

**APORTACION AL
CONOCIMIENTO DE
ALGUNAS PLANTAS
INTERESANTES
DE LA SIERRA DE
JUAN NAVARRO Y SU
ZONA DE INFLUENCIA**

Emilio García Navarro

APORTACION AL CONOCIMIENTO DE ALGUNAS PLANTAS INTERESANTES DE LA SIERRA DE JUAN NAVARRO Y SU ZONA DE INFLUENCIA

1. INTRODUCCION

En los últimos años se han venido realizando numerosos trabajos con el objeto de completar el conocimiento de la flora y vegetación del área valenciana. A pesar de ésto, son todavía muchas zonas las que restan, si no inéditas, sí muy por debajo de sus posibilidades reales de estudio. La dedicación tradicional a otras áreas, las dificultades de acceso o el poco interés aparente, pueden ser factores que hayan influido en esta situación. Sería este el caso de la Sierra de Juan Navarro, que situada en el Noroeste de Requena, ha sido clásicamente olvidada por la mayoría de los estudiosos del tema a pesar de ofrecer unos indiscutibles valores tanto florísticos como fitogeográficos al ser un área de contacto entre los territorios valenciano y castellano.

A la vista de la bibliografía consultada podemos decir que han sido muy pocos los botánicos que han estado en la zona de estudio, o al menos que hayan dejado testimonio. CAVANILLES, en sus exhaustivos viajes a través de las comarcas valencianas a finales del siglo XVIII, dejó noticia de la flora del territorio comprendido en el antiguo Reino de Valencia; pero dado que éste excluía a nuestra Comarca, no llega a adentrarse en

nuestra zona. A finales del XIX fue el alemán DIEK, quien al recorrer la Serranía de Cuenca hace incursiones esporádicas en la zona de Utiel aunque no se tiene certeza de que penetrara en esta Sierra. Uno de los más grandes botánicos, Carlos PAU, recorrió a principios del siglo actual gran parte de las provincias de Teruel, Castellón y Norte de Valencia, encontrándose citas suyas para la Sierra Negrete, tan colindante con la que estudiamos. Finalmente, J. ALCOBER, F. J. ESTERAS, R. FIGUEROLA y G. MATEO son algunos de los botánicos que actualmente han visitado el área de estudio.

El presente trabajo quiere dar un primer paso, al que deberán sucederle otros, representando una aproximación al conocimiento florístico de esta zona tan singular y atractiva. Es por ésto, que nuestro principal propósito e ilusión, va a ser el aportar una serie de datos que, basados en la experiencia y trabajo sobre el terreno, puedan servir de base o complemento a estudios venideros que se efectúen en ésta o en otras áreas, de tal forma que se pueda llegar a hacer un día la interpretación y el conocimiento integral de la flora, vegetación y paisaje de nuestro entorno, al tiempo que sirvan para la conservación y recuperación del patrimonio natural.

2. MATERIAL Y METODOS

La realización del presente estudio se ha articulado en tres fases o etapas: fase previa o de recopilación, fase de campo y fase de síntesis.

2.1.- Fase previa.

En esta fase se reúne el material

primario a utilizar, pasando posteriormente a ampliarlo en los distintos taxones que se han estudiado.

Para la determinación taxonómica del material herborizado se consultan básicamente las obras siguientes: BOLOS & VIGO (1984), CASTROVIEJO et al. (1986), MATEO & FIGUEROLA (1987), TUTIN et al. (1964-1980) y WILLKOMM & LANGE (1879-1880). Respecto a la nomenclatura se siguen los criterios de Flora Europea para mantener un carácter unificador, pese a las diferencias nomenclaturales que tiene esta obra respecto a otros textos. Al mismo tiempo para la correcta determinación de los taxones se consulta una numerosa información sobre temas monográficos. En el estudio de biotipos se sigue la clasificación propuesta por RAUNKIER y para el espectro corológico, las directrices de las principales floras disponibles. Con respecto a las reseñas sobre nombres y usos tradicionales de las plantas nos basamos fundamentalmente en los trabajos de FONT (1963).

2.2.- Fase de campo.

Ha consistido, en un reconocimiento general de la zona de estudio y la verificación de los límites en las unidades cartográficas. Posteriormente se han ido realizando las herborizaciones con recogida de datos florísticos y de vegetación, los cuales se han llevado a cabo durante todo el ciclo estacional, para ello se han realizado visitas a lo largo del año, aumentando el ritmo durante la estación pri-

maveral. Después el material se ha ido determinando y preparando para su conservación en el Herbario VAB.

2.3.- Fase de síntesis.

Los muestreos realizados en la fase de campo y la consulta bibliográfica aportaron una serie de datos necesarios para la realización de la memoria descriptiva de los taxones de mayor interés.

3. CATALOGO COMENTADO DE ESPECIES INTERESANTES

3.1.- Criterios previos.

Primeramente quisiéramos indicar que somos conscientes de lo que mejoraría el presente estudio si se añadieran descripciones detalladas para cada especie, si se presentaran ilustraciones y fotografías de todas las plantas o si se adjuntara un glosario con las palabras botánicas que pudiesen resultar de difícil comprensión. Sin embargo, estas mejoras traerían por una parte el engrosamiento del presente trabajo lo cual se saldría de los límites de la revista y por otra parte si, por ejemplo, añadiésemos un vocabulario de palabras nos veríamos obligados a escoger las que a nuestro juicio el lector no conoce lo cual en principio es difícil de predecir. Por todo lo anterior, el presente catálogo trata de encontrar un término medio al utilizar términos que puedan contentar tanto a los especialistas como a los aficionados, recomendándoles a estos últimos la consulta de la bibliografía que se relaciona al final del trabajo, la cual debería de estar disponible

en la mayoría de las Bibliotecas públicas.

Se incluyen en este catálogo una serie de taxones cuya presencia en el área de estudio nos consta por observación o recolección propia, por testimonios de herbario o por citas bibliográficas concretas y fidedignas.

La selección de taxones se ha realizado atendiendo a que presenten alguno de los siguientes aspectos de interés:

- Endemicidad
- Interés biogeográfico
- Interés científico o biogenético
- Importancia ecológica y paisajística
- Rareza en la zona
- Usos y aprovechamientos tradicionales en la zona

Los taxones se presentan ordenados filogenéticamente en los cuatro grandes grupos clásicos: Pteridófitos, Gimnospermas, Angiospermas dicotiledóneas y Angiospermas monocotiledóneas, y dentro de cada grupo por orden alfabético de familias (situando entre paréntesis su denominación en castellano) y especies.

Para cada taxon se indica:

A. El nombre científico que hemos aceptado y autoría del mismo. Cuando no se indica la subespecie se supondrá que el taxon responde a la subespecie tipo. Se completa el aspecto nomenclatural con la mención, en línea aparte, al nombre o nombres vernáculos que nos parecen más usuales, o que se han podido escuchar a los naturales de la zona.

B. Breve comentario que alude a

su ecología, corología, uso o a cualquier otro aspecto de interés, según la especie.

C. Datos complementarios, indicando abreviadamente y por este orden:

-Tipo biológico. Hemos considerado la clasificación propuesta por RAUNKIER (in BLAUN-BLANQUET, 1979), según el tratamiento de PIGNATI (1982).

-Talla media. Se da un intervalo en cm., dm. o m. según los casos, correspondiendo a los tamaños habituales de la especie en la zona y en base a nuestras propias observaciones.

-Corología. Apartado conflictivo del que hemos seguido las directrices de las principales floras de que se disponen.

-Abundancia. Frecuencia relativa del taxon en el territorio basada en la observación directa: CC= Muy común; C= Común; M= Moderadamente común; R= Rara; RR= Muy rara.

- Fenología. Indica con sus tres primeras letras, desde Ene.= Enero a Dic.= Diciembre, los meses que acostumbra a florecer en la zona.

Por último, quisiéramos comentar que los datos que aportamos sobre los usos de las plantas sólo son a modo de simples pinceladas, ya que se escapa del objetivo principal de este trabajo, el estudio pormenorizado de todas sus aplicaciones tradicionales, el cual dejamos para alguna otra ocasión. También nos gustaría recordar a quien recolecte plantas silvestres para su aprovechamiento que debe reflexionar en el sentido de que, al hacerlo, asumo una

enorme responsabilidad, ya que tal vez por ignorancia, puede confundirlas con plantas venenosas o puede que su recolección indiscriminada determine la desaparición o la merma de algunas de ellas, es por esto que deseáramos que los datos que damos ahora solo sirvan para mejorar el conocimiento que se tiene de nuestras plantas y nunca para provocar un deterioro del medio natural.

3.2.- Catálogo de especies.

1. PTERIDOFITOS

Fam. EQUISETACEAE (Equisetáceas)

Equisetum telmateia Ehrh.

N. v.: Cola de caballo, Equiseto mayor.

Aparece puntualmente localizado en el área de estudio, buscando siempre los terrenos muy húmedos y sombreados. Contiene gran cantidad de sales minerales potásicas y silíceas por lo que se suele utilizar como diurético para las inflamaciones de la vejiga, como vulnerario al atajar las hemorragias de nariz y las hemorroides, y también como remineralizante. Existía antiguamente la creencia de que las mujeres que tenían dificultades para concebir debían dormir en colchones rellenos de equiseto.

Geof. Riz.; 3-12 dm.; Holoart.; R; Abr.-Juli.

Fam. POLYPODIACEAE
(Polipodeáceas)

Adiantum capillus-veneris L.

N. v.: Arañuela, Capilera, Culantrillo de pozo.

Se encuentra disperso, coloni-

zando taludes arcillosos húmedos o tobas rezumantes. Es muy rico en mucílagos, se usa como béquico y espectorante para combatir la tos y el catarro, también tiene acción emoliente y antiinflamatoria. Algunas personas consideran agua potable y de buena calidad la que procede de las fuentes donde se cría esta planta.

Geof. riz.; 1-4 dm.; Subcosmop.; M; Oct.-Ago.

Asplenium trichomanes L.

ssp. *quadri-valens* D. E. Meyer

N. v.: Culantrillo bastardo Polfrico

Bastante frecuente en fisuras de roquedos y muros poco soleados. Se utiliza contra las afecciones del hígado y en otros tiempos se gastaba para afirmar el pelo deteniendo su caída.

Ceterach officinarum Willd.

N.v.; Aserradera de las paredes.
Doradilla común.

Es uno de los helechos más abundantes de la zona y de toda la comarca, encontrándose en pedregales y escarpes calizos. Se emplea contra la tos y como diurética, en algunos lugares es utilizada la doradilla para enrubiarse el pelo.

Hemic. ros.; 5-20 cm.; Euricircunmed.; C; Oct.-Ago.

Polypodium cambicum L.

N. v.: Polipodio, pulipuli

Bastante raro, aparece en las anchas grietas de algunos roquedos poco soleados. Se usa como béquico, purgante, colagogo y antihelmíntico. También se solía gastar bastante para

combatir el estreñimiento.
Geof. riz.; 1-4 dm.; Eurimedit. Occid.-
Suratlant; R; Oct.-Ago.

2. GIMNOSPERMAS

Fam. CUPRESSACEAE
(Cupresáceas)

Juniperus communis L.

ssp. hemisphaerica (Pressl) Nyman
N. v.: Enebro común ginebro.

Bastante raro en bosques y matorrales sobre suelos pedregosos de las zonas más elevadas. Se usa para las afecciones del riñón y de la vejiga. Sus frutos son la base fundamental para obtener una esencia utilizada en la fabricación de la ginebra.

Meso./Nanofan.; 5-40 dm.; Medit.
Occid.; R; Abr.-Jun.

Juniperus oxycedrus L.

N. v.: Cada, Enebro de la miera, Oxicedro.

Abundante en laderas secas y llanuras soleadas, donde aparece asociada a diversas comunidades arbustivas o arbóreas regenerándose cuando éstas son taladas o desaparecen por los incendios. Se emplea como antiséptico y parasitocida contra la sarna, además se usa contra la soriasis y eczemas. Antigamente se utilizaba para evitar la concepción.

Meso./Nanofan.; 5-50 dm.;
Euricircunmed.; CC; Mar.- Jun.

