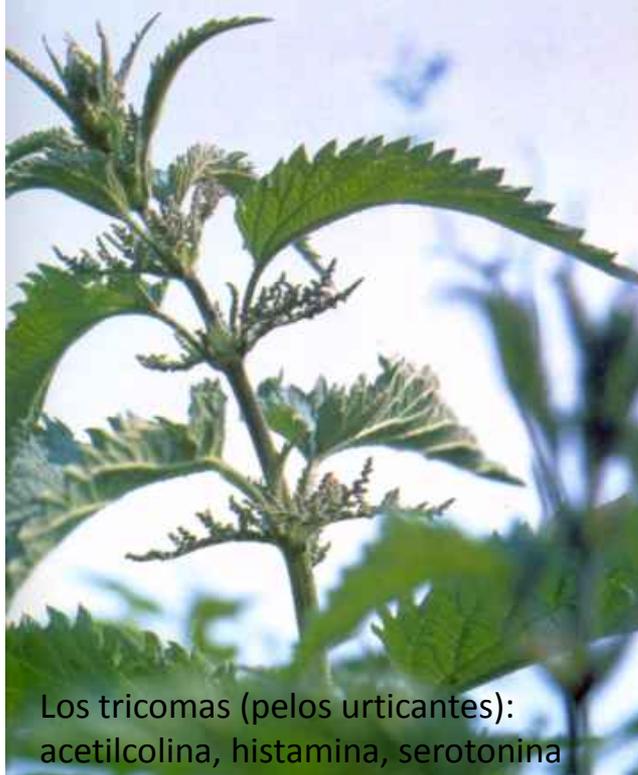
En las hojas: ács. orgánicos, mucílagos, flavonoides → **En infecciones urinarias leves.**

Tb/ es estimulante de las secreciones estomacales, pancreáticas y biliares. Vulnerarias, se empleó mucho para curar quemaduras, hemostáticas (epistaxis), c/ alopecias. Antirreumáticas. Diuréticas →

Contraindicaciones: insuficiencia renal y cardíaca.

ORTIGA MAYOR (*Urtica dioica* L.) muy común, en terrenos baldíos, ricos en nitrógeno. Florecen entre junio-septiembre. Minerales y provit. A → verdura. Se usan hojas y raíz .

ORTIGA MENOR (*Urtica urens* L.) Menos común. Similares lugares y acciones. Florece casi todo el año. Contienen muchos minerales (verdura). **Esta es la de Homeopatía.**



Los tricomas (pelos urticantes): acetilcolina, histamina, serotonina



Frutos y sumidad florida: flavonoides y saponinas esteroideas → Aum^a producción
LH → aumenta testosterona →

a) fuerza física y masa muscular → beneficio a deportistas de grandes esfuerzos y
resistencia

b) → potencia sexual (incluido fortalecimiento función eréctil)

Virtudes no suficientemente demostradas científicamente todavía.

Contraindicada: embarazo, lactancia y niños.

Tribulus terrestris L. Azote de ciclistas y perros
Aguzaperros, encojaperros, abrojo



Vía tópica: aceite esencial (extracción semillas)

- Eccema atópico
- Dermatitis
- Buen estado de la piel

Glicéridos ricos en ács. grasos insaturados
(gamma linolénico, linoleico y oleico)

Vía oral: infusión de flores. **Bajo contenido en mucílagos, flavonoides, saponinas, etc.**

- Resfriados
- Bronquitis
- Sedante
- Tónico cardíaco
- Diurética

Interacción: fenotiazinas y anticoagulantes

Borraja (*Borago officinalis* L. - *Boraginaceae*)



5/ FITOTERAPIA SOBRE LA PIEL:

Cardo setero o corredor (*Eryngium campestre* L.):

Alivia las escoceduras (segadores y deportistas).

Partes: a) los tallos (en cualquier momento). b) raíz es cicatrizante y diurética (decocción), **contiene saponinas.**

Monlora

Piedratajada



Erísimo o hierba de los cantores (*Sisymbrium officinale* (L.) Scop.)

Acción: antiinflamatoria, expectorante y desinfectante (débiles)

Usos: faringitis, ronqueras, tos seca

Composición: mucílagos, glucosinolatos, ácido ascórbico, heterósidos cardioactivos (corcorósido, helveticósido; -débiles-)

Precaución: si se toman cardiotónicos

No tomar en embarazo, lactancia y < 6 años.

