

RELACIÓ PLANTES-SALUT AL TERME DE BENISSA

B. BANYULS, J. X. ESPLUGUES

(Universitat d'Alacant)

Introducció

La recuperació de l'herència fitoterapèutica tradicional inicia el seu camí; ja comencen a aparèixer algunes aproximacions i treballs parcials meritoris, cites, referències i al·lusions. Però el gros està per fer; aquesta manifestació ultrapassa el camp de la fitoteràpia estricta. Una tasca així demana una visió àmplia i una obligada col·laboració interdisciplinària, no debades els éssers existeixen interconnectats, en continu intercanvi amb el seu medi. La medicina, la farmacologia, la botànica, la història, l'antropologia, l'ecologia, etc. són algunes de les branques de la ciència que hi estan involucrades i que hauran de convergir si es que hom es proposa arribar al fons de la qüestió.

El present treball no pretén baixar tant. Es tracta d'una aportació al món fitoterapèutic mitjançant la recerca d'una pràctica tradicional de l'ús de determinades plantes per part de la comunitat que habita a la partida rural de Pinos a Benissa (La Marina Alta). En aquest territori hi ha el costum de replegar pel mes de maig vint-i-cinc herbes remeieres; aquesta quantitat no és aleatòria, sinó que obeeix a una creença popular que refereixen els més vells del lloc, basada en el fet que la Mare de Déu el dia 25 de maig va beneir les plantes de la muntanya, per la qual cosa aquest dia hom ha de recol·lectar 25 herbes, per tal de guarir-se dels refredats a l'hivern.

Aquesta activitat de la utilització de les herbes remeieres actualment només és exercida pel col·lectiu de persones de més edat, els ancians. Malgrat que els fills d'aquests també la practiquen, ja es perden moltes espècies i el seu aprofitament. Així doncs, la nostra tasca ha estat recuperar "les 25 herbes", un costum tradicional que progressivament va oblidant-se i es fa cada vegada més difícil de rastrejar i de trobar un ver coneixedor d'aquestes plantes medicinals com de qualsevol altre aspecte del nostre patrimoni cultural i natural.

Metodologia

S'ha realitzat un treball de recerca que ha consistit bàsicament en entrevistes a persones d'edat entre 50-80 anys amb les quals hem mantingut un seguit de qüestions botàniques i medicinals a saber:

- Coneixença de les 25 herbes (i anomenar-les).
- Propietats de cadascuna.
- Altres plantes a banda i propietats.
- Temps de recolecció, forma de preparació i aplicació.
- I, finalment, s'anomenaven una successió de malalties -de coneixença popular- per tal de discernir quines espècies són les idònies per al seu tractament.

Anàlisi de les espècies i propietats

Una vegada obtingudes les dades, hem observat un seguit de plantes més anomenades, dotze, i la resta fins a les vint-i-cinc canvien d'uns interlocutors a altres, per la qual cosa hom opta per allargar la llista fins a la trentena.

Totes aquestes espècies són recol·lectades a la primavera, generalment el mes de maig, època en la qual les plantes presenten el grau òptim de la floració. Després, se sequen a l'ombra; una vegada seques es desfan i es conserven en recipients de vidre, antigament en bosses de tela. El seu ús en forma de vint-i-cinc herbes és en decocció, és a dir, posar-les dins l'aigua freda i després calfar-les fins que alcin el bull i tallar de sobte el foc.

La relació de les vint-i-cinc herbes és aquesta. De cadascuna anomenem el nom popular, el nom científic, la família i les indicacions i propietats populars i bibliogràfiques, perquè en algunes espècies no coincideixen:

Àrnica (*Jasonia glutinosa*). Fam. Compositae.

Indicada com a vulnerària i per a combatre els refredats.

Catarros pulmonars; estomacal i digestiva.

Brotònica (*Teucrium homotrichum*). Fam. Labiatae

Indicada per a l'aliacrà i bufeta.

Tònica i estimulants; emmenagoga; diurètica.

Camamirla (*Santolina chamaecyparissus. subsp. squarrosa*). Fam. Compositae.

Indicada per a desordres intestinals.

Tònica; estimulant; digestiva; vulnerària; antiespasmòdica; emmenagoga i vermífuga.

Canyeta d'or (*Asperula cynanchica*). Fam. Rubiaceae.

S'utilitza com a diurètica i per disoldre càlculs.

Diurètica i disolvent de càlculs renals. En cataplasmes per a les angines.

Centaurea o herbeta de San Joan (*Centaureum quadrifolium*). Fam. Gentianaceae.

Es fa servir com a aperitiva i desordres intestinals ("mal de panxa").

Aperitiva, catarros crònics, vulnerària aftes bucal.

Cua de cavall (*Equisetum telmateia*) Fam. Equisetaceae.

S'utilitza com a laxant.

Diurètica i hemostàsica.

Donzell (*Artemisia absinthium*) Fam. Compositae.

Emprada com a depurativa ("per netejar la sang") i diurètica.

Indigestió i carminativa.

Esbarzer (*Rubus ulmifolius*) Fam. Rosaceae.

Els ulls s'utilitzen per baixar la tensió arterial.

Hipovitaminosi C, estomacal i antidiarreic.

Fenàs (*Brachypodium retusum*) Fam. Graminaceae.

Indicada com a hipotensor ("rebaixar la sang") i pectoral.

Frígola vera (*Teucrium capitatum*). Fam. Labiatae.

S'utilitza com a depurativa i aperitiva.

Tònica i estimulant, diurètica, emmenagoga.

Friula (*Thymus vulgaris*). Fam. Labiatae.

Es fa servir com a aperitiva i per combatre la tos.

Bronquitis, tos ronquera, refredats i desordres digestius. I antiespasmòdica.

Guardalobo (*Verbascum thapsus*). Fam. Scrophulariaceae.

Emprat per a la tos i catarros.

Catarros, bronquitis, tos i expectorant.

Herba de la sang (*Paronychia argentea*). Fam. Caryophyllaceae.

Indicada com a hipotensor i depuratiu del torrent circulatori.

Diurètica i astringent, purifica la sang.

Herba lluisa (*Lippia triphylla*). Fam. Verbenaceae.

S'utilitza per als estrenyiments i per a la digestió.

Carminativa, indigestió, antiespasmòdica, insomni i analgèsic.

Herba sana (*Mentha piperita*). Fam. Labiatae.

Es considerada com a molt meritòria en general, però no concreten.

Tònica i estimulant, carminativa, analgèsica i emmenagoga.

Herbeta dorada (*Ceterach officinarum*). Fam. Polypodiaceae.

Es fa servir com a vulnerària, per rebaixar la sang (Hipotensora) i per als constipats.

Malva (*Malva sylvestris*). Fam. Malvaceae.

Indicada per a la tos i les inflamacions ginecològiques amb llevats vaginals.

Bronquitis, inflamacions bucal, laringitis, expectorant i per a les indigestions.

Manrubio (*Ballota hirsuta*). Fam. Labiatae.

S'utilitza per a l'ansietat i la tos.

Digestions pesades, ansietat, anticatarral, antiasmàtic i emmenagoga.

Nisprero (*Eryobotria japonica*). Fam. Rosaceae.

Per a la tos i catarros.

Orenga (*Origanum vulgare*). Fam. Labiatae.

Utilitzada per a l'ansietat i la tos.

Estomacal, ansietat, anticatarral i antiasmàtica. També emmenagoga.

Pulmonaria (*Cynoglossum cheiritolium*) Fam. Boraginaceae.

Les fulles estan indicades per a catarros i refredats.

Tos, bronquitis, catarros, ronquera, diurètica i diarrees.

Rabet de gat (*Sideritis angustifolia*). Fam. Labiatae.
Emprada com a vulnerara, hipotensora i antiinflamatòria.

Rapallengua (*Rubia peregrina*). Fam. Rubiaceae.
Indicada com a diurètica i diarrea.
Incontinència urinària i càlculs de renyó.

Romer mascle (*Rosmarinus officinalis*). Fam. Labiatae.
Per al constipat, tònic capilar i alopecía.
Estimulant, antiespasmòdic, alopecía. Hipotensió. Debilitat. Indigestions.

Rosella (*Papaver rhoeas*). Fam. Papaveraceae.

Per combatre la tos, bronquitis, asmes i com a narcòtic (Tranquilitzant).

Roser (*Rosa sp.*). Fam. Rosaceae.
Emprada per al constipat.
Astringent, antiinflamatòria i antidiarreica.

Sàlvia (*Salvia officinalis*). Fam. Labiatae.
Depurativa, desordres intestinals i emmenagoga.
Tònica estomacal, emmenagoga, febrífuga, antiespasmòdica, hipoglucemiant i vulnerària.

Setge (*Helianthemum origanitolium*). Fam. Cistaceae.
Indicada per a les pulmonies, com a hipotensora i febrífuga.
Febrífuga.

Taronger (*Citrus aurantium*). Fam. Rutaceae.
Indicada com a cardiotònica i constipats.
Antiemètica, malestars gàstrics, calmant, laxant i estimulant de la secreció gàstrica.

Tarongina (*Melissa officinalis*). Fam. Labiatae.
Tònica estomacal.
Antiespasmòdica, neuràlgies, carminativa, tonificant i emmenagoga.

Discussió i conclusions

Des del punt de vista del coneixement tradicional de la utilització com a herbes remeieres de les 30 plantes estudiades, a banda de la seva inclusió dins del fenomen que hem anomenat com a “25 herbes”, podem constatar que hi ha algunes espècies en les quals divergeixen el coneixement popular i el bibliogràfic. A part que en el llibres hi hem trobat més indicacions que les anomenades pels entrevistats.

En primer lloc, hom observa un retrocés intergeneracional en la identificació de les diverses espècies que conformen aquesta tradició etnobotànica, així com de les seves indicacions.

Per tal de fer-ho veure més gràficament realitzem unes distribucions en les quals pretenem comparar les propietats de la bibliografia consultada amb el coneixement tradicional. Així mateix, podem veure que en els dos gràfics es constata un predomini de les indicacions pectorals i digestives, encara que de forma invertida, a causa que els enquestats més o menys coincideixen en les plantes pectorals, en canvi tenen menys plantes digestives que les trobades a la bibliografia. De la mateixa manera, els autors consultats tenen fins i tot 8 plantes considerades com emmenagogues i, en canvi, la gent del camp només considera com a emmenagogues dues d'aquestes plantes (desconeixent el principi emmenagog de la resta).

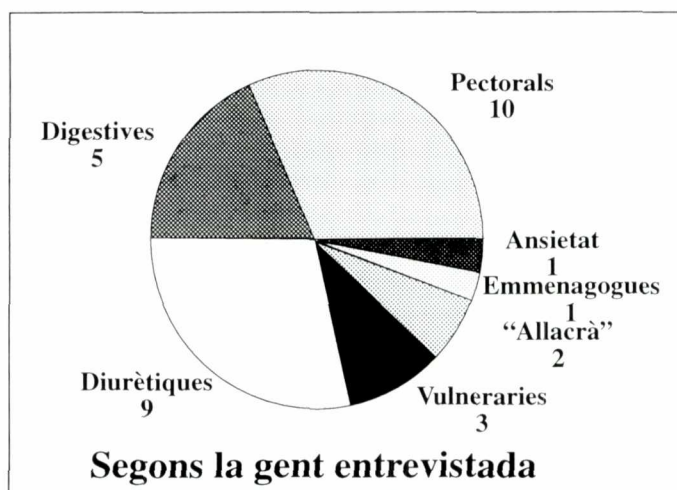


Figura 1. “Les 25 herbes”. Distribució per propietats.

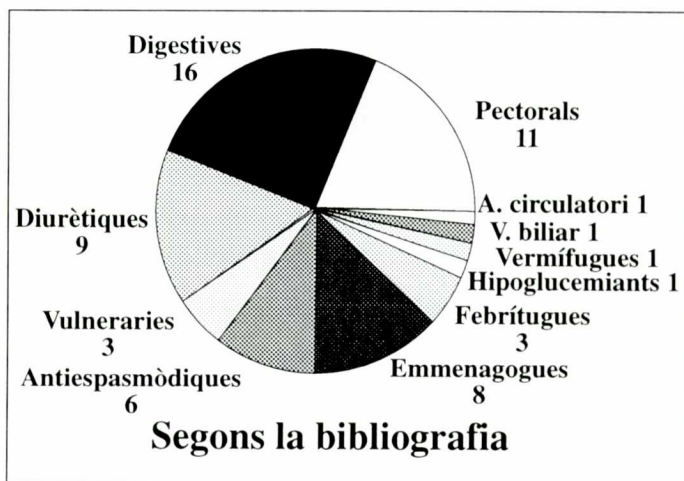


Figura 2. "Les 25 herbes". Distribució per propietats.

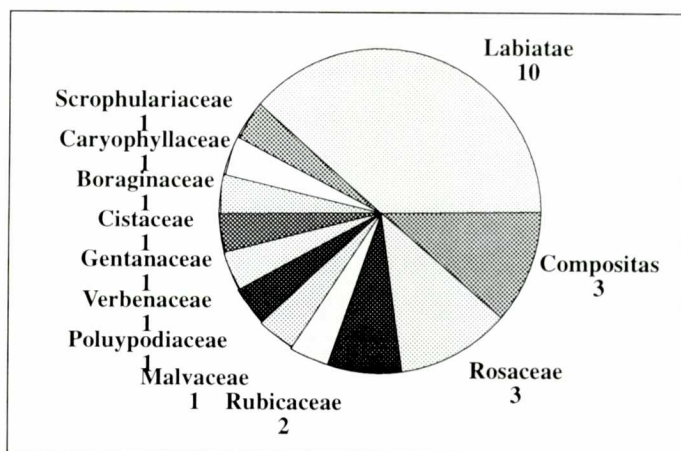


Figura 3. "Les 25 herbes". Distribució per famílies.

Un punt prou interessant és que d'aquestes espècies, en general indicades com a remeieres dels refredats, de les 12 plantes que dèiem abans com a comuns en quasi tots els entrevistats, 8 s'inclouen dins d'aquestes comuns i nosaltres pensem que aquest fet no sigui una coincidència, sinó que precisament siguin aquestes herbes les realment remeieres dels refredats i simplement les altres, fins a les 25 que oscilen en els camperols, coadjuden a recuperar un benestar general (com és el cas de la pèrdua de

l'apetit, o l'existència de dolors abdominals i malestar que puguin acompanyar els catarros, constipats...).

Una altra dada interessant és la gran quantitat d'herbes indicades com a diurètiques (cal ressaltar que hi ha una correlació en aquest cas entre la bibliografia i els enquestats) incloent dins d'aquest grup totes aquelles que com deien els autòctons de Pinos són "bones per a l'orina, per a les pedres, per rebaixar la sang", encara que no sigui molt exacte considerar com a diurètic una herba que disolgui un càlcul, ni tampoc no ho és considerar que el mecanisme que rebaixa la sang (hipotensor) sigui precisament mitjançant un efecte micciopàtic i no vasodilatador o algun altre mecanisme que pugui contribuir a fer davallar la pressió arterial.

Finalment, per acabar aquest estudi de propietats, crida l'atenció l'existència de 2 plantes indicades com a remeieres en l'aliacrà (manrubio i brotònica) que no hem trobat a la bibliografia, i creiem que és degut a una utilització empírica dels vells del lloc per tractar els casos d'icterícia que es presentaven en temps pretèrits en els quals l'accés a una medicina més sofisticada o hospitalària era més difícil que en l'actualitat.

En relació a la distribució per famílies, es comprova el predomini de la família labritae, enfront de la resta, perquè aquesta família es caracteritza per la nombrosa quantitat de terpens (mentol, timol, carvacol, etc.) en la seva composició química, la qual cosa condiciona la seva indicació per combatre els refredats en general (objectiu primari de les 25 herbes). Per altra banda, els factors ecològics d'aquest territori fan que les labiades estiguin ben representades. Altres famílies que predominen són les rosàcies, tres espècies, les essències i materials tànnics de les quals tenen un efecte astringent i antidiarreic, i les compostes, en les que observem principis amargs.

Agraïments

Volem agrair la col·laboració desinteressada de tots els enquestats sense la qual hagués estat impossible la composició d'aquest treball. També hem de fer referència a tots aquells que han participat en l'elaboració de l'estudi.

Bibliografia

1. Bolos O., Vigo J., Marsallés R., Not J. *Flora manual dels Països Catalans*. Barcelona: Pòrtic, 1990.
2. Cecchini T. *Enciclopedia de las hierbas y de las plantas medicinales*. Barcelona: De Vecchi, 1983.
3. Gueran d'Avellano C., Torres N. *Nova aportació al coneixement de les plantes d'Eivissa i Formentera*. Eivissa: Institut d'Estudis Eivissencs, 1987.
4. Font Quer P. *Plantas medicinales*. Barcelona: Labor, 1990.
5. Llobell i Bertomeu V. *Diagnòstic de salut de la comunitat de Castell de Castells. (Marina Alta)*. Alacant: CAPA, 1986.
6. Masclans, F. *Els Noms de les plantes als Països Catalans*. Granollers: Montblanc-Martin, 1987.
7. Mateo Sanz G., Crespo Villalba M. *Claves para la flora valenciana. Del Cenia al Segura*. València: [s.n.], 1990.
8. Pellicer i Bataller J. *Herbari breu de la Safor*. València: Universitat Popular de Gandia, 1991
9. Pellicer i Bataller J. "Herbes medicinals al País Valencià". Alacant: Inst. Juan Gil-Albert. *Canelobre*; 11.
10. Vander. *Plantas medicinales*. Barcelona: Sintès, 1970.
11. *Plantes d'aprofitament medicinal a la serra Calderona I. Sistema Respiratori*. I Congrés d'Estudis Comarcals del Camp del Turia. València: Tandem, 1990.
12. William A. R., Thomson D. M. *Guía práctica ilustrada de las plantas medicinales*. Barcelona: Blume, 1981.