Juniperus phoenicea L.

N. v.: Meliz, Sabina negra, Sabina roma.

Corriente en bosques y matorrales secos, donde aparecen ejemplares

aislados, resultando dominante en terrenos particularmente abruptos con suelos esqueléticos. La ingestión de sus hojas suele ocasionar gastroenteritis y hemorragias internas, también se ha usado como abortiva ya que su efecto fundamental consiste en congestionar el vientre a consecuencia de lo cual se produce un aborto, con grave daño para la mujer.

Meso./Nanofan.; 5-30 dm.;
Euricircunmed.; C; Abr.-Jun.

Juniperus thurifera L.

N. v.: Sabinar albar, Trabina

Aparece muy localizada y de manera finícola en la zona colonizando los lugares más fríos, debido a su escasez sería de gran utilidad preservar estas escasas sabinas que todavía nos quedan. Su madera es muy compacta y de grano fino por lo que era apreciada por aquellos ebanistas y torneros que la conocían, con ella se fabricaban los ejes de las norias y los postes. Tradicionalmente se usa para producir incienso ya que al quemarla produce un olor resinoso agradable y penetrante.

Macrofan.; 5-15 m.; Medit. Occid.; R;
Abr.-Jun.

Fam. PINACEAE (Pináceas)

Pinus halepensis Mill.

N. v.: Pino de alepo, Pino blanquillo, Pino carrasco.

Es la especie arbórea más predominante debido a que tradicionalmente se ha favorecido su expansión en perjuicio de las especies propias de las etapas maduras del bosque. Tiene una madera bastante dura y de grano fino

pero de bajo aprovechamiento debido a la abundancia de resina y a presentar troncos tortuosos, lo que explica que sólo se utilice para la fabricación de cajas de embalaje y traviesas de ferrocarril.

Macrofan.; 5-20 m.; Circunmed.; CC; Mar.-Maay.

Pinus pinaster Aiton

N. v.: Pino marítimo, Pino resinero, Pino rodeno.

Relativamente abundante sobre suelos pobres en bases, aunque tras repetidos incendios suele aparecer normalmente en pequeños grupos o en ejemplares aislados. Sus piñas son grandes y arden con gran facilidad, consumiéndose sin apagarse, por lo que son muy empleadas para prender fuegos llamándose popularmente "piñas de encender", pero su principal característica es la de proporcionar una resina conocida como trementina o aguarrás que se utiliza como disolvente de pinturas plásticas.

Macrofan.; 5-30 m.; Eurimedit. C-Occid. M; Abr.-May.

Pinus pinea L.

N. v.: Pino doncel, Pino piñonero.

Aparece en forma de ejemplares más o menos aislados, cultivados o naturalizados, en áreas influidas por la acción humana. Su empleo más importante es para extraerle las semillas comestibles conocidas como "piñones" que se suelen emplear en charcutería para dar sabor a algunos tipos de morcillas y otros embutidos.

Macrofan.; 5-25 m.; Circunmed.;

R; May.-Jun.

Fam. TAXACEAE (Taxáceas)

Taxul baccata L.

N. v: Tajo, Tejo.

Debió de estar más extendido en el pasado, habiendo dejado hoy una estela de tejos aislados en las zonas más protegidas y menos accesibles. Solamente se han encontrado algunos ejemplares relicticos refugiados en las anchas grietas de algunos roquedos de la zona, bajo condiciones de notable humedad y frescor. Todas las partes de la planta son bastante venenosas y tóxicas (excepto el arilo carnoso que rodea a los frutos) por lo que se llegó a utilizar para impregnar con él las flechas de los guerreros, los cuales también recurrían al mismo para suicidarse cuando caían prisioneros.

Meso./Macrofan.; 2-15 m.; Euricurosib. Merid.; RR; Abr.-May.

3. DICOTILEDONEAS

Fam. ACERACEAE (Aceráceas)

Acer granatense Boiss.

N. v.: Acirón, Arce, Blada.

Se encuentra representado en la periferia de nuestra zona donde aparecen ejemplares sueltos en ciertas laderas umbrosas. Su madera se utiliza en trabajos de carpintería, allí donde se necesitan piezas de reducido tamaño porque es difícil obtener tablas grandes ya que los arces nunca alcanzan un porte elevado. Desafortunadamente para estos árboles, en la actualidad, se están utilizando mucho para la realiza-

ción de "bonsais" debido al tamaño reducido de sus hojas y a que le agradan los suelos someros.

Meso./Macrofan.; 3-15 m.; Medit. Occid.; R; Abr.-May.

Fam. ANACARDIACEAE
(Anacardiáceas)

Pistacia lentiscus L.

N. v.: Almáciga, Chameca, Lentisco, Matera.

Bastante escaso en matorrales y garrigas desarrolladas en ambiente de encinar, matizando siempre el horizonte más térmico del área de estudio. Por incisión en los ejemplares viejos se obtiene la almáciga que se usa para preparar los cementos dentarios. Sus tallos y hojas son ricos en taninos, por lo que se han empleado como astringentes, especialmente para fortificar las encías y apretar los dientes.

Nanofan.; 0'5-2'5 m.; Euricircunmed. Latemerid.; R; Mar.-Abr.

Pistacia terebintus L.

N. v.: Cornicabra, Terebinto.

Se presenta en matorrales que orlan algunos encinares, especialmente sobre suelos abruptos, llegando a colonizar con facilidad las grandes fisuras de los roquedos más verticales. Con las agallas de sus hojas, que tienen una coloración violácea por fuera y el interior amarillo, su forma recuerda la del cuerno de una cabra, se preparaba antiguamente un tinte para la industria de la seda.

Mesofan.; 1-5 m.; Circunmed.; R; Mar.-May.

Rhus coriaria L.

N. v.: Tano, Zumaque.

Hemos visto ejemplares asilvestrados en algunos márgenes de caminos o campos abandonados que rodean los parajes de Benacas o de Rozaleme. Desde muy antiguo se utilizó para curtir cueros y pieles destinadas a la fabricación de guantes y zapatos. En medicina popular se ha empleado para detener toda serie de flujos corporales, aunque realmente es una planta poco recomendable para uso interno debido a su toxicidad.

Mesofan.; 1-4 m.; Erimedit. Latemerid.; M; May.-Ago.

Fam. ARALIACEAE (Araliáceas)

Hedera helix L.

N. v.: Cacuz, Hiedra, Yedra.

Interviene en variados ambientes sombreados tanto forestales (donde trepa por los troncos de los árboles) como rocosos (encaramándose por peñascos verticales o extraplomados). Contiene saponinas triterpénicas que se suelen emplear por su acción hemolítica, antiespasmódica, espectorante, vasoconstrictora, cicatrizante de llagas y callicida.

Fan. escand.; 1-20 m.; Euricircunmed. Latesept; C; Sept.-Oct.

Fam. **BORAGINACEAE**
(Borragináceas)

Borago officinalis L.

N. v.: Alcohelo, Borraja común, Borraina.

Aparece de forma esporádica en algunos ribazos y márgenes de caminos, especialmente en las áreas poco elevadas y más húmedas. Es rica en sales potásicas por lo que se piensa que favorece el orinar, también tiene mucílago que le hace recomendable como emoliente y antiinflamatoria. Ter. escap.; 1-5 dm.; Eurimedit.-Iranotur.; R; Mar.-Jun.

Echium vulgare L.

N. v.: Lengua de bucy; Viborera; Viperina.

Especie bastante polimorfa que resulta frecuente en diversas comunidades, tanto ruderales como arvenses. Es una planta algo tóxica ya que contiene una serie de alcaloides que afectan al sistema nervioso. El nombre de viborera debe de hacer referencia a la forma de sus inflorescencias y tallo, por lo que antiguamente se empleaba para tratar las picaduras de víboras y otros animales venenosos.

Hemic. bien.; 2-8 dm.; Euroasiat.; C; Abr.-Sep.

Lithospermum fruticosum L.

N. v.: Asperón, Hierba de las siete sangrías, Sanginaria.

Relativamente abundante en matorrales secos y soleados instalados sobre sustratos básicos, principalmente margosos, desde las zonas más bajas a

las de mayor altitud. Se suele usar como febrífugo y vulneraria.

Cam. Frut.; 2-6 dm.; Medit. Occid.; C; Mar.-Jun.

Fam. **CAPRIFOLIACEAE**
(Caprifoliáceas)

Lonicera implexa Aiton.

N. v.: Calzas, Madreselva, Mamellera, Zapaticos.

Aparece formando parte de bosques y matorrales perennifolios propios de la serie dinámica del encinar. Se ha llegado a utilizar como purgante suave aunque es bastante tóxica y la ingestión de sus atractivos frutos puede provocar trastornos digestivos.

Fan. escand.; 1-3 m.; Circunmed.; C; Abr.-Jun.

Sambucus ebulus L.

N. v.: Matapulgas, Sauquillo, Yezgo.

Caracteriza las comunidades nitrófilas vivaces instaladas sobre suelos húmedos y sombreados. Se suele usar como diurético, laxante suave y para las afecciones respiratorias. Antiguamente se gastaba como repelente de insectos y roedores.

Geof. riz./ Hemic. escap.; 5-15 dm.; Euricircunmed. Latesept.; M; Jun.-Jul.

Viburnum tinus L.

N. v.: Durillo, Laurel salvaje, Malvarijo, Tino.

Se encuentra en los encinares y coscojares de la umbrías más protegidas del frío y la sequedad. Se suele utilizar como febrífugo y purgante. También es frecuente verlo como orna-

mental en algún jardín debido a lo decorativo de sus brillantes hojas y a la rica floración cuando se inicia la primavera.

Mesofan.; 1-4 m.;
Euricircunmed.-Macaron.; R; Mar.-Abr.

Fam. CARYOPHYLLACEAE
(Cariofiláceas)

Agrostemma githago L.

N. v.; Candelaria, Clavellina, Neguilla, Neguillón.

Debido al uso intensivo de herbicidas y a determinadas técnicas de cultivo sólo la podemos ver salpicando algunos campos de cereal y en los herbazales sinantrópicos de su entorno. Es algo venenosa y antiguamente cuando sus semillas se mezclaban fortuitamente con las de trigo se producía una harina tóxica que nos recuerda un viejo refrán castellano: "Pan de neguilla, pan de maravilla; en tu casa, que no en la mía".

Ter. escap.; 3-8 dm.; Euroasiat.;
R; May.-Jun.

Dianthus valentinus Willk.

N. v.; Clavel silvestre, Clavellina.

Bastante común en matorrales abiertos y pastizales secos, presentando muchas veces apetencias rupícolas. Se usaba como colirio, para lavarse los ojos dañados y cansados.

Cam. sufr.; 2-8 dm.; Medit. Occid.; M;
May.-Jul.

Herniaria cinerea DC.

N. v.; Hierba de la piedra, Quebrantapiedras, Suedatripas.

Dispersa por secanos, barbechos y linderos donde busca las zonas más alteradas. Se usa generalmente con diurética aunque antiguamente debido a la disposición tan particular de sus flores se le atribuyeron virtudes sobre las hernias.

Ter. escap.; 5-20 cm.;
Euricircunmed.-Iranotur; M; Abr.-Jun.

Paronychia capitata (L.) Lam.

N. v.; Hierba de la sangre, Nevadilla.

Presente en matorrales secos aclarados y en terrenos baldíos sometidos a una intensa presión antropozógena. Es tenida como diurética y astringente. Parece ser que se utilizaba para curar determinadas heridas y llagas.

Hemic. cesp.; 5-15 cm.; Circunmed.;
M; Abr.-Jun.

Saponaria ocymoides L.

N. v.; Jabonera, Herbada.

Pionera en la colonización de pedregales, manteniéndose bien cuando éstos son ocupados por los matorrales que la sombrearán. Se ha gastado desde antiguo como jabón vegetal para lavar la ropa y en ocasiones para limpiar a las ovejas antes de esquilas.

Hemic. escap.; 1-3 dm.;
Eurimedit.-Macaron.; R; Abr.-Jun.