Presentación: caramelos, aerosoles, sumidad florida para cocimiento → gargarismos



6/ FITOTERAPIA EN EL APARATO DIGESTIVO

6.1.- **PLANTAS EN AEROFAGIA** = la presencia excesiva de aire en el tubo digestivo. Puede producir hinchazón en el intestino con molestias incluso dolorosas. Estas “**flatulencias**” pueden combatirse:

HINOJO: sus componentes son anetol, flavonoides y cumarinas → antifatulento, carminativo y antiespasmódico.

Tb/: expectorante; antiséptico (lavado de ojos); galactógeno; calma dolores dismenorrea; ¡convulsivante!
Aceite esencial puede afectar terapia hormonal, anticonceptivos orales y terapia de reemplazo hormonal

Combate la halitosis.

Habita ribazos, barbechos, eriales

Floración: julio-agosto. Recolección a partir de esas fechas, los frutos

¡¡Puede disminuir el efecto antibiótico del ciprofloxacino!!



6.2/DISPEPSIAS: mentas, tomillo, romero. Y:

MANZANILLAS: aceite esencial (con sesquiterpenos), flavonoides, lactonas, etc.

Propiedades: tónico-digestiva, antiespasmódica (calma el dolor de estómago). Alivia el dolor menstrual. Ligero sedante, favorece el sueño. En gargarismos: c/ anginas y faringitis.

Conjuntivitis: lavados oculares. En dermatitis y otras afecciones cutáneas, fortalece el cuero cabelludo y potencia color rubio. “Agua del Carmen”.

Recolección: “las cabecicas” (no del todo abiertas) a partir de mayo al atardecer seco.

No usar: ni en diarreas ni en el embarazo.

Con anticoagulantes orales: posible riesgo de hemorragia.



Manzanilla fina o dulce
Matricharia camomila L.
Familia: Asteraceae (Compuestas)



Manzanilla común (Matricaria chamomilla L.)
en Montmesa

Té de roca o de Aragón (*Jasonia glutinosa* (L.) DC, hoy día:
Chiliadenus glutinosus (L.) Fourr.)

Ac. esencial (alcanfor, borneol), lactonas, saponinas.

Tónico digestivo y en dolores cólicos, apendicitis;
antidiarreico; tb/ anticatarral y en depresiones leves.
Infusión tallos floridos de junio a septiembre.

En pedregales, fisuras de roca. Hasta 1.800m.

Té de roca o de Aragón

Jasonia glutinosa (L.) DC.
Familia: Asteraceae (Compuestas)



**Manzanilla del Pirineo, de Mahón,
abrótano hembra, ontineta de cabeceta o
manzanillera** (*Santolina chamaecyparissus* L.)

En collados y laderas con mucho sol. Hasta 1.700m



Tb/: emenagoga
vermífuga
antipolillas

Camomila, camomila de Aragón, manzanilla del Moncayo
Chamaemelum nobile (L.) All.
Familia: Asteraceae (Compuestas)



6.3.- PLANTAS GASTROPROTECTORAS:

Regaliz ppios. act^o: saponósidos triterpénicos (glicirricina); flavonoides, etc.

Es gastroprotector, incluso cicatrizante de úlceras gástricas.

Aerofágico y antiespasmódico.

Sobre árbol respiratorio → expectorante, mucolítico y antitusivo (por las saponinas).

CONTRAINDICADO: hepatopatías, colestasis, cirrosis, insuficiencia renal, hipopotasemia, hipertensión (en dosis abusivas reduce efecto de antihipertensivos) y embarazos.

Posibilidad de INTERACCIÓN: diuréticos, cardiotónicos, antiarrítmicos, corticosteroides, anticonceptivos orales y laxantes.

(CAVEDS)

Partes: los rizomas recolectados en primavera-verano.

Hábitat: en suelos sueltos y bien nutridos, junto a huertos y cauces de agua.



Familia: Fabaceae (Leguminosas)

Glycyrrhiza glabra L., regaliz o pãlodulce



6.4.- PLANTAS COLERÉTICAS Y COLAGOGAS

Activan la producción de bilis y/o su salida de la vesícula biliar.

Ya hemos visto: alcachofa, manzanillas, mentas y tomillo

DIENTE de LEÓN (*Taraxacum officinale* L. s.l.)

Florece casi todo el año. Raíz y hojas en otoño y primavera.

Raíz: lactonas, inulina, mucílagos; hojas: fitosteroles, flavonoides, sales minerales, Vits.

Además es: - orexígeno = estimulante del apetito.

- Algo laxante y algo diurético → hipotensor suave. Tb/ resulta depurativo.

