

SENDABELARRAK

AÑO nuevo vida nueva", se suele decir. En nuestro caso diremos, año nuevo "Tema nuevo". A lo largo de este año y por medio de cuatro pequeños artículos, nos introduciremos un poco, en la Flora de Euskal-Herria y más concretamente en el bonito mundo de las Plantas Medicinales.

Con este trabajo me gustaría llegar a esos montañeros, caminantes y amantes de la naturaleza que como yo, van recorriendo diferentes lugares de nuestra geografía, unas veces aquí, otras allá, contentándonos la mayoría de las ocasiones con haber disfrutado del recorrido, el paisaje y la dificultad para encontrar la senda que nos llevará al lugar deseado. Con frecuencia pasan desapercibidas para el caminante las plantas, árboles, etc..., que junto al camino vamos viendo, **-pero no fijando-**.

Hasta hace muy poco tiempo desconocía los nombres y aplicaciones curativas de estas plantas, tan sólo a algunas de ellas, y gracias al pretexto de la cámara fotográfica, me había acercado a fotografiarlas.

Pero realmente es ahora cuando he conseguido conocer un poco más esas, tan desconocidas, plantas que año tras año, (aún en el 2000...), van puntualmente naciendo en los campos y montes de Euskal Herria, esperando que alguien se acerque a contemplar ó recoger esta fuente de sabiduría que es la naturaleza.

Parece ser que últimamente lo "natural" se está poniendo de moda y por lo tanto, también las plantas medicinales. No hay duda que ello conlleva una situación de peligro.

Es por ello imprescindible conocer básicamente el mundo en el que nos introducimos, si en realidad queremos aprender y disfrutar del tema, sin exponernos a situaciones delicadas, comprometidas o incluso pudiendo en ocasiones puntuales a rozar el peligro (tan sólo por unos simples frutos).

Para ello, y suponiendo que seamos principiantes, pediremos primero, el asesoramiento de algún entendido ó conocedor del tema, el cual nos podrá indicar el tipo de libros que hay en el mercado y quizás, cuál de ellos es el más idóneo para nuestro caso.

El siguiente paso a seguir sería volver a la persona antes mencionada, (en nuestro caso tres buenos amigos) Nieves, M^o Angeles y Juana, ó salir al campo con ellos simplemente para comenzar a familiarizarnos con el tema.

Una vez en el campo, y con algo más que el libro de bolsillo, comenzaremos a contrastar la información recogida (muestras, dibujos, detalles, etc...).

Pudiendo recurrir (en momentos puntuales) a las personas antes mencionadas y no incordiándoles más de lo imprescindible, poco a poco nos daremos cuenta que vamos conociendo por el nombre y las aplicaciones, las plantas que con frecuencia veíamos en el campo, ó incluso en los jardines de la plaza de nuestra monótona ciudad.

CRATAEGUS OXYACANTHA



ELORRIA

Zer erabiltzen den:

- Loreak, hostoak, fruituak eta azala.

Ezaugarriak:

- Odol-zirkulazioan eta digestioan laguntzen du.
- Mesedegarria kakerian, eta hilekoan odol asko botatzen denean.
- Lasaigarria bihotzarentzat, on-ona takikardian, arritmietan eta bihotzekoetan.
- Urduritasuna eta estuasuna baretzen ditu.

ESPINO BLANCO

Partes utilizadas:

- Flores, hojas, frutos y corteza.

Propiedades:

- Mejora la circulación y la mala digestión.
- Se emplea contra la diarrea, las hemorragias menstruales intensas.
- Es el mejor sedante cardiaco, especial para combatir taquicardias, arritmias, infartos,...
- Combate el nerviosismo y la ansiedad.

TARAXACUM OFFICINALE



TXIKORI BELARRA

Zer erabiltzen den:

- Den-dena.

Ezaugarriak:

- Hosto berdeak diuretiko gisa erabiltzen dira.
- Zuztarraren eta zainen izerdi zuria garitxak kentzeko erabiltzen dira.
- Landare honek dituen ezaugarri guztietatik nabarmentzekoa da gosea piztu egiten duela.