Silene vulgaris (Moench) Garcke

N. v.; Alcaduza, Colleja, Conejera.

Extendida por toda la zona y en una variada gama de ambientes, siem-

pre trastocados o frecuentados por el hombre y el ganado. Debido a su interés culinario cada año se ven mermadas las pequeñas poblaciones de esta planta que cada vez es más escasa.

Hemic. escap.; 2-6 dm.;
Paleotempl.; M; Abr.-Jul.

Stellaria Media (L.) Vill.

N. v.: Pajarera, Pamplina, Picagallina, Regojo.

Constante en los herbazales nitrófilos húmedos o sombreados. Se suele usar para los reumatismos y dolores artríticos, también tiene aplicación en los casos de psoriasis. Parece ser una hierba muy buscada por los criadores de canarios y otras aves canoras ya que se cree que es el alimento favorito de las mismas.

Ter. rep.; 1-4 dm.; Cosmop.; M; Mar.-Nov.

Fam. CHENOPODIACEAE
(Quenopodiáceas)

Atriplex prostrata Boucher ex DC.

N. v.: Armuelle silvestre.

Disperso por herbazales hipernitrificados de bordes de caminos, escombreras y campos abandonados. Antiguamente se utilizaba como verdura en las ensaladas aunque este uso es poco recomendable debido a contener saponinas que la hacen algo tóxica.

Ter. escap.; 4-12 dm.; Holoart.; M;
Ago.-Oct.

Beta vulgaris L.

N. v.: Acelga, Berza, Bleda.

Cultivada en campos de regadío a pequeña escala, pudiendo verse ejem-

plares sueltos asilvestrados por los herbazales nitrófilos que rodean a éstos. Sus hojas se utilizan como verdura en alimentación para preparar hervidos y arroces.

Hemic. bien./ Ter. escap.; 5-15 dm.;
Centroas.; M; Jun.-Ago.

Chenopodium album L.

N. v.: Cenizo, Cefliglo.

Frecuente en todo tipo de campos semiabandonados y lugares alterados. En otro tiempo se usaba como sustituto de algunas hortalizas aunque es poco recomendable debido a que esta planta suele acumular nitratos y oxalatos por lo que conviene abstenerse de consumirla.

Ter. escap.; 3-15 dm.; Subcosmop.; C;
Jun.-Sep.

Salsola Kali L.

ssp. ruthenica (Iljin) Soó.

N. v.: Barrilla borde, Espinado, Pincho, Rulandera, Trago.

Aparece a finales del verano colonizando viñedos, barbechos y rastrojeras. Contiene gran cantidad de sales minerales, utilizando sus cenizas para fabricación de jabones y vidrio. También se usa para la elaboración de algunas infusiones tónicas.

Ter. escap.; 2-10 dm.; Palioetempl.; C;
Jul.-Oct.

Fam. CISTACEAE (Cistáceas)

Cistus albidus L.

N. v.: Estepa blanca, Jaguarzo blanco, Jara blanca.

Se encuentra dispersa, pero pun-

tualmente abundante en matorrales heliófilos, también suele verse en lugares que han sufrido incendios, los cuales por desgracia son abundantes en nuestra zona, presentándose entonces como pionero. Los árabes utilizaban sus hojas para favorecer la digestión. En algunas épocas de escasez de dinero para comprar tabaco se ha usado para fumar, aunque quienes la han utilizado afirman que arde bien pero pica un poco.
Nanofan.; 4-12 dm.; Medit. C-Occid.; C; May.-Jun.

Cistus clusii Dun.

N. v.: Jaguarzo, Romerina, Romero macho.

Relativamente frecuente en matorrales aclarados fuertemente soleados sobre suelos de textura arenosa o limosa. Es una planta muy confundida con el romero, cuando no está en flor, pero basta olerla para darse cuenta del error. Se suele emplear en jardinería como ornamental.
Nanofan.; 4-10 dm.; Medit. C-Occid.; May.-Jun.

Cistus laurifolius L.

N. v.; Jara, Estepa.

Si tuviéramos que elegir una planta a destacar en la Sierra de Juan Navarro, sin duda elegiríamos ésta debido a lo singular de su presencia en estos suelos no silíceos. La madera de las jaras es muy dura y pulimentable, pero su tamaño relativamente pequeño hace que hayan sido utilizadas por lo general como leña, para este uso, se hacía gran consumo de ellas en los

hornos.

Nanofan.; 8-16 dm.; Circunmed.; R; May.-Jun.

Fumana spachii Gren. & Godron.

N. v.: Sillerilla.

Constante en matorrales y roquedos soleados de zonas poco elevadas. Se suele emplear como diurética, siempre que se desee provocar una mayor expulsión de la orina.

Cam. sufr.; 5-25 cm.; Circunmed.; M; Abr.-May.

Helianthemum syriacum (Jacq.) Dum.-Coursel.

N. v.: Hierba sana, Romera, Romero blanco.

Común por matorrales secos y soleados sobre suelos generalmente bastante margosos. Se utiliza con frecuencia como febrífugo.

Cam. sufr.; 2-5 dm.; Circunmed.; C; Abr.-Jun.

Fam. COMPOSITAE (Compuestas).

Anthemis arvensis L.

N. v.: Manzanilla bastarda, Manzanilla borde.

Se encuentra de forma esporádica en los herbazales nitrófilos de baldíos, cultivos de secano y márgenes de caminos. Al igual que la manzanilla común, es usada para las afecciones gastrointestinales aunque es mucho menos efectiva.

Ter. escap./Hemic. escap.; 1-5 dm.; Eurimedit.-Iranotur.; M; Abr.-Jul.

Bellis perennis L.

N. v.: Bellorita, Chirivita, Margarita menor, Maya, Viroleta.

Dispersa en herbazales vivaces y juncuales asentados en suelos arcillosos húmedos y compactos. Los capítulos contienen saponinas, tanino y mucílago por lo que se usa como expectorante, para las afecciones cutáneas, hepáticas y la ictericia. En el siglo pasado, esta inocente planta llegó a desatar las iras de los gobernantes alemanes que la condenaron a su exterminio, debido a que se le suponían virtudes abortivas. Hemic. ros.; 5-15 cm.; Euroasiat.; M; Marz.-Jun. + Sep.-Nov.

Calendula officinalis L.

N. v.: Caldo, Flor de muerto, Flor de todos los meses, Maravilla.

Se cultiva como ornamental, pasando algunas veces a naturalizarse en los alrededores de los núcleos poblados. Se le supone acción antiinflamatoria, antiséptica, cicatrizante, emenagoga, antiespasmódica, colerética e hipotensora. Existía la creencia de que si se arrojaban sus flores sobre la cama, los sueños se harían realidad.

Hemic. bien. escap.; 2-6 cm.; Euroasiat.; M; Jun.-Nov.

Cichorium intybus L.

N. v.: Achicoria silvestre, Amargón, Almirón amargo.

Frecuente en márgenes de caminos y herbazales más o menos nitrófilos situados sobre sustratos algo húmedos. Se suele usar como eupéptico, colerético, diurético, laxante, favore-

cedor de la digestión y para mejorar las afecciones hepáticas. Sus raíces tostadas y molidas se emplean como sucedáneo del café.

Hemic. escap.; 3-12 dm.; Euroasiat.; C; Jul.-Oct.

Cynara scolymus L.

N. v.: Alcachofera, Alcaudil, Cardo carchofero.

Aparece cultivada para obtener sus capítulos comestibles aunque se suele asilvestrar en cunetas y campos incultos. Se suele recomendar como hipocolesterolizante y para las afecciones hepáticas.

Hemic. escap.; 5-20 dm.; Medit. C-Occid.; R; May.-Jul.

Helichrysum italicum (Roth) G. Don fil.

ssp. serotinum P. Fourm.

N. v. Siempreviva amarilla.

Suele colonizar con preferencia las ramblas pedregosas, aunque también se le puede ver con cierta abundancia en matorrales aclarados y bordes de caminos buscando los suelos someros y nitrificados. Se le atribuyen propiedades beneficiosas contra las enfermedades estomacales.

Cam. sufr.; 3-8 dm.; Medit. C-Occid.; M; Jul.-Oct.

Inula montana L.

N. v.: Arnica montera, Hierba montana.

No resulta infrecuente localizarla en matorrales aclarados y soleados de áreas bastante elevadas. Mucha gente suele confundirla con la verdadera árnica y se le considera, sin serlo, revul-

sivo de traumatismos, hematomas, luxaciones y reumatismos.
Hemic. escap.; 1-3 dm.; Medit. C-Occid.; M; Jun.-Jul.

Jasonia glutinosa (L.) DC

N. v.: Té de monte, té de roca.

Suele estar presente en casi todos los principales afloramientos rocosos soleados de las zonas de escasa altitud. Es muy utilizada como tónico en infusiones para remediar indisposiciones estomacales.
Hemic. escap.; 1-4 dm.; Medit. Occid.; M; Jul.-Oct.

Lactuca sativa L.

N. v.: Lechuga.

Frecuentemente cultivada y a veces naturalizada en terrenos transtocados. Se usa como planta comestible, generalmente como componente de todo tipo de ensaladas.
Hemic. bien.; 4-1-dm.; Eurimedit.-Iranotur.; M; Jun.-Sep.

Santolina chamaecyparissus L.

ssp. squarrosa (DC.) Nyman.

N. v.: Abrótano hembra, Manzanilla amarga.

Constante en la colonización de terrenos baldíos y márgenes de caminos, pasando con facilidad a roquedales e incluso bosques y matorrales aclarados o excesivamente pastoreados. Se le atribuyen iguales propiedades que a la manzanilla por lo que se emplea como tónica estomacal y digestiva.
Cam. sufr.; 2-5 dm.; Medit. C-Occid.; C; Jun.-Jul.

Senecio gallicus Chaix.

N. v.: Arnica falsa, Cachapedo, Flor de Santiago.

Es una de las plantas que con más frecuencia se puede ver en viñedos y campos de cereal, buscando siempre los lugares antropizados. También se le consideran poderes similares a la ámica, utilizándose para uso externo en todo tipo de contusiones.

Ter. escap.; 1-4 dm.; Medi. C-Occid.; C; Abr.-Jul.

Sonchus oleraceus L.

N. v.: Cerraja común, Cerrajón, Lechecino.

Se encuentra dispersa por zonas ruderales o arvenses asentada sobre terrenos bastante frescos. Se le suele utilizar para alimento de algunos animales domésticos. En tiempos de escasez económica se utilizaba como verdura de ensaladas y potajes.

Ter. escap./Hemic. escap.; 2-8 dm.; Euricircunmed.; M; Mar.-Nov.

Xanthium spinosum L.

N. v.: Amores, Cachurrera, Cepacaballo, Floravia, Pegotes.

Resulta frecuente en herbazales nitrófilos secos por las poblaciones, terrenos baldíos y márgenes de caminos. Se ha utilizado para combatir las afecciones digestivas y hepáticas.
Ter. escap.; 2-8 dm.; Neotrop.; C.; Jul.-Oct.

Fam. CONVULVACEAE
(Convolváceas)

Colvolvulus arvensis L.

N. v.: Correhuela, Campanilla silvestre, Garrotilla, Hilandera.

Corriente en todo tipo de comunidades nitrificadas que se presentan en barbechos, viñedos o zonas viarias. Clásicamente se le ha considerado como purgante, provocando serias irritaciones del tracto digestivo.

Geof. riz.; 2-8 dm.; Cosmop.; C; Abr.-Oct.

Cuscuta epithymum (L.) L.

ssp. kotschy (Desm.) Arcang.

N. v.: Barbas de capuchino, Cabellos de monte, Epftimo.

Relativamente frecuente en matorrales secos y heliófilos donde parasita distintas especies fruticasas, especialmente labiadas y leguminosas.

Ter. par.; Euroasiat.; M; May.-Oct.

Ipomoea pupúrea Roth

N. v.: Campanillas.

Planta trepadora cultivada como ornamental en algunas casas de labranza de las zonas inferiores, aunque también puede localizarse subespontánea por sus alrededores.

Ter. escand.; 1-3 m.; Neotrop.; R; Jun.-Nov.