- Previene la litiasis renal.



ROMERO: ác. esencial (cineol, pineno, terpineol...), diterpenos fenólicos amargos, ác. rosmarínico, flavonoides, triterpenos (ác. ursólico).

Lugares arenosos o pedregosos, soleados. Floración: todo el año. Se utiliza: sumidad florida

“De las virtudes del romero se puede escribir un libro entero”:

Colerético y colagogo, hepatoprotector. Eupéptico, carminativo, antiespasmódico.
Descongestivo bronco-pulmonar.

Emenagogo.

Hipotensor. Antiaterógeno (alternar infusiones con olivo y tilo)

Gargarismos en aftas; vulnerario; antibacteriano → desinfectante; antifúngico.

Masajes en cuero cabelludo: fortalece.

-ol de romero: dolores articulares, reuma, lumbalgias, torceduras, traumatismos.

Rico polifenoles (antioxidante) → evita proliferación céls. cancerosas

¡¡Contraindicado en embarazo y lactancia!! Y en obstrucción de vías biliares.



ROMERO
Rosmarinus officinalis L.
Labiadas.



Romero
Rosmarinus officinalis L.
Lamiaceae (Labiadas)

CARDO MARIANO (*Silybum marianum* L. Gaertner) → SILIMARINA, flavonoides y otros

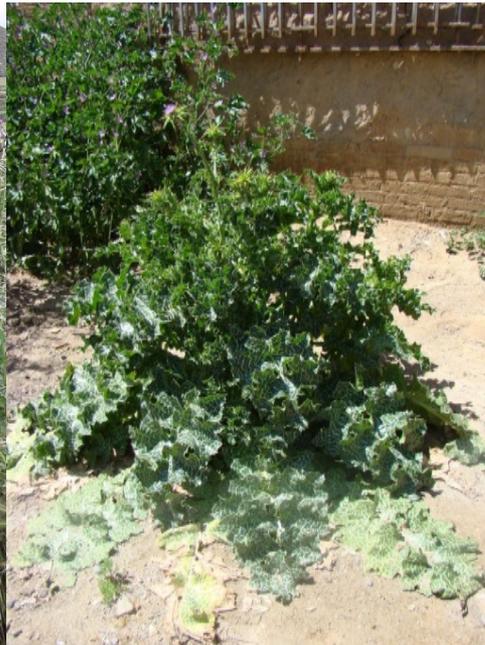
Hábitat: roseta bianual en terrenos incultos, secos, bordes de caminos. Floración: a partir de mayo hasta agosto.

Silybum marianum y la **VIRGEN MARÍA**.

Es depurativo hepático, favorece recuperación en borracheras; útil en hepatitis y cirrosis. Elimina cálculos biliares y renales. Es digestivo: reduce flatulencias y meteorismos. Rebaja el colesterol. Mejora estado general en tratamientos con quimioterapia en neoplasias. C/ calvicie. Etc.

Precauciones: a) puede reducir la efectividad de los anticonceptivos; b) tiene efecto hipertensor ligero; no tomar las personas hipertensas, ni quienes toman IMAO →
→ riesgo crisis hipertensiva

Bianual. Grandes capítulos, recubiertos de brácteas externas con espinas muy fuertes



Parte a utilizar: semillas.



Orégano: ác. esencial (rico en timol), flavonoides, taninos y ppios. amargos → mejora disfunción hepática, antiespasmódica y digestivo. Expectorante y antitusígeno.

Vía tópica: desinfectante y cicatrizante de heridas. Partes: sumidad florida recolectada de julio a octubre.

Salvia: colerética, digestiva, antiespasmódica (calma los retortijones), gastroprotectora, astringente. Inhibe la transpiración → sofocos y sudoración nocturna en la menopausia.

Vulneraria: en aftas y tb/ forma parte de algún dentífrico para encías sensibles.

Sedante (tisana de la paz, junto a la milenrama y la mejorana).

Partes: hojas desecadas recolectadas en primavera y verano; tb/ extracto de planta fresca: ác. esencial (tuyona, alcanfor), ác. rosmarínico, diterpenos fenólicos, flavonoides.

No pasarse de dosis. Interacciones: con sedantes sintéticos y anticoagulantes.



Orégano
Origanum vulgare L.
Lamiaceae (Labiadas)



Salvia
Salvia verbenaca L. - Lamiaceae (Labiadas)

6.5.- PLANTAS LAXANTES: ejercen su acción por su alto contenido en pectinas y/o mucílagos → al contactar con el agua, hinchan el bolo fecal y al tomar mayor volumen, presionan las paredes intestinales → > peristaltismo
MUCÍLAGOS PUEDEN RETRASAR (no INTERACCIONAR) ABSORCIÓN Mdtos. →
separar en más de 1 hora la toma

Algunas van en mezclas de plantas para el tratamiento de la obesidad



MALVAVISCO
Althaea officinalis L.
Malvaceas



MALVA
Malva sylvestris L.
Malvaceas



LINO
Linum usitatissimum L.
Lináceas



SAÚCO
Sambucus nigra L.
Caprifoliáceas

Los mucílagos alivian los tejidos secos e irritados por la inflamación (S. respiratorio) o por falta de hidratación (nivel intestinal).

6.6.- PLANTAS ANTIDIARREÍCAS: son las ricas en taninos por sus propiedades astringentes (capacidad de contraer los tejidos); además, disminuyen la permeabilidad e impiden las exudaciones. También absorben las toxinas bacterianas.

NOGAL (*Juglans regia* L.). Agua cocimiento hojas: antidiarreico, antiespasmódico intestinal, depurativo, hipoglucemiante; (in vitro: tiene actividad para inhibir al *Helicobacter pylori*). Desinfectante de heridas, c/ acné; gargarismos llagas y aftas y las hojas mascadas contra el mal olor de boca. Ppios. Actº: Taninos, naftoquinonas, derivados flavónicos, ács. fenólicos.

Masajes del cuero cabelludo: revitalizador del cabello.

Cultivado. Partes a utilizar: las hojas al comienzo del verano y los frutos, la corteza del pericarpio, a partir de agosto.

Las NUECES son un alimento de gran valor nutricional: minerales y Vits. → antioxidante.

No cobijarse bajo él; las raíces contienen *juglona* que mata las plantas de su alrededor, polillas, chinches y hormigas



Arbusto espinoso, ramoso y enmarañado, crece hasta 2m.

Frutos (ricos en taninos y ács. orgánicos): astringentes, tonifican musculatura de la vejiga.

Frutos cocidos y machacados → dermonutritivos (mascarillas)

Infusión de flores (flavonoides y glucósidos) : laxante suave, diuréticas, depurativas

Arañones bien maduros y macerados en anís → Pacharán

Florece: de marzo a mayo; fructifica de julio a octubre.



Acerollero (*Sorbus domestica* L. - *Rosaceae*):

Frutos: contienen taninos, pectinas, ács. orgánicos, Vit. C , sorbitol →

Extraordinario poder astringente de los frutos maduros → antidiarreicos
(varios pomos maduros, varias veces al día; tb/ en mermelada)

“no cojas las acerollas, déjalas para el verano, toma el camino de casa...” (J.A. Labordeta).

Verdes (no maduras) y machacadas → cataplasmas antiinflamatorias.



Acerollero

Sorbus domestica L. Familia: Rosaceae

Los frutos, -las acerollas-, son muy astringentes (antidiarreicos)

*No cojas las acerollas,
déjalas para el verano,
toma el camino de casa..."*
J.A. Labordeta

Montaña de MOYLORA

LUNA

CARRASCA o ENCINA: flores “melan” en primavera, frutos maduran en otoño

Muy rica en taninos → antidiarreica (cocimiento de corteza y bellotas).

Cicatrizante y desinfectante → escoceduras, quemaduras, eccema, granos, heridas;
tb/ alivia picor de sabañones. “Mermasangre” (= efecto hipotensor ligero).

Galactógena: a las madres lactantes se les daba a beber prensado de bellotas
(tb/ se usó como harina para hacer pan).

En veterinaria popular: “corteza cocida en puchero sirve para lavar las heridas y rozaduras de los machos”.



Génesis 18.1: Dios se manifestó a Abraham junto a la encina de Mambré → comunicación del Padre para gracia y bendición de su pueblo

- Árbol sagrado de los pobladores de Europa: p^a los celtas, emblema de hospitalidad; tb/ pueblos Eurasia: ciencia, fuerza y sabiduría

RECUERDO a MANUEL LÓPEZ PÉREZ

- - *Fuerza moral y física (p^a llevar adelante los proyectos particulares)*
- - *Altura espiritual (p^a responder acertadamente en la actividad diaria, particularmente en mantener la verdadera esencia de la Farmacia)*
 - - *Y ¡larga y feliz vida!*



 **FARMACIA**
Licenciado: JESUS CATALAN SESMA 

¡FELIZ NAVIDAD!



Asun