

FLORA MEDICINAL DEL MASSÍS DEL MONTGRÍ I DE LA PLANA DEL BAIX TER

Es consideren plantes medicinals totes aquelles que s'apliquen com a remeis per alleugerir o curar les malalties de l'home i dels animals. Aquestes plantes són la base de la farmacologia moderna.

Les propietats de cadascuna de les plantes es deuen a substàncies químiques anomenades *principis actius* que es troben distribuïdes, segons cada espècie, en diferents parts de la planta: arrels, fulles, tronc, flors...

La producció de més o menys principi actiu per la planta i, per tant, la seva eficàcia està condicionada pels tipus de sòls, la il·luminació, la temperatura i l'altitud.

Per extreure el principi actiu de la planta, cal utilitzar diferents mètodes: ebullició, maceració, destil·lació, lixiviació, digestió... i segons cada cas s'apliquen en forma d'infusions, gargarismes, licors, tintures, liniments, xarops, ungüents, colutoris, pocions, vins, olis...

Quan anem a collir una planta medicinal, cal que tinguem en compte:

- 1 - La part de la planta on es troba el principi actiu (arrel, tronc, fulla, flor, etc.)
- 2 - L'estació de l'any més adequada.
- 3 - Les condicions en què s'ha de conservar.

AMBIENT

ESPÈCIES MÉS FREQUENTS

El Massís i La Garriga	Farigola	(<i>Thymus vulgaris</i>)
	Romani	(<i>Rosmarinus officinalis</i>)
	Ruda	(<i>Ruta graveolens</i>)
	Espígol	(<i>Lavandula officinalis</i>)
	Fonoll	(<i>Foeniculum vulgare</i>)
Ruderal	Borratja	(<i>Borago officinalis</i>)
	Morer	(<i>Morus nigra</i>)
	Romeguera	(<i>Rubus fruticosus</i>)
	Camamilla	(<i>Matricaria chamomilla</i>)
	Roella	(<i>Papaver rhoeas</i>)
	Cardó	(<i>Dipsacus fullonum</i>)
	Corretjola	(<i>Convolvulus arvensis</i>)
	Fonoll	(<i>Foeniculum vulgare</i>)
	Malva	(<i>Malva silvestris</i>)

Aiguamoll	Estramoni	(<i>Datura stramonium</i>)
	Lliri de mar	(<i>Pancratium maritimum</i>)
	Malví	(<i>Athaea officinalis</i>)
	Cardó	(<i>Dipsacus fullonum</i>)
Bosc de ribera	Arç blanc	(<i>Crataegus monogyna</i>)
	Lliri	(<i>Iris sp.</i>)
	Nenúfar	(<i>Nymphaea alba</i>)
	Boix	(<i>Buxus sempervirens</i>)
	Vidalba	(<i>Clematis vitalba</i>)
Conreu	Saüc	(<i>Sambucus nigra</i>)
	Llorer	(<i>Laurus nobilis</i>)
	All	(<i>Allium sativum</i>)
	Pomera	(<i>Pyrus malus</i>)
	Ceba	(<i>Allium cepa</i>)
	Vinya	(<i>Vitis vinifera</i>)
	Noguera	(<i>Juglans regia</i>)
	Gira-sol	(<i>Helianthus annuus</i>)
	Menta	(<i>Mentha piperita</i>)

SAÜC

Sambucus nigra. Família: Caprifoliàcies.

Recol·lecció

Les flors es cullen durant la primavera i l'estiu i s'han d'assecar a l'ombra en un lloc ventilat.

Les fulles noves de l'any es cullen durant els mesos de maig i juny.

La medul·la del tronc s'ha d'extreure a la tardor.

Els fruits es cullen a finals d'estiu i a la tardor.

Composició

Les fulles i les flors contenen compostos flavonoides, glucòsids i olis essencials.

Ús

Antireumàtic
Antisèptic

Contra la faringitis
Depuratiu
Purgant
Sudorífic

Compreses
Infusió de les flors i
de les fulles
Gargarismes
Cocció del fruit
Infusió de la medul·la
Infusió de les flors i
de les fulles

FARIGOLA

Thymus vulgaris. Família: Labiades

Recol·lecció

Es cullen les summitats florides durant els mesos de juny, juliol i agost, en dies assolellats i secs. S'assequen a l'ombra, en un lloc ventilat.

Composició

El principi actiu més important de la farigola és l'oli essencial anomenat timol. També té quantitats més petites de borneol, linalool, tanins, flavones, etc.

Ús

Antiespasmòdic	Infusió
Antihelmíntic	Lavatives
Antisèptic	Compreses
Antitussígen	Infusió, Inhalació
Digestiu	Infusió
Tonificant	Banys

MALVA

Malva silvestris. Família: Malvàcies

Recol·lecció

Es cullen les fulles i les flors durant l'estiu, en dies assolellats i secs.

Composició

Totes les parts de la planta contenen mucilags i tanins. Les flors contenen a més el colorant malvina.

Ús

Antitussígen	Tisana
Contra els èczemes	Compreses
Contra la laringitis	Gargarismes
Digestiu	Infusió
Emolient	Cataplasmes
Laxant	Infusió

LLOR

Laurus nobilis. Família: Lauràcies

Recol·lecció

Les fulles i els fruits es cullen a l'estiu.

Composició

Conté olis essencials, com cineol i pirens, i àcids aromàtics.

Ús

Antireumàtic
Emmenagog

Cataplasmes
Infusió o cocció de
les fulles
Infusió o cocció de
les fulles
Cocció de les fulles.

Tònic estomacal i
carminatiu
Com a condiment

ESTRAMONI

Datura stramonium. Família: Solanàcies

Recol·lecció

Es desancosella totalment la recol·lecció de l'estramoni —conegut també com a herba talpera, herba de l'asma,...— ja que la seva utilització pot comportar problemes greus.

Antigament, es collien les fulles durant la floració, a primera hora del dia perquè contenen mes alcaloides, i s'assecaven a l'ombra. Les llavors es collien al començament de la tardor.

Composició

Els seus principis actius més importants són els alcaloides, i en particular la hiosciamina.

Ús

A conseqüència de la seva gran toxicitat **es desaconsella totalment la seva utilització.**