Fam. CORIARIACEAE (Coriariáceas)

Coriaria myrtifolia L.

N. v.: Emborrachacabras, Garapalo, Hierba zapatera, Roldón, Redor.

Aparece de forma muy localizada

en los márgenes de algunas ramblas de áreas con escasa elevación del Sudeste de la Sierra. Es una planta bastante tóxica para el hombre y algunos animales, pudiendo producir accidentes mortales en los niños, que a veces confunden sus frutos con las moras de zarza, pues son de sabor no desagradable y parecidos. En cambio las cabras sólo experimentan, al comerlos, como una especie de borrachera, de ahí su nombre popular.

Nanofan.; 5-25 dm.; Medit. Occid.; R; Abr.-Jun.

Fam. CRASSULACEAE
(Crassuláceas)

Sedum sediforme (Jacq.) Pau.

N. v.: Uña de gato, Uva de pastor.

Especie de gran plasticidad ecológica, no faltando en pedregales soleados, matorrales abiertos, márgenes de caminos, e incluso en techos y muros de algunas viviendas antiguas. Con frecuencia se suele recurrir a ella como hipotensora, para bajar la presión arterial de la sangre.

Cam. suc.; 1-4 dm.; Circunmed.; C; Jun.-Ago.

Fam. CRUCIFERAE (Crucíferas).

Biscutella auriculata L.

N. v.: Anteojeas, Anteojos de Santa Lucía, Irbiana.

Dispersa por campos de cereal y yermos abandonados, con preferencia por los niveles inferiores y soleados. Se ha empleado en alguna ocasión como diurética aunque sin demasiado éxito.

Ter. escap.; 2-5 dm.; Medit. Occid.; M;
Abr.-May.

Brassica oleracea L.

N. v.: Acelga, Berza.

Aparece desarrollada a través de diversos cultivares comestibles en los pequeños huertos de la zona. A veces, se presenta asilvestrada en los herbazales nitrófilos que bordean algunos campos.

Cam. sufr.; 4-20 dm.; Medit. Occid.; R;
Abr.-Jun.

Capsella bursa-pastoris (L.) Med.

N. v.: Hierba carbonera, Jaramago blanco, Paniquesillo, Zurrón de pastor.

Abundante en diversos medios antropizados como campos poco laboreados o márgenes de caminos. Contiene colina y otras aminas que le confieren un marcado carácter vasoconstrictor, tonifica la musculatura uterina y se emplea para eliminar las hemorragias uterinas, menstruaciones abundantes e irregulares, varices y hemorroides.

Ter. escap./Hemic. bien.; 1-4 dm.;
Cosmo.; C; Enc.-Dic.

Cardaria draba (L.) Desv.

N. v.: Draba, Floreta, Mastuerzo oriental.

Presente en herbazales nitrófilos instalados sobre suelos frescos donde llega a formar masas monoespecíficas. Las semillas tienen un sabor picante por lo que en tiempos de escasez se han llegado a utilizar para sustituir a la pimienta aunque su uso no es muy recomendable ya que son algo tóxicas.

Geof. riz./Hemic. escap.; 2-8 dm.;
Erimedit.-Iranotur.; C; Abr.-Jun.

Diplotaxis erucoides (L.) DC.

N. v.: Oruga silvestre, Rabanillo, Rabaniza blanca.

Abundante en comunidades ruderal-viarias y arvenses, contribuyendo con su temprana floración a embellecer el desolador paisaje invernal donde es característico ver el tapiz de color que forman sus flores por los viñedos y campos de almendros.

Ter. escap.; 2-5 dm.; Euricircunmed.-
Iranotur, CC; Enc.-Dic.

Eruca vesicaria (L.) Cav.

ssp. sativa (Mill.) Thell.

N. v.: Erugo, Eruca, Oruga blanca, Roqueta. Ruca.

Dispersa por campos de secano, baldíos y en general donde haya terrenos transtocados o removidos. Se le atribuyen propiedades, como a la mayoría de las crucíferas, antiescorbúticas, estimulantes, diuréticas y rufefacientes.
Ter. escap.; 2-6 dm.; Eurimedit.-
Iranotur.; M; Mar.-May.

Hutchinsia petraea (L.) Reinchenb.

N. v.: Mastuerzo de peñas, Salcilla de pájaros.

Abundante en micropraderas efímeras de principios de primavera, especialmente las instaladas en pequeños rellanos de roquedos o en claros de matorral.

Ter. escap.; 2-15 cm.; Paleotempl.; C;
Feb.-May.

Matthiola fruticulosa (L.) Maire.

N. v.: Alhelf campestre, Alhelf triste.

Frecuente en matorrales secos heliófilos y terrenos baldíos principalmente sobre sustratos margosos o arcillosos. Contiene sustancias irritantes, pudiendo provocar envenenamientos debido a la acción cardiotónica que posee.

Cam. sufr.; 2-5 dm.; Circunmed.; C; Mar.-Abr.

Nasturtium officinale (L.) R. Br.

N. v.: Berro, Mastuerzo acuático.

Habita los pequeños cursos de agua con cierta corriente, eliminadas y que aguanten bien el estiaje, presentándose la mayoría de las veces emergido. Contiene un alto contenido en diversas vitaminas y sales minerales, por lo que es usado como estimulante, diurético y béquico. También se utiliza como estomacal, para aliviar la bronquitis y en ciertas afecciones dérmicas.

Hemic. esc./Hidr. Rad.; 1-6 dm.; Cosmop.; M; May.-Sep.

Sisymbrium irio L.

N. v.: Jamargo, Matacandiles, Oruga leonina, Rabanillo amarillo.

Propia de los herbazales hipernitrificados y algo umbrófilos cercanos a lugares habitados. Sus semillas contienen flavonoides y compuestos sulfurados, pudiéndose gastar para dar sabor a las comidas.

Ter. escap.; 1-5 dm.; Paleotempl.; M; Feb.-May.

Fam. CUCURBITACEAE
(Cucurbitáceas)

Bryonia cretica L.

ssp. dioica (Jacq.) Tutin.

N. v.: Alfesera, Carbasina, Congoria, Nueza blanca, Revientalbuey.

Puede observarse trepando por los arbustos y árboles de algunos bosquetes ribereños, así como por los espinares que los orlan. Desde antiguo se le han atribuido propiedades mágicas y psicotrópicas aunque su uso es poco recomendable ya que es bastante tóxica, produciendo dolores abdominales, vómitos y diarrea que pueden complicarse y provocar la muerte en algunas personas.

Geof. riz./Hemic. escand.; 1-3 m.; Eurimedit. Sept.-Euricurosib. Medid.; M; May.-Jul.

Fam. DIPSACACEAE (Dipsacáceas)

Cephalaria leucantha (L.) Roemer & Schultes.

Interviene en roquedos calizos, matorrales degradados y pastizales vivaces secos, asentados sobre suelos poco profundos. Se le suele considerar como deterativa, vulneraria, expectorante y sudorífera.

Hemic. escap.; 3-8 dm.; Medit. C-Occid.; M; Jul.-Oct.

Scabiosa atropurpurea L.

N. v.: Escobilla morisca, Sombra de mar, Sombrero de Obispo, Viuda morada.

Se presenta en los herbazales nitrófilos secos que colonizan los

campos abandonados, márgenes de caminos y terrenos baldíos, principalmente por las áreas menos elevadas de la Sierra. Se le consideran propiedades similares a la anterior.

Hemic. bien./escap.; 3-10 dm.; Circunmed.; M; Abr.-Nov.

Fam. ELAEAGNACEAE
(Elaeagnáceas)

Elaeagnus angustifolia L.

N. v.: Arbol de Paraíso, Cinamomo, Panjé.

Se pueden ver ejemplares sueltos abandonados o subespontáneos, en campos y fincas abandonadas. Sus hojas y ramas se han usado como tintoriales, pero su principal aplicación es la ornamental, siendo planta resistente y que necesita pocos cuidados. Macrofan.; 5-15 m.; Centroas.-Iranotur.; R; May.-Jun.

Fam. ERICACEAE (Ericáceas)

Arctostaphylos uva-ursi (L.) Spreng.

N. v.: Azunges, Gayuba, Manzanilla de pastor, Uva de oso, Uvaduz.

Disperso por encinares y pinares de umbría donde suele aparecer tapizando superficies más o menos grandes de suelo. Sus hojas son ricas en materias tánicas por lo que se ha usado para curtir pieles y en medicina popular como astringente; pero su gran reputación es debida a su acción antiséptica sobre las vías urinarias, propiedad que debe a la abundancia de glucósidos polifenólicos. Fan. rept.; 2-20 dm.; Medit. Occid.; M;

Abr.-Jun.

Erica multiflora L.

N. v.: Brezo, Brugera.

Dispersa en los matorrales soleados, matizando las áreas más térmicas para ir enrareciéndose conforme ascendemos en altitud aunque sin llegar a desaparecer. Es un arbusto de gran belleza y floración espectacular por lo que se suele cultivar como ornamental. Nanofan.; 5-20 dm.; Medit. C-Occid.; M; Sep.-Abr.

Fam. EUPHORBIACEAE
(Euforbiáceas).

Euphorbia serrata L.

N. v.: Asmaballo, Chiriguela, Lechetrezna, Lichitierna.

Bastante frecuente por todo el territorio, encontrándose en distintos medios ecológicos como campos de secano, caminos o solares. Es una planta bastante tóxica, contiene un jugo blanquecino llamado látex que suele producir ampollas si toma contacto con la piel.

Geof. riz.; 2-5 dm.; Euricircunmed.; C; Abr.-Ago.

Mercurialis annua L.

N. v.: Mercurial negro, Malcoraje, Ortiga muerta.

Se presenta normalmente en comunidades ruderales y viarias aunque no es infrecuente encontrarla en pedregales más o menos nitrificados de áreas poco elevadas. Desde antiguo se utilizó como purgante aunque parece que no es del todo efectiva.

Ter. escap.; 1-4 dm.; Holoart.; M; Mar.-Nov.

Fam. FAGACEAE (Fagáceas).

Quercus coccifera L.

N. v.: Carrasquilla leñosa, Coscoja, Chaparro, Maraña, Matarrubia.

Común en máquias y matorrales secos, formando parte de la primera orla preforestal madura, empezando a escasear cuando las formaciones son ya elevadas y umbrosas. Es característica su capacidad de regeneración tras los incendios.

Nano./Mesofan.; 5-30 dm.; circunmed.; C; Abr.-May.

Quercus faginea Lam.

N. v.: Quejigo, Rebollo, Roble carrasqueño.

Es el roble más abundante de la Comarca e históricamente parece que había bosques dominados por esta especie, como demuestra la toponimia de la zona: El Rebollar, Fuenterrobles o Camporrobles. Actualmente sus poblaciones han sido drásticamente sustituidas por cultivos, pinares o simplemente por eriales prácticamente imporductivos, quedando solamente ejemplares sueltos refugiados en las umbrías.

Macrofan.; 4-25 m.; Medit. Occid.; R; Abr.-May.

Quercus rotundifolia Lam.

N. v.: Carrasca, Chaparra, Encina.

Debería tratarse del elemento principal de todas las agrupaciones boscosas de la zona, con excepción de

las riparias, pero debido a que está desfavorecida por el hombre frente a otras especies, ha ido cediendo terreno poco a poco, siendo frecuente aunque no abundante. La podemos encontrar en pequeños grupos y sobre todo como ejemplares aislados, dando testimonio de su carácter climático en el territorio de estudio. Sus bellotas son las más dulces del género por lo que se han empleado como alimento en épocas de escasez.

Macrofan.; 2-20 m.; Medit. Occid.; M; Abr.-Jun.

Fam. GENTIANACEAE (Gencianáceas).

Centaurea quadrifolia (L.) G. L6-pez.

N. v.: Centaurea.

Dispersa en matorrales soleados de zonas de baja a mediana altitud con sustratos habitualmente margosos. Ha sido utilizada contra la mordedura de serpientes y otros venenos aunque sin mucho éxito.

Hemic. bien.; 5-35.; Medit. Occid.; M; Abr.-Sep.

Fam. GERANIACEAE (Geraniáceas).

Erodium cicutarium (L. & Just.) L'Hér.

N. v.: Alfileres de pastor, Peine de bruja, Pico de cigüeña.

Aparece extendido formando parte de los herbazales nitrófilos primaverales que colonizan los márgenes de los caminos o cultivos y los alrededores de zonas habitadas. Debido a que los estilos de sus flores son higroscópicos y se curvan dependiendo

de la sequedad del ambiente, los campesinos se gufan de ellos para predecir el tiempo.

Ter. escap./Hemic. ros.; 1-4 dm.; Subcosmop.; C; Abr.-Jun.

Geranium molle L.

N. v.: Tenedores.

Corriente en diversos ambientes arvenses y ruderales donde aparecen comunidades arvenses. Se suele utilizar como astringente y como diurético. Ter. escap./Hemic. bien.; 1-4 dm.; Euroasiat.; C; Abr.-Jun.

Fam. GLOBULARIACEAE
(Globulariáceas).

Globularia vulgaris L.

ssp. valentina (Willk.) Malag.

N. v.: Globularia.

Presente en matorrales con sustratos someros y umbrófilos, buscando muchas veces las grietas y las repisas de roquedos. Contiene globularina que es un depurativo eficaz, pero en dosis elevadas produce vómitos, diarreas violentas y aturdimiento.

Hemic. escap./Cam. sufr.; 5-30 cm.; Iberolev.; M; Abr.-Jun.

Fam. HYPERICACEAE
(Hipericáceas).

Hypericum perforatum L.

N. v.: Corazoncillo, Hierba militar, Sanjuanes.

Interviene en herbazales vivaces sobre sustratos profundos o algo húmedos y con frecuencia bastante de-

gradados o antropizados. Se le atribuyen múltiples virtudes, sobre todo como vulneraria para tratar llagas, heridas y quemaduras, por esto la utilizaban los soldados para curarse.

Hemic. escap.; 2-7 dm.; Subcosmop.; M; May.-Jul.

Fam. JUGLANDACEAE
(Yuglandáceas).

Juglans regia L.

N. v.: Nogal, Noguera.

Se cultiva, casi siempre a pequeña escala, ya que resiste bien los rigores climáticos. También pueden encontrarse ejemplares aislados naturalizados en zonas ribereñas y setos cercanos a los campos y las poblaciones. Su principal utilidad es para el consumo de sus frutos que se suelen utilizar en pastelería aunque su madera también es muy apreciada en ebanistería. Las hojas son hipoglucimiantes por lo que se gastan, en infusión, para disminuir la cantidad de azúcar en sangre.

Macrofan.; 5-20 m.; Iranotur.; R; Abr.-May.

Fam. LABIATAE (LABIADAS)

Acinos alpinus (L.) Moench.

ssp. meridionalis (Nyman) P. W. Ball.
N. v.: Albahaca agreste, Polco de sicrra, Té fino.

Aparece escasamente en matorrales bajos y pastizales secos vivaces de las zonas elevadas. Se suelen utilizar sus tallos y hojas para infusiones que ayuden en los problemas digestivos.

Cam. sufr.; 5-30 cm.; Circunmed.; R;
May.-Ago.

Ajuga chamaepitys (L.) Schreber.

N. v.: Camepfitos, Pinillo oloroso,
Hierba arética, Hierba bacera.

Esparcida en herbazales pione-
ros que aparecen sobre caminos, cam-
pos de secano o baldíos secos, sobre
todo en zonas no elevadas. Se le atribuy-
en muchas virtudes, principalmente
las que le hacen valerosa contra el reu-
matismo.

Cam. sufr./Ter. escap.; 5-20 cm.;
Euricircunmed. Latesept.; R; May.- Oct.

Lamium amplexicaule L.

N. v.: Conejitos, Gallitos, Zapatitos de
la Virgen.

Se presenta extendida por cam-
pos de cultivo y herbazales nitrófilos
instalados por los alrededores de los
campos y poblaciones. Antiguamente
se utilizaba como verdura para preparar
herbidos y ensaladas.

Ter. escap.; 5-25 cm.;
Paleotempl; C; Feb.-Oct.

Lavandula latifolia Medicus.

N. v.: Alhucema, Espigol, Esplicgo,
Lavanda.

Constante en los matorrales se-
cos y soleados, roquedos pedregales e
incluso bosquetes aclarados. Las ramas
floridas se suelen colocar en los arma-
rios para impregnar las ropas con su
agradable olor.

Cam. frut.; 3-8 dm.; Medit. Sept.;
C; Jul.-Sep.

Marrubium vulgare L.

N. v.: Alcar, Astabatún, Marrubio,
Menta de burro, Juanrubio.

Frecuente en comunidades
nitrófilas vivaces, sobre todo por los
alrededores de las zonas habitadas y
reposaderos de ganado. Se le utiliza
como pectoral y estimulante de la
secreción gástrica y biliar.

Hemic. escap.; 2-5 dm.; Medit. Occid.;
M; May.-Jul.

Melissa officinalis L.

N. v.: Abejera, Albedarumbre, Apiastro,
Cedrón, Toronjil.

Aparecen puntualmente algunas
pequeñas poblaciones en los alrede-
res de ciertos núcleos habitados donde
es cultivada como ornamental aunque
suelen encontrarse ejemplares
subespontáneos por las cercanías de
estas zonas. Es característico, de fuerte
olor a limón y su actividad sedante
sobre el sistema nervioso central, se
suele gastar como tranquilizante.

Hemic. escap.; 2-10 dm.; Euroasiat.; R;
Jun.-Sep.

Mentha suaveolens Ehrh.

N. v.: Hierba buena de burro, Hierba
sapera, Menta borde.

Resulta frecuente por toda la
zona, especialmente en juncuales
antropizados y herbazales subnitrófilos
asentados sobre sustratos siempre hú-
medos. Se suele utilizar en cocina para
aromatizar y como estimulante estoma-
cal.

Hemic. escap.; 3-8 dm.; Euricircunme.
Latesept.; C; Jun.-Oct.

Nepeta nepetella L.

ssp. cordifolia (Willk.) Ubert & Valdés
N. v.: Nébeda, Hierba gatera.

Dispersa en herbazales nitrófilos situados sobre baldíos, márgenes de caminos e incluso pedregales. Se utiliza con frecuencia como antiespasmódica y sedante. Parece ser que la planta atrae a los gatos, probablemente debido a que su olor recuerda al de algunas hormonas femeninas.

Cam. sufr.; 2-9 dm.; Medit. Occid.; M; May.-Jul.

Origanum vulgare L.

ssp. virens (Hoff. & Link) Ietswaart.
N. v.: Orégano común, Orenga.

Se localiza en algunos herbazales que rodean zonas de bosque mixto con suelos siempre frescos y situaciones de umbría. Con frecuencia se emplea como condimento en cocina para dar sabor y aroma.

Hemic. escap.; 2-6 dm.; Eurimed. Occid.-Macaron.; R; Jul.-Oct.

Phlomis lychnitis L.

N. v.: Candilera, Orejas de liebre, Sanjuanes, Torcidas.

Presente en algunos pastizales vivaces secos y degradados, pasando también a formar parte de matorrales aclarados. Antiguamente se utilizaban sus hojas, debidamente empapadas de aceite, para hacer mechas de candil.

Cam. sufr.; 15-40 cm.; Medit. Noroccid.; C; Abr.-Jul.

Prunella vulgaris L.

N. v.: Brunela, Consuelda menor, Érico, Hierba de las heridas.

Suele intervenir en juncuales y densos herbazales vivaces higrófilos y sombreados. Se suele usar para combatir las afecciones bucales y como astringente.

Hemic. escap.; 1-4 dm.; Holoart.; M; Jun.-Sep.

Rosmarinus officinalis L.

N. v.: Romero.

Con frecuencia es el elemento principal de la mayor parte de los matorrales secos, de donde pasa a colonizar los bosquetes y maquias periféricos menos densos, penetrando igualmente en roquedos soleados aunque se enrarece a medida que ascendemos en altitud. Se le han dado muchos usos como cicatrizante, antiséptico, antiespasmódico, estomáquico o estimulante cardíaco y de la circulación. Por otra parte, es una excelente planta melífera, una buena fuente de néctar para las abejas, particularmente en épocas en que hay pocas especies en flor y proporciona la conocidísima miel de romero.

Nanofan.; 3-16 dm.; circunmed.; C; Oct.-Jun.

Salvia lavandulifolia Vahl

N. v.: Salvia, Selmia.

Aparece de forma esporádica en matorrales camefíticos y ecotopos venteados o muy expuestos de zonas relativamente elevadas. Con la infusión de las hojas se prepara una bebida que la suelen indicar para personas con poco apetito ya que actúa como poderoso aperitivo.

Cam. frut.; 3-6 dm.; Iberolev.; R; Jun.-Jul.

Salvia verbenaca L.

N. v.: Balsamina, Gallocresta, Verbenaca.

Es una especie bastante variable en cuanto a la morfología pero con respecto a su ecología siempre aparece en matorrales o pastizales que se encuentran en medios ruderalizados y trastocados. Sus hojas han sido consideradas eventualmente como verdura en épocas de escasez.

Hemic. escap.; 1-5 dm.; Euricircunmed.; M; Mar.-Nov.

Satureja intricata Lange.

ssp. gracilis (Willk.) Riv.-Mart. ex G. López.

N. v.: Ajedrea silvestre.

Forma parte de los matorrales secos y aclarados asentados sobre suelos degradados o muy esqueléticos. Las ramillas se gastan frecuentemente para adobar las aceitunas.

Cam. frut.; 1-4 dm.; Iberolev.; M; Jul.-Oct.

Sideritis hirsuta L.

N. v.: Rabo de gato; Zahareña.

No suele faltar en los matorrales secos y soleados más degradados o sobrepastoreados, así como en los baldíos sujetos a evolución constructiva de su vegetación. Se suele utilizar como ayudante de la digestión y como vulneraria.

Cam. sufr.; 15-35 cm.; Medit. C-occid.; M; May.-Jul.

Teucrium chamaedrys L.

N. v.: Camedrio, Encinilla, Germandrina.

Corriente en diversos medios ecológicos que van desde formar parte del estrato que se instala a la sombra de carrascales y coscojares, hasta fisuras de rocas o pastizales húmedos. Se le atribuyen propiedades estimulantes, diuréticas y coleréticas. Fue muy usado contra la gota y las fiebres tercianas.

Cam. sufr./Geof. riz.; 1-3 dm.; Euricircunmed. Latesept.; C; Jun.-Ago.

Thymus vulgaris L.

N. v.: Tomillo común, Tremoncillo.

Constante en matorrales secos, claros de bosque, fisuras de roquedos e incluso en terrenos baldíos o campos abandonados. Se le considera acción tónica, estimulante, antiespasmódica, antihelmíntica, antiséptica y antifúngica. También se usa para las afecciones de vías respiratorias y gastrointestinales.

Cam. sufr.; 1-4 dm.; Medit. Occid.; C; Mar.-Nov.

Fam. LAURACEAE (Lauráceas)

Laurus novilis L.

N.v.: Laurel, Lloreo.

Suele presentarse cultivado en algunas casas de labranza y jardines. También puede aparecer naturalizado por los alrededores. Se le han atribuido a lo largo de la historia multitud de aplicaciones y virtudes como por ejemplo que sus hojas estimulan las funciones digestivas por lo que se suele utilizar con frecuencia en la cocina, y

sus frutos se han usado mucho en veterinaria para eliminar los parásitos. Mesofan.; 2-6 m.; Circunmed.; R; Abr.-Jun.

Fam. LEGUMINOSAE (Leguminosas)

Anthyllis vulneraria L.

N. v.: Vulneraria.

Especie extraordinariamente variable de la que se han descrito múltiples taxones infraespecíficos, no suficientemente estudiados y delimitados aún. Habita en pastizales vivaces secos, en pedregales o en matorrales caméfitos aclarados. Planta muy rica en taninos y saponinas, se usa principalmente en pomadas contra las afecciones cutáneas.

Hemic. escap./bien.; 1-5 dm.; Euroasiat.; M; Abr.-Jul.

Argyrolobium zanonii (Turra) P. W. Ball.

N. v.: Hierba de la plata.

Bastante frecuente en matorrales tanto soleados como de umbría, pero que estén siempre instalados en hábitats abiertos y algo alterados. Se suele utilizar para ayudar a la mejor cicatrización de las heridas.

Cam. sufr.; 5-20 cm.; Medit. C-Occid.; C; Abr.-Jun.

Colutea arborescens L.

ssp. gallica Browicz.

N. v.: Espantalobos, Espantazorras, Siete sayos, Sonajas.

Escaso aunque diseminado por la zona donde lo podemos ver formando parte de bosques mixtos dominados por la encina o en los matorrales que los

orlan, aunque también suele encontrarse en algunas laderas secas y pedregosas. El nombre vulgar sonajas tiene su origen en el ruido que producen los frutos al entrechocar cuando las ramas son movidas por el viento. Las hojas y frutos tienen propiedades purgantes y con ellos se intentó sustituir a las hojas de sen, pero parecen ser muchos menos efectivos.

Mesofan.; 1'5-4 m.; Euricircunmed. Latesept.; M; Abr.-Jun.

Coronilla scorpioides (L.) Koch

N. v.: Alacranera.

Común en todo tipo de zonas arvenses y viarias como barbechos, secanos, viñedos o bordes de caminos y sendas. Aunque no es muy recomendable se suele usar para mejorar las enfermedades cardíacas.

Ter. escap.; 5-20 cm.; Euricircunmed.-Iranotur.; C; Abr.-Jun.

Cytisus heterochrous Webb ex Colmeiro.

N. v.: Genista borde, Gódua.

Presente en los altos matorrales caducifolios que orlan las formaciones mixtas de rebollos y carrascas, buscando las orientaciones de umbría y los suelos margosos o arcillosos profundos. Sus tallos y ramas se usaban antiguamente para hacer cestos y escobas rudimentarias.

Nanofan.; 1-3 m.; Iberolev.; M; Abr.-Jun.

Dorycnium pentaphyllum Scop.

N. v.: Bocha, Escoboncillo, Mijediega, Socarrillo.

Domina en los matorrales secos, asentados sobre terrenos baldíos o trastocados, con preferencia por los de naturaleza margosa. Se ha empleado también para hacer escobas y cestos.

Cam. sufr.; 1-6 dm.; Euricircunmed.; C; Abr.-Jul.

Erinacea anthyllis Link.

N. v.: Asiento de monja, Cambrones, Cojín de pastor, Erizón.

Diseminada por las zonas medias y elevadas donde forma parte de los matorrales asentados sobre suelos pedregosos y sometidos a la fuerte sopladura del frío viento.

Cam. pulv.; 1-3 dm.; Medit. Occid.; M; Abr.-Jun.

Genista scorpius (L.) DC.

N. v.: Aulaga, aliaga, Escobón espinoso.

Abundante por toda la zona, difuminándose en las áreas más bajas. Aparecen en matorrales secos, tanto los asentados en suelos pedregosos como los que están en sustratos arcillosos y más antropizados. Sus ramas se han utilizado desde antiguo para quemar en los hornos y para chuscarrar los pelos de los cerdos durante la matanza.

Cam. frut/Nanofan.; 3-10 dm.; Medit. Occid.; C; Abr.-Jun.

Lathyrus cicera L.

N. v.: Almorta silvestre, Chícharo, Galgana, Gisa de monte.

Habitual en los ribazos de los

campos, márgenes de caminos y terrenos baldíos, formando parte de comunidades anuales herbáceas subnitrófilas. Aunque se ha llegado a utilizar para consumirla en cocidos, no es muy recomendable ya que es bastante tóxica.

Ter. escap.; 1-4 dm.; Euricircunmed.-Iranotur.; M; Abr.-Jun.

Medicago sativa L.

N. v.: Alfalfa, Mielga.

Cultivada con frecuencia como forrajera y habitualmente instalada en márgenes de caminos, terrenos baldíos y pastizales vivaces antropizados. También se usa en cremas y aceites, por sus propiedades cicatrizantes y el contenido en clorofila e incluso se aplican a las mezclas acondicionadoras para el pelo.

Hemic. escap.; 2-6 dm.; Holoart.; M; May-Oct.

Onobrychis viciifolia Scop.

N. v.: Esparceta, Pipirigallo.

La hemos visto cultivada en algunos campos cercanos a Las Nogueras para utilizarla como forraje, pero también aparece naturalizada en taludes y bordes de camino.

Hemic. escap.; 4-8 dm.; Medit. Noroccid.; R; May.-Sep.

Ononis fruticosa L.

N. v.: Garbancillera borde, Hierba melera.

Se presenta de modo bastante dispersa en matorrales secos sobre suelos margosos. Muestra también, una marcada afinidad por laderas pedrego-

sas o erosionadas, donde manifiesta carácter pionero. Se le atribuyen propiedades diuréticas.

Nanofan.; 3-15 dm.; Medit. Ocid.; M; May.-Jul.

Psoralea bituminosa L.

N. v.: Angelota, Cecinegra, Hierba cabruna, Higueruela, Trébol hediondo.

Pueden verse ejemplares aislados en las zonas no elevadas, formando parte de herbazales nitrófilos vivaces por márgenes de caminos y terrenos baldíos. Antiguamente se le atribuyeron muchas virtudes, pero actualmente parece tener solamente interés como vulneraria.

Hemic. escap.; 2-10 dm.; Euricircunmed.; M; Mar.-Nov.

Robinia pseudoacacia L.

N. v.: Falsa acacia.

Arbol objeto de cultivo como ornamental, y que puede verse naturalizado por márgenes de caminos, barrancos, alrededores de zonas habitadas y viejas casas de campo.

Macrofan.; 5-25 m; Norteamer.; M; Abr.-Jun.

Trifolium pratense L.

N. v.: Trébol común, Trébol de la luna, Trébol rojo.

Resulta habitual en prados húmedos, juncuales, márgenes de huertos y todo tipo de comunidades herbáceas instaladas sobre suelos húmedos más o menos alterados. Se le suele usar para combatir las afecciones digestivas y respiratorias.

Hemic. escap.; 1-6 dm.; Subcosmop.;

C; Abr.-Oct.

Ulex parviflorus Pour.

N. v.: Aliaga blanca, Aulaga morisca.

Es una de las plantas más frecuentes de las zonas no elevadas de la Sierra donde matiza con gran fidelidad la influencia de los vientos húmedos procedentes del litoral, aparece formando parte de los matorrales seriales que se instalan con preferencia sobre suelos profundos, llegando a formar densas formaciones difícilmente transitables. Por contener citisina se le suele utilizar para las enfermedades cardíacas.

Nanofan.; 3-18 dm.; Medit. Occid.; C; Nov.-May.

Vicia sativa

N. v.: Guija, veza.

A veces cultivada como forrajera, interviene igualmente en herbazales nitrófilos tanto ruderales como arvenses. Tanto sus hojas como semillas, contienen cianogénicos que mediante hidrólisis enzimática liberan ácido cianhídrico y pueden por tanto producir envenenamiento en los animales y hombre, por lo que se recomienda su uso con precaución.

Ter. escap.; 1-6 dm.; Subcosmop.; R. Abr.-Jul.

Fam. LINACEAE (Lináceas)

Linum suffruticosum L.

N. v.: Hierba sanjuancera, Lino blanco, Lino nevado.

Es una de las plantas más características y vistosas, cuando está en

flor, de los matorrales soleados, principalmente sobre los que se instalan sobre suelos profundos de tipo margoso. Se le atribuyen propiedades laxantes. Cam. frut.; 3-10 dm.; Medit. Occid.; M; Abr.-Jun.

Fam. LYTHRACEAE (Litráceas)

Lythrum salicaria L.

N. v.: Arroyuela, Frailes, Salicaria.

Resulta habitual en los junciales, carrizales y, en general, densos y elevados herbazales higrófilos que bordean las aguas corrientes o estancadas de la zona. Posee gran cantidad de flavonoides y antocianinas, utilizándose como astringente y cicatrizante. Hemic. escap.; 3-14 dm.; Subcosmop.; M; Jun.-Sep.

Fam. MALVACEAE (Malváceas).

Malva sylvestris L.

N. v.: Malva común.

Es una de las plantas más características, por su fidelidad y vistosidad, de los ambientes ruderalizados próximos a los núcleos habitados. Se le atribuyen propiedades antitusivas, laxantes y emolientes.

Hemic. escap.; 2-6 dm.; Subcosmop.; M; Abr.-Sep.

Fam. MORACEAE (Moráceas).

Ficus carica L.

N. v.: Higuera.

Cultivada a pequeña escala por la zona para el aprovechamiento de sus

frutos, aunque se puede ver de forma espontánea en terrenos abruptos soleados y con preferencia nitrificados. Mesofan.; 2-8 m.; Circunmed.; M; Jun.-Ago.

Morus alba L.

N. v.: Morera, Morera blanca.

Algunos ejemplares sueltos se presentan naturalizados en huertos abandonados como testigos de la importancia que llegó a tener en la zona la industria de la seda.

Macrofan.; 4-10 m.; Chinojap.; R; May.-Jun.

Fam. OLEACEAE (Oleáceas).

Jasminum fruticans L.

N. v.: Bojecillo, Jazmín amarillo.

Se presenta en algunas laderas soleadas, colonizando repisas y pie de roquedos o bien formando parte de los matorrales orla de algunos encinares. Es muy apreciado por sus flores olorosas que encuentran aplicación en alguna ocasión en perfumería y para aromatizar determinadas infusiones.

Nanofan.; 3-15 dm.; Medit. Occid.; R; Mar.-Jun.

Ligustrum vulgare L.

N. v.: Aligustre, Malmadurillo, Olivella.

Lo hemos visto cultivado como ornamental en los alrededores de algunos núcleos habitados para la formación de setos, pero además pueden aparecer ejemplares subespontáneos por las cercanías. Sus hojas son de sabor amargo y se han utilizado como medicinales por sus propiedades astringen-

tes.

Nano/Mesofan.; 1-3 m.; Euriosiber.
Merid.; R; May.-Jul.

Olea europaea L.

N. v.: Acebuche, Olivera, Olivo.

Existen muchas variedades de este taxon, siendo una de ellas la que corresponde a uno de los árboles más frecuentes en los cultivos de secano para el aprovechamiento de sus frutos, especialmente en las áreas bajas y medias. Las hojas del olivo encuentran interesantes aplicaciones medicinales para disminuir la tensión sanguínea, propiedad que parece ser debida a un glucósido amargo, la oleuropeína; también poseen propiedades hipoglucemiantes y antiguamente se utilizaron, por su sabor amargo, como tónicas y febrífugas.

Meso/Macrofan.; 1-15 m.; Circunmed.; C; Abr.-Jun.

Fam. ONAGRACEAE (Onagraceas).

Epilobium hirsutum L.

N. v.: Adelfilla pelosa, Hierba de San Antonio, Rosadelfilla.

Escaso pero localmente abundante en los márgenes de ramblas con curso de agua semipermanente y sometidas a corrientes intensas durante las avenidas. Antiguamente se le usó con frecuencia como emenagogo.

Hemic. escap.; 4-16 dm.; Subcosmop.; M; May.-Sep.

Fam. PAPAVERACEAE
(Papaveráceas).

Fumaria officinalis L.

N. v.: Conejillos, Fumaria, Palomilla.

Frecuente tanto en campos de secano y herbazales nitrófilos no muy húmedos de su entorno. Se utiliza desde muy antiguo ya que se le suponen propiedades diuréticas, depurativas, antiespasmódicas, antiasmáticas, antihistamínicas y antiinflamatorias.

Ter. Escap.; 1-5 dm.; Subcosmop.; C; Abr.-Jul.

Hypochaeris glabra Sibth. & Sm.

N. v.: Ballarina, Boca de guacho, Flores de oro, Zapatillas de la Virgen.

Fundamentalmente planta mesoguera, propia de campos cerealistas, de donde se pasa a veces a los herbazales nitrófilos adosados. Se le suelen atribuir propiedades sedantes.

Ter. escap.; 1-4 dm.; Paleotempl.; M; Mar.-Jun.

Papaver rhoeas L.

N. v.: Ababol, Anapola.

Se encuentra bastante extendida por toda la zona, principalmente en todo tipo de secanos, no faltando tampoco en ningún tipo de herbazales nitrófilos secos anuales de floración primaveral. Se le atribuyen poderes emolientes, antitusiva y sedantes, también se usa para combatir la tos espasmódica, asma y tos ferina.

Ter. Escap.; 1-8 dm.; Subcosmop.; C; Abr.-Jul.

Fam. PLANTAGINACEAE
(Plantagináceas).

Plantago albicans L.

N. v.: Argadillo, Gitanillo, Hierba serpentina, Llantén blanco.

Forma parte de herbazales vivaces secos y matorrales muy aclarados o degradados, sobre todo por las partes no elevadas y más secas. Se ha usado mucho por sus propiedades antihemorroidales.

Cam. sufr.; 1-4 dm.; Circunmed.; M; Abr.-Jul.

Plantago sempervirens Crantz.

N. v.: Llantén de perro, Zaragatona mayor.

Se presenta en las comunidades subnitrófilas vivaces que se instalan sobre cultivos abandonados, márgenes de caminos y terrenos baldíos. Sus semillas contienen gran cantidad de mucílago que cuando se trata forma una masa viscosa, utilizada para la fabricación de estampados para tejidos.

Cam. sufr.; 1-4 dm.; Medit. C-Occid.; M; Abr.-Jul.

Fam. PLANTANACEAE
(Plantanáceas)

Platanus x hybrida Brot.

N. v.: Plátano de paseo.

Es cultivado como ornamental en poblaciones, carreteras y casas de campo, pudiendo observarse a veces ejemplares abandonados de cultivo y más o menos naturalizados. Muy apreciado en jardinería como árbol de sombra, es de crecimiento rápido y soporta bien las podas, aún aquellas tan brutales a que frecuentemente se le somete. Un inconveniente del plátano es el polvillo que se desprende de sus

hojas, muy irritante para las vías respiratorias y que puede producir intensos picores.

Macrofan.; 5-40 m.; Iranotur.; M; May.; Jun.

Fam. POLYGALACEAE
(Poligaláceas).

Polygala rupestris Pour.

N. v.: Polígala.

Frecuente en grietas de paredes soleados, pudiéndose ver algunas veces ejemplares sueltos en matorrales aclarados con poco suelo y de áreas inferiores. Se usa principalmente como expectorante y contra los catarros bronquiales.

Cam. sufr.; 1-4 dm.; Medit. Occid.; M; Abr.-Jul.

Fam. POLYGONACEAE
(Poligonáceas).

Polygonum aviculare L.

N. V.: Centinodia, Sanguinaria mayor.

Abundante en herbazales nitrófilos asentados sobre suelos de cierta humedad, prefiriendo las comunidades arvenses de ecotopos sometidos con frecuencia al pisoteo. Se utiliza por su acción astringente, tónica y hemostática.

Ter. rept.; 1-5 dm.; Cosmop.; C; May.-Oct.

Rumex pulcher L.

N. v.: Acedera, Lengua de bucy, Romaza común.

Frecuente en pastizales subnitrófilos terofíticos que presentan

desarrollo primaveral. Las infusiones de esta planta se han utilizado como limpiador en lavados de boca, encías y dientes, y sus raíces reducidas a polvo se utilizan para lavados faciales, contra las erupciones de la piel.

Hemic. escap.; 3-10 dm.; Holoart.; C; May.-Ago.

Fam. PORTULACEAE
(Portulacáceas).

Portulaca oleraceae L.

N. v.: Verdolaga.

Propia de medios arvenses con aptencia por suelos frescos y sometidos, a veces, al pisoteo. Se le utilizaba para conseguir adelgazar ya que al consumir unas cuantas de sus hojas disminuye la sensación de apetito, posiblemente debido al contenido en mucílagos.

Ter. rept.; 1-4 dm.; Subcosmop.; M; May.-Sep.

Fam. PRIMULACEAE (Primuláceas).

Anagallis arvensis L.

N. v.: Mujares.

Pequeña hierba anual, bastante polimorfa, que aparece extendida por toda la zona, interviniendo en todo tipo de ambientes trastocados, pastizales anuales más o menos alterados y campos de cultivo semiabandonados. Aunque se ha llegado a utilizar como verdura en ensaladas, es una planta bastante tóxica, ya que el simple contacto con sus hojas puede provocar dermatitis, en los animales que la ingieren suele apreciarse irritación en el

intestino y espasmos en el sistema nervioso.

Ter. rept.; 5-20 cm.; Subcosmop.; C; Mar.-Oct.

Coris monspeliensis L.

N. v.: Hierba pincel, Periquillo.

Resulta bastante frecuente por los matorrales secos y soleados, con frecuencia situados en zonas trastocadas. Desde muy antiguo se le utilizó contra las enfermedades venéreas aunque hoy ha caído en el olvido. Cam. Sufr.; 5-25 cm.; Medit. C-Occid.; C; Abr.-Jun.

Samolus valerandi L.

N. v.: Lechuguilla, Pamplina de agua.

Presente en juncuales y herbazales higrófilos sobre suelos siempre húmedos, pasando incluso a tobas y roquedos rezumantes. Se le atribuyen propiedades vulnerarias.

Hemic. escap.; 5-30 cm.; Subcosmop.; M; May.-Sep.

Fam. RAFFLEXIACEAE
(Raflesiáceas).

Cytinus hypocistis (L.) L.

N. v.: Téticas de doncella, Granadilla, Hipocisto, Turmezuela.

Se presenta parasitando a diferentes especies de jaras de flores blancas, apareciendo en los matorrales secos y soleados. Su zumo se suele gastar para contener los cursos diarreicos y para reprimir las menstruaciones demasiado copiosas.

Geof. par.; 3-10 cm.; Circunmed.; R; Abr.-Jun.

Fam. RANUNCULACEAE
(Ranunculáceas).

Adonis vernalis L.

N. v.: Flor de Adonis.

Resulta bastante raro en algunas umbrías frescas con suelos más o menos profundos, habiéndose localizado también escasas poblaciones en pedregales. Se usa desde la época de Hipócrates contra las afecciones del corazón, además se usa por su acción diurética y sedante. Actúa sobre los músculos del corazón, pero más suavemente que la digitalina ya que dilata los vasos coronarios.

Hemic. escap.; 1-3 dm.; Eurosiber. Merid.; R; Abr.-May.

Clematis flammula L.

N. v.: Jazmín de monte, Vidriera.

Hermosa planta trepadora, propia de matorrales perennifolios instalados en zonas soleadas de áreas no elevadas. Sus tallos y hojas frescas son fuertemente irritantes y colocados sobre la piel producen gran inflamación. Antiguamente parece que era frecuente que los mendigos pécaros usaran esta planta para restregársela por piernas y brazos con objeto de provocar lástima y compasión a los crédulos, solicitándoles así más limosna a la puerta de las iglesias. Fan. Escad.; 1-4 m.; circunmed.; M; Jul.-Sep.

Delphinium gracile DC.

N. v.: Espuela de caballero.

Interviene en campos abandona-

dos, terrenos baldíos y matorrales secos muy degradados. Es una planta bastante tóxica, a la que también se atribuyen propiedades hipnóticas debido a los alcaloides que contiene.

Ter. escap.; 1-8 dm.; Medit. Occid.; M; Jun.-Oct.

Ranunculus repens L.

N. v.: Botón de Oro, Bugalla, Ranúnculo de prado, Redebollas.

Aparece formando parte de los herbazales jugosos siempre húmedos que se encuentran instalados en los márgenes de pequeños cursos de agua, sometidos a corrientes rápidas durante las avenidas. Aunque se ha utilizado para curar diversas afecciones, no se debe utilizar en ningún caso ya que es bastante tóxica.

Hemic. escap.; 2-6 dm.; Euroasiat.; M; Abr.-Jun.

Fam. RESEDACEAE (Resedáceas).

Reseda lutea L.

N. v.: Gualdón, Pacífica.

Frecuente en herbazales propios de hábitats ruderalnitrófilos, pudiendo aparecer en algunos claros de matorrales alterados. Se usaba antiguamente para teñir de amarillo la ropa.

Ter. escap./Hemic. escap.; 1-5 dm.; Euricircunmed.-Iranotur.; C; Abr.-Jun.

Reseda phyteuma L.

N. v.: Gualdilla, Sesamoide menor, Sosieganiño.

Se presenta extendida en campos de cultivo, terrenos alterados y herbazales nitrófilos diversos. Sus ho-

jas y tallos tiernos se han usado como verdura en tiempos de escasez.

Ter. escap./Hemic. bien.; 1-4 dm.; Euricircunmed.; C; Abr.-Jul.

Fam. RHAMNACEAE (Rhamnáceas).

Rhamnus alaternus L.

N. v.: Aladierno, Carrasquilla, Coscollina, Madierno, Sanguino.

Resulta bastante frecuente en zonas boscosas y en matorrales elevados esclerófilos de áreas de poca altitud. También suele presentarse en pedregales donde, a veces, aparecen formas algo diferentes y que suelen describir como variedades diferentes. Sus hojas y ramas son ricas en taninos y poseen propiedades astringentes.

Nano/Mesofan./Cam. frut.; 2-30 dm.; Circunmed.; M; Mar.-May.

Rhamnus lycioides L.

N. v.: Alaterno espinoso, Escambrones, Espino negro.

Interviene en los matorrales que colonizan las zonas más secas y soleadas, pudiendo penetrar en las zonas más frías refugiándose en las hendiduras de los roquedos de solana. Se ha usado desde antiguo para aprovechar su madera y el carbón de ella.

Nanofan./Cam. frut.; 1-20 dm.; Medit. Occid.; M; Abr.-Jun.

Fam. ROSACEAE (Rosáceas).

Amelanchier rotundifolia (Lam.) Dum.-Cours.

N. v.: Durillo agrio, Guillomo.

Se pueden ver algunos ejempla-

res aislados formando parte de los matorrales que orlan carrascales umbrosos, pero lo más frecuente es verlo en comunidades rupícolas, generalmente poco soleadas, donde puede resultar dominante. Su leño se ha empleado en ocasiones para tratar las afecciones renales y la planta en general como hipotensora. Nano/Mesofan.; 1-3 m.; Eurimedit. Sept.; M; Abr.-May.

Crataegus monogyna Jacq.

N. v.: Espino albar, Majuelo.

Interviene en los espinares y altos matorrales que orlan algunos bosques mixtos. También es posible verlo por vaguadas, barrancos y vallonadas húmedas buscando suelos frescos y profundos. El majuelo se ha empleado desde antiguo para formar setos espinosos y como patrón en que injertar los perales y otros frutales de la familia.

Mesofan.; 1-5 m.; Paleotempl.; M; Abr.-Jun.

Potentilla reptans L.

N. v.: Cinco en rama, Pie de gallina, Potentilla.

Habitual en zonas habitadas o frecuentadas, donde se presenta en los juncuales y herbazales nitrófilos húmedos alterados. Es considerada en muchas zonas como símbolo de la sabiduría.

Hemic. Rept.; 2-8 dm.; Holoart.; M; Abr.-Nov.

Prunus dulcis (Mill.) D. A. Webb.

N. v.: Almendro.

Mediante sus distintas variedades es uno de los cultivos más frecuentes de los campos de secano debido a que es

un árbol poco exigente y a las distintas utilidades que tienen sus frutos y sobre todo sus semillas, aunque su temprana floración lo hace muy sensible a las heladas tardías por lo que la cosecha muchos años es mínima. También se encuentran ejemplares asilvestrados por caminos y linderos.

Mesofan.; 3-8 m.; Iranotur.; C; Feb.-Abr.

Prunus spinosa L.

N. v.: Endrino, Arañón.

Bastante frecuente en espinares, cascajales, laderas pedregosas y zonas marginales de algunos viñedos u otros cultivos, buscando los suelos más o menos profundos. Sus frutos se usan como astringentes y a que contienen gran cantidad de taninos a los que deben su gran aspereza y dureza, por lo que sería interesante seguir el consejo de algunos pastores y esperar las primeras escarchas para que los ablanden. Nano/Mesofan.; 5-30 dm.; Euriosiber. Latemerid.; M; Abr.-May.

Rosa micrantha Borrer ex Sm.

N. v.: Agavanzo, Escaramujo, Rosal silvestre.

Dispersa en los matorrales espinosos que rodean zonas de bosque, tanto perennifolios como mixtos con caducifolios. Se suele utilizar como patrón para las diversas razas que en jardinería, el hombre lleva seleccionando desde tiempo inmemorial.

Fan. escand.; 1-3 m.; Euriosiber. Merid.; M; May.-Jul.

Rubus ulmifolius Schott.

N. v.: Zarzamora.

Frecuente en distintos ecotopos situados sobre sustratos algo húmedos y preferentemente sombreados. Sus frutos, las moras, se suelen consumir por ser refrescantes y de sabor agradable, empleándose también para hacer confituras y mermeladas, para teñir la lana, dar color a los vinos, preparar bebidas alcohólicas y jarabes, y como medicinales por sus propiedades astringentes.

Fan. Escand.; 1-6 m; Euriosiber. Latemerid.; C; May.-Ago.

Sanguisorba minor Scop.

N. v.: Pimpinela menor.

Se presenta por zonas relativamente elevadas, formando parte de los pastizales vivaces sobre suelos bien constituidos y no secos. En tiempos de escasez se han usado sus hojas como verdura para preparar sopas y ensaladas ya que desprenden un aroma similar al de las nueces y tiene un sabor que recuerda al del pepino.

Hemic. escap.; 1-5 dm.; Holoart.; M; Abr.-Sep.

Fam. RUBIACEAE (Rubiáceas).

Rubia peregrina L.

N. v.: Raspalengua, Roja, Rubia silvestre.

Común en los ambientes umbreros provocados por encinares y coscojares espesos, aunque penetra con facilidad en cualquier tipo de comunidades forestales densas. Sus frutos esféricos y de color negruzco se suelen utilizar como tinte de alimentos y ropa.

Fan. escand.; 3-20 dm.; Euricircunmed.-
Macaron.; C; Abr.-Jun.
Fam. RUTACEAE (Rutáceas).

Ruta angustifolia Pers.

N. v.: Ruda menor.

Planta propia de matorrales
abiertos y soleados, asentados en zonas
nunca muy elevadas. Desde muy anti-
guo se han conocido sus propiedades
abortivas, incluso durante mucho tiem-
po existió la creencia de que las muje-
res embarazadas no debían ni rozar una
mata ya que abortarían sin remedio.
Cam. sufr.; 2-7 dm.; Medit. C-Occid.;
M; Abr.-Jul.

Fam. SALICACEAE (Salicáceas).

Populus alba L.

N. v.: Alamo, Chopo blanco.

Poco frecuente en hábitats
ribereños sobre suelos profundos don-
de forma parte de la vegetación poten-
cial de los cursos de agua, aunque tam-
bién se puede ver cultivado como or-
namental por caminos y poblaciones.
Tiene un crecimiento bastante rápido y
unas raíces muy cundidoras por lo que
se suele plantar con prudencia en las
cercanías de cultivos y conductos de
agua.

Macrofan.; 5-20 m.; Paleotempl; R;
Mar.-May.

Populus nigra L.

N. v.: Alamo negro, Chopo.

Bastante más extendido que el
anterior, buscando los suelos frescos con
capa freática accesible. Se encuentra
favorecido por el hombre por lo que es

cultivado con frecuencia por su made-
ra, a través de los diferentes cultivares
mejorados.

Macrofan.; 5-40 m.; Paleotempl.; M;
Mar.-May.

Salix purpurea L.

N. v.: Mimbrera roja, Sagatillo, Sauce
rojo.

Presente de forma esporádica en
algunas comunidades riparias situadas
sobre ramblas de escaso o nulo caudal.
Es uno de los sauces mas utilizados
para la obtención de mimbres, por cuyo
motivo se suele cultivar aunque tam-
bién se ha llegado a plantar como orna-
mental.

Mesofan.; 1-4 m.; Euroasiat.; M; Abr.-
May.

Fam. SANTALACEAE (Santaláceas).

Thesium divaricatum Janç ex Mert. &
Koch.

N. v.: Tesia.

Disperso por matorrales secos y
laxos, así como en los pastizales viva-
ces de sus claros, sobre todo tipo de
sustratos aunque con preferencia por
los muy ricos en bases y pedregosos. Es
usado con frecuencia como diurético.
Hemic. escap./Cam. sufr.; 1-4 dm.;
Euricircunmed. Latesept.; M; Abr.-Jul.

Fam. SAXIFRAGACEAE
(Saxifragáceas).

Saxifraga latepetiolata Willk.

N. v.: Bálsama.

Interesante endemismo
iberolevantino presentando una de sus

principales poblaciones en nuestra zona. Propia de grietas y repisas sombreadas de los roquedos elevados a los que da una nota de color y belleza cuando se encuentra en plena floración. Se ha usado como vulneraria para combatir las heridas y golpes.

Hemic. bien.; 1-3 dm.; Iberolev.; M; Abr.-Jun.

Fam. SCROPHULARIACEAE
(Escrofulariáceas).

Chaenorrhinum organifolium (L.)

Fourr.

ssp. crassifolium (Cav.) Riv. Goday & Borja.

N. v.: Espuelilla carnosa.

Constante en todo tipo de comunidades rutícolas buscando siempre los roquedos más solcados y abruptos, incluso los muros o fachadas de edificaciones antiguas, sobre todo por sus partes más secas y menos frías de las mismas. Se han usado para las afecciones de la piel.

Cam. sufr.; 5-20 cm.; Medit. Occid.; C; Abr.-Jul.

Digitalis obscura L.

N. v.: Azalda, Chupamieles, Dedaleras, Digital negra, Estallones.

Dispersa por matorrales solcados, asentados con frecuencia sobre sustratos margosos, generalmente degradados o antropizados. Aunque antiguamente se le suponían poderes psicotrópicos y mágicos, es una planta bastante tóxica pudiendo producir fuertes dolores digestivos y arritmia cardíaca.

Cam. sufr.; 2-10 dm.; Medit. Occid.;

M; Abr.-Jul.

Verbascum sinuatum L.

N. v.: Gordolobo cenicero.

Presente en herbazales nitrófilos vivaces instalados por márgenes de caminos, terrenos baldíos y alrededores de corrales y zonas habitadas. Antiguamente se utilizaban sus hojas para envolver una moneda de plata ya que se creía que esta planta protegía a los viajeros que atravesaban los bosques oscuros y profundos frente a los ataques de los lobos y otras bestias.

Hemic. bien.; 4-10 dm.; Eurimedit.-Iranotur.; M; May.-Ago.

Veronica hederifolia L.

N. v.: Hierba gallinera, Té de Europa.

Interviene en los campos de cultivo y herbazales secos anuales, de carácter subnitrófilo, y preferentemente no muy soleados. Se suele usar como infusión como sustituto del té, aunque algunos lo encuentran más astringente y menos agradable.

Ter. escap.; 1-6 dm.; Euroasiat.; M; Feb.-May.

Fam. SIMAROUBACEAE
(Simarubáceas).

Ailanthus altissima (Mill.) Swingle.

N. v.: Ailanto, Arbol del cielo, Zumaque falso.

Ejemplares naturalizados, casi nunca de gran tamaño, pueden encontrarse dispersos en cunetas, márgenes de caminos y diversos medios antropizados. Debido a su rápido crecimiento en altura, de ahí lo del árbol del

cielo, se suele cultivar como ornamental y para fijar terrenos sueltos, compensando su mal olor, especialmente los ejemplares masculinos, con los pocos cuidados que requiere.

Meso/Macrofan.; 1-20 m.; Chinojap.; M; May.-Jun.

Fam. SOLANACEAE (Solanáceas).

Solanum nigrum L.

N. v.: Hierba mora, Tomatillos del diablo.

Relativamente frecuente en medios ruderales y arvenses hipemitricados y a menudo con bastante humedad edáfica. Aunque en algunas ocasiones se ha consumido como verdura es una planta bastante tóxica, particularmente sus bayas inmaduras debido a su contenido en solaninas que pueden dar fuerte irritación del tracto digestivo.

Ter. escap.; 1-6 dm.; Cosmop.; M; Abr.-Nov.

Fam. THYMELAEACEAE
(Tímeleáceas).

Daphne gnidium L.

N. v.: Bufalaga, Matapollo, Torvisco.

Corriente en matorrales esclerófilos y pinares de carrasco aclarados de las áreas poco elevadas y soleadas con suelos de cierta profundidad. Su corteza se separa con facilidad de la parte leñosa, siendo empleada desde muy antiguo por sus propiedades purgantes.

Nanofan.; 8-18 dm.; Medit. C-Occid.; C; Jun.-Sep.

Fam. ULMACEAE (Ulmáceas).

Celtis australis L.

N. v.: Almez, Latonero, Lironero.

Cultivado en los alrededores de algunas viejas casas de labranza, a veces también puede verse formando parte de los bosques ribereños caducifolios. Se ha plantado desde muy antiguo para el aprovechamiento de su madera que debido a su extraordinaria dureza se usa para fabricar aperos, mango y astiles de instrumentos agrícolas.

Macrofan.; 5-20 m.; Circunmed.; R; Abr.-May.

Ulmus minor Mill.

N. v.: Negrillo, Olmo.

Aunque cada día más escaso debido a diversas enfermedades criptogámicas, aparece espontáneo en algunos bosques ribereños que orlan ramblas y barrancos donde encuentra suelos profundos y húmedos. También puede verse cultivado en márgenes de caminos y zonas habitadas. Existe la creencia de que es uno de los mejores protectores contra los rayos, no solamente el árbol sino también los bastones fabricados con su madera.

Macrofan.; 5-50 m.; Euroasiat.; M; Mar.-Abr.

Fam. UMBELLIFERAE
(Umbelíferas).

Bupleurum fruticosens L.

N. v.: Hinojo de perro.

Frecuente en casi todo tipo de matorrales secos, sin llegar a ser dominante en ningún caso. Aunque se ha llegado a usar como diurético y expectorante es bastante tóxico por lo que es poco recomendable.

Am. frut.; 3-10 dm.; Medit. Occid.; C;
Jun.-Sep.

Daucus carota L.

N. v.: Zanahoria.

Planta muy polimorfa que coloniza siempre medios antropizados y a través de sus distintas variedades se suele cultivar para el aprovechamiento de sus raíces utilizándose como remineralizante, diurética y oftálmica. Hemic. bien.; 3-8 dm.; Subcosmop.; R;
May.-Oct.

Eryngium campestre L.

N. v.: Cardo corredor, Cardo setero.

Especie de amplio espectro ecológico, que forma parte de algunos pastizales vivaces secos y de matorrales aclarados, instalándose tempranamente en campos abandonados y terrenos baldíos. Antiguamente el conocimiento de su raíz se usaba para descansar los pies de los que han caminado mucho.

Hemic. escap.; 15-40 cm.;
Euricircunmed.; C; Jun.-Ago.

Thapsia villosa L.

N. v.: Arzolla, Candileja, Pancierba,

Tuero, Zumillo.

Dispersa como planta pionera en matorrales muy aclarados y pastizales vivaces secos, especialmente sobre sustratos arenosos. Se solía utilizar para utilizarla como resina y como tinte.

Hemic. escap.; 3-18 dm.; Medit. Occid.;
M; May.-Jul.

Fam. URTICACEAE (Urticáceas).

Parietaria judaica L.

N. v.: Morella roquera, Parietaria.

Corriente en muros y paredones de corrales y otras edificaciones más o menos antiguas, pudiendo aparecer también en hábitats ruderales cercanos situados a sus pies. Se suele emplear con diurética.

Hemic. escap.; 2-6 cm.; Euricircunmed.;
M; Mar.-Nov.

Urtica urens L.

N. v.: Ortiga menor, Picamoscas, