

## FLORA Y VEGETACIÓN EN LA COMARCA DEL ALTO PALANCIA (III)

- José Martí Coronado y María Arranz Sanz -

### CARDO CORREDOR

**Nombre científico:** *Eryngium campestre*.

**Familia:** Umbelíferas.

**Otros nombres comunes:** Panical, Cardo setero, Cardo santo, Eringio, Cardo estelado, Trabalón, Cabezuela, Cardinxes, Herba de card.

**Principios activos:** Sales minerales, taninos y saponinas. En la raíz aceite esencial (aceite de eringio) y sacarosa.

**Florece:** A partir del mes de junio, durante gran parte del verano.

**Partes utilizadas:** La raíz que se recolecta en octubre, cuando la planta está a punto de secarse o está seca del todo, más exactamente después de las primeras lluvias otoñales para facilitar su extracción. Se considera planta forrajera (aprovechamiento de hojas) y melífera (de sus flores extraen el polen las abejas para "fabricar" miel).

**Descripción:** Planta espinosa y vivaz de alrededor de sesenta centímetros de altura que se seca en invierno. Con una raíz perenne, gruesa, carnosa y frágil, que penetra profundamente en la tierra y es difícil de arrancar.

El tallo se ramifica en la parte superior. Las hojas son coriáceas con lóbulos terminales acabados en espinas. Las basales son pecioladas, permaneciendo en la planta las hojas secas del año anterior, las superiores son sésiles y rodean al tallo.

Las flores poseen un cáliz espinoso y se

agrupan en inflorescencia globosa. Este glomérulo está rodeado de cuatro a seis hojas, involucras blanquecinas y puntiagudas.

El fruto está recubierto de unas pequeñas escamas imbricadas.

Toda la planta tiene un sabor fuerte, aromático, que recuerda el de la zanahoria. Por el contrario la raíz tiene un sabor ligeramente amargo.

**Ecología:** De comportamiento ecológico muy amplio, se cría en los ribazos, terrenos incultos, barbechos, de todo la comarca (hasta los 1000 m. s.n.m.).

Busca los suelos secos y soleados, terrenos calizos y arcillosos, con frecuencia nitrificados.

**Usos, costumbres, curiosidades y utilidades:** El cardo corredor era bien conocido por los grandes farmacólogos de la antigüedad. De él decían: "*la raíz, bebida, provoca el menstuo y la orina; sana los torcijones del vientre y resuelve las ventosidades*".

El farmacólogo hispano-musulmán que redactó *Umdat al-tabib...* nos daba para esta misma planta los nombres romances: centcaps (equivalente a las voces romances *chento cabs*, *chent cabota*, *chento cabo*) y, además, los de *balairella* y *balairiella*, como si dijéramos bailarina o bailadora, debido a que: "*cuando pasado el verano, se secan los tallos y las hojas, sin desarmarse, siendo muy liviana por estar totalmente desjugada, ofrece mucha resistencia al aire por*

*su mucho ramaje y el viento la tumba, la separa de su raíz, y la arrastra a su placer; es una estepicusora típica. De ahí debe de arrancar el nombre de cardo corredor”.*

En el pueblo de Manresa, habitó un gran narrador fidedigno que refiere que durante las guerras carlistas esta raíz llegó a ser de uso reglamentario en algunas unidades del ejército. Creyéndose que servía para las escoceduras, llevándola encima, en un bolsillo del pantalón, aunque los más precavidos procuraban que, por lo menos tocarse en alguna parte la piel de su cuerpo. Con toda probabilidad aún existen personas que creen en la virtud de este amuleto.

La creencia popular mantiene que, si los caminantes llevan una varilla de esta planta (sin púas) en la mano no se “desollarán” en ninguna parte del cuerpo a causa del caminar. Antiguamente acostumbraban a llevarlo los hombres en el bolsillo, en la cintura del pantalón, en la oreja (tenía que tocar el pelo) en la boina, con objeto de que “no se rescaldase los sobacos o la entrepierna” cuando trabajaban en las labores del campo o caminaban mucho. La explicación mágico-“científica” de los parabienes de este amuleto se explica porque “la olor de la planta disipa el ácido úrico del sudor y así no se hacen las escoceduras”.

Con el agua del cocimiento de la raíz se bañan los pies para “descansarlos” por el contrario al interior se utilizaba la infusión de raíz para “desinflamar el vientre, aliviar el riñón y hacer orinar”.

Se conocen lugares que antiguamente ataban estos cardos ardiendo a la cola de los burros, para hacerlos correr. También cuentan que un curandero, para sanar a una vaca que estaba tumbada en el suelo, recomendó tapparla con una manta y ponerle debajo una caldero de agua en la que había que echar nueve piedras de cal; para comprobar si se iba a curar, había que pincharle en el braguero con un cardo corredor y si no se levantaba no tenía remedio.

Resulta que al final no se levantó y murió.

Recolectado el cardo corredor (o cardo santo) la mágica Noche de San Juan y colgado en las cuadras evitaba que los animales enfermaran. Por lo tanto es esta una de las muchas hierbas “sanjuaneras”.

En algunos lugares de nuestra geografía utilizan el pecíolo masticado como contraveneno (en las picaduras de escorpión), detoxicante (intoxicaciones alimenticias) y coma ahuyentador de algunos parásitos. Las hojas se usaban en las picaduras de víbora, golpeándolas en la herida para favorecer la salida del veneno. La raíz frita en aceite de oliva se ha aplicado en uso externo sobre forúnculos, granos, irritaciones y hemorroides.

El botánico Cavanilles dice respecto de estas cuestiones: “se crían víboras de un veneno tan activo, que matan al que tuvo la desgracia de ser mordido, si no toma el remedio conocido en el Reino, que se compone de los polvos de cuatro plantas llamadas vulgarmente bufalaga vera, **panical**, sardineta y poliol”.

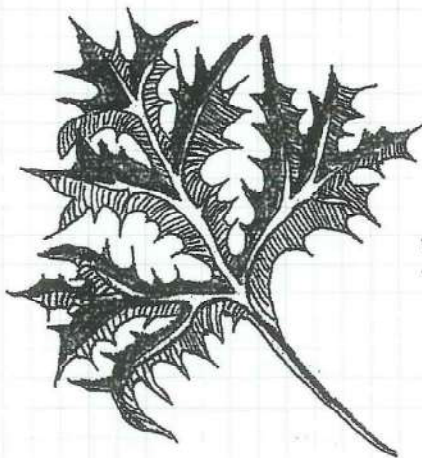
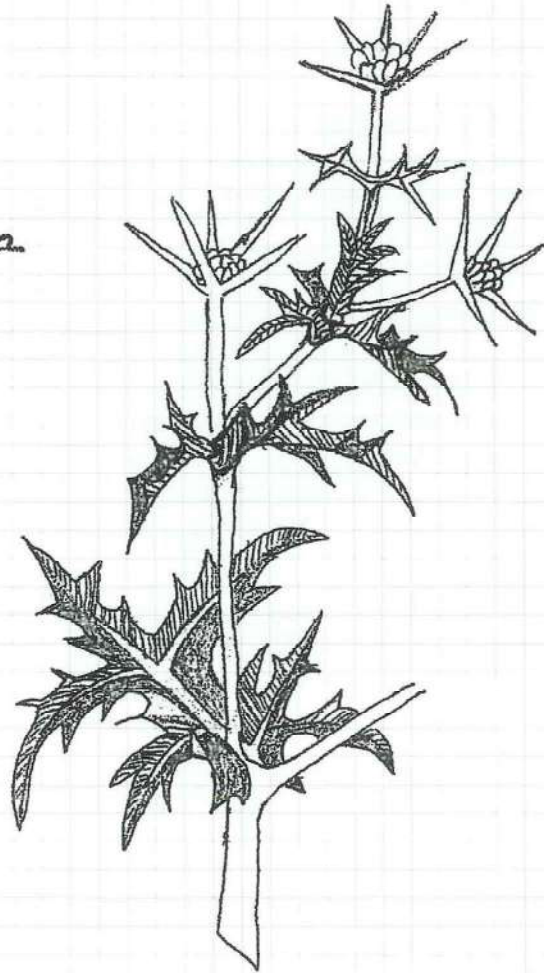
Sobre las raíces y el cuello de los viejos ejemplares de esta especie, aparece en otoño la “seta de cardo” (*Pleurotus eryngii*), muy apreciada como comestible.

Considerada como diurética, es muy empleada en decocto para el tratamiento de la cistitis, uretritis, prostatitis, poliuria y cólicos renales.

Hierba rígida  
y espinosa



Flores en cabezuelas  
redondas



Hojas divididas  
espinosas

**Eryngium Campestre**  
**Cardo Corredor**  
fam. Umbeliferas

## ZARAGATONA

**Nombre científico:** *Plantago afra* (P. psyllium).

**Familia:** Plantagináceas.

**Otros nombres comunes:** Herba puce-  
ra, zaracatona, hierba del colesterol, herba gan-  
grenera, botja borda.

**Principios activos:** Mucílago urónico.  
Los bástagos contienen aucubina.

**Florece:** En primavera y verano.

**Partes utilizadas:** Las semillas y la parte  
aérea de la planta. La planta entera como forrajera.

**Descripción:** Mata muy ramosa, algo  
leñosa en la base, con las ramas tortuosas. Toda  
la planta está cubierta de una vellosidad corta.  
Tiene textura glandulosa.

Las hojas son filiformes, desiguales entre  
sí, formando penachos en cada nudo.

Las flores nacen sobre largos cabillos en  
las axilas de las hojas superiores sobrepasando  
estas. Agrupadas en glomérulos ovoides protegi-  
dos por brácteas (más o menos de tamaño pare-  
cido entre sí) y sépalos desiguales. Las corolas  
son de color pálido y están divididas en cuatro  
lóbulos acabados en punta muy aguda. Los  
estambres son salientes.

El fruto se abre transversalmente para  
dar paso a un par de semillas oscuras.

Es la única especie de la familia de las  
plantagináceas que tiene el tallo cubierto por  
hojas.

**Ecología:** Se cría en terrenos pedregos-  
sos de los cerros áridos, cunetas secas y herba-  
zales subnitrófilos secos, tanto en lugares culti-  
vados como incultos.

**Usos, costumbres, curiosidades y uti-  
lidades:** Se decía en la antigüedad de esta plan-  
ta que: *“tenía fuerza de resfriar y restriñir.  
Aplicado en forma de emplastro, es útil a los  
dolores de las juncturas, a las apostemillas que  
se hacen tras los oídos, a los durujoncillos, a las  
binchazones y a los miembros desconcertados.*

*Aplicase con aceite rosado, o con vinagre o con  
agua contra el dolor de cabeza. Mezclado con  
vinagre y puesto, sana las quebraduras de los  
muchachos y reprime los ombligos salidos a  
fuera. Conviene tomar un acetábulo de la plan-  
ta majado, y dejarlo en remojo dentro de un sex-  
tario de agua, y después aplicarle en siendo tor-  
nada de la dicha agua espesa, porque refría  
notablemente. Tiene grande eficacia contra el  
fuego de Sant Antón. Dícese que en la casa  
donde estoviese esta hierba verde no se engen-  
drarán jamás pulgas. Majada con unto de puer-  
co, mundifica las llagas sucias y las de mala  
natura. Su zumo, istilado con miel es útil a los  
manantíos oídos y aquellos en los cuales se cría  
gusanos”.*

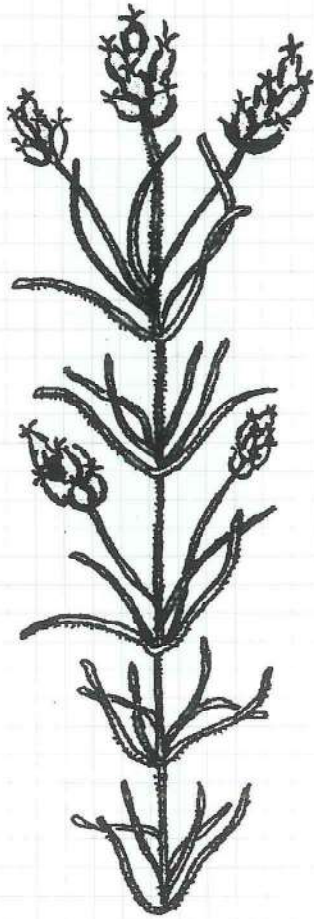
Su cocimiento se empleaba, más recien-  
tamente, para eccemas y alergias cutáneas de la  
cara y el cuerpo, para sanar las quemaduras y  
lavar verrugas y uñeros, para lavar los oídos  
infectados y los ojos irritados y hacer gárgaras  
en caso de enfriamiento o mal de muelas.

Contra las inflamaciones se usa un pre-  
parado a base de cataplasma (con consistencia  
de papilla) y calor húmedo.

La riqueza en mucílago de la zaragatona,  
especialmente de las semillas, explica su acción  
emoliente, antiinflamatoria y laxante, para lo  
cual se llegan a cultivar industrialmente. El  
empleo medicinal en uso interno está contrain-  
dicado. Se conocen casos de reacciones adver-  
sas por inhalación del polvo en operarios de la  
industria farmacéutica.

Como tiene una concentración elevada  
de fibra soluble se ha incorporado a algunos  
cereales para el desayuno de venta de los  
E.E.U.U., con la finalidad de reducir los niveles  
de colesterol de baja densidad.

Como estomacal se usaba la parte aérea  
en infuso una o dos veces al día después de las  
comidas y el decocto de esta parte aérea (en  
ayunas) como hipotensor y detoxicante, tam-



Mata vellosa glandular

Floz



(P. CYCLOPS)

Brácteas acabadas  
en punta



(P. AFRA)

Brácteas igualadas



Semilla pequeña, oscura

**Plantago Afra**  
**Laragatona**  
fam. Plantagináceas

bién demulcente y laxante mecánico ya que los mucílagos son capaces de absorber mucho agua, ocupando un gran volumen que produce una distensión intestinal.

Por vía externa, se utiliza el decocto de la parte aérea en baños dérmicos, para lavarse las manos y los pies con ampollas, en estomatitis y encías inflamadas, en forúnculos y como vulneraria para curar heridas. El decocto de las semillas se emplea para preparar aprestos para el cabello (fijador o gomina del pelo).

En veterinaria popular se usa el decocto para curar las heridas de las ovejas o cuando sufren una picadura venenosa. También, para lavar el “mal de culo” de los conejos, desinfectar a los “bichos cuando malparen” dándoselo a beber y muy empleado en nuestra comarca para lavar las nafras de las caballerías.

#### **ZARAGATONA (Otra especie)**

**Nombre científico:** *Plantago sempervirens* (P. cynops).

**Familia:** Plantagináceas.

**Descripción:** Se trata de una planta que ha sido observada también en nuestra comarca y similar a la anterior (*Plantago afra*; *P. psyllium*). Su diferencia la encontramos en que resulta una mata más lignificada.

Las brácteas inferiores que rodean al glomérulo floral se prolongan en una punta herbácea.

Las aplicaciones de esta especie son idénticas a la anterior.