FILIPEDULA ULMARIA

NASAILORA

Zer erabiltzen den:

- Hosto freskuak.

Ezaugarriak:

• Landare honetatik sintetizatu zen lehendabiziko aldiz aspirina (1830).

• Antiinflamatorioa da eta mesedegarria da erreuman, bihotzerrean, ultzeretan eta gastritisean.

- Diuretiko da.

ULMARIA

Partes utilizadas:

- Las hojas frescas.

Propiedades:

• De esta planta se sintetizó por primera vez la aspirina (1830).

- Tiene propiedades antiinflamatorias, combate el reumatismo, la acidez de estómago, úlceras y gastritis.
- Favorece la eliminación de la orina.



PULMONARIA OFFICINALIS

BIRIBELARRA

Zer erabiltzen den:

- Loreak eta hostoak.

Ezaugarriak:

• Odola garbitzen du; libragarria, bihotza bizkortzen du.

• Izerdia botatzen laguntzen du.

• Gehien bat arnas aparatuko infekzioen tratamenduetan erabiltzen da, bronkitia, eztula eta marranta sendatzeko.

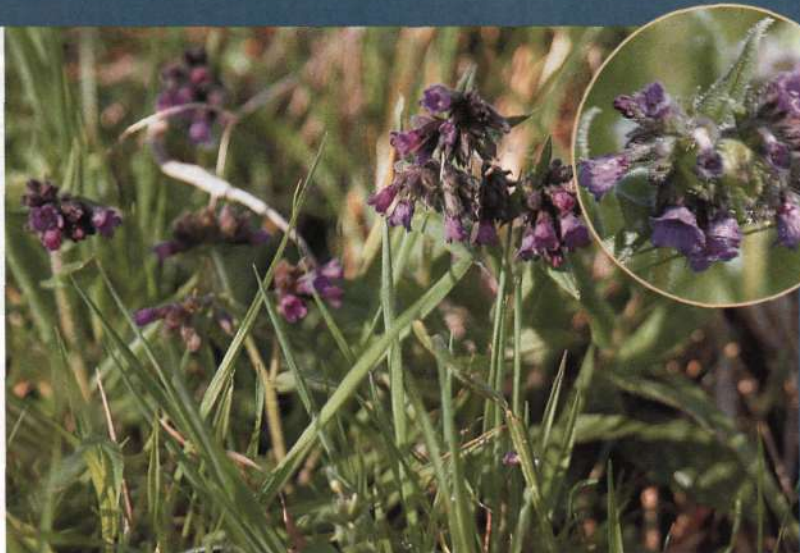
PULMONARIA

Partes utilizadas:

- Flores y hojas.

Propiedades:

- Depurativa de la sangre, laxante, tonifica el corazón.
- Favorece la sudoración.
- Principalmente se emplea en el tratamiento de infecciones respiratorias, como bronquitis, tos y afonía.



ROSA CANINA

ALKAKARATSA

Zer erabiltzen den:

• Lore-hostoak, hostoak eta fruituak.

Ezaugarriak:

• Landare hau diuretiko da: lagungarria da giltzurriarentzat, gorputzarentzat hain inportantea den eginkizunean, hau da pixaren sorreran.

• Azala deshidratatzen du, beraz eragin antiinflamatorioa du.

ROSAL SILVESTRE

Partes utilizadas:

- Pétalos, hojas y frutos.

Propiedades:

• Esta planta tiene propiedades diuréticas: estimula y favorece la eliminación de la orina, acción esta que es fundamental para el buen funcionamiento del organismo.

• Actúa sobre la piel, con la función de deshidratar el tejido, consiguiendo con ello una acción antiinflamatoria.



DIENTE DE LEÓN

Partes utilizadas:

- Se utiliza todo.

Propiedades:

• Las hojas verdes se utilizan contra la retención de líquidos.

• La savia blanca del tallo y raíz se utiliza como remedio contra las verrugas.

• De entre todas las virtudes achacables a esta planta, cabe destacar que es buen estimulante del apetito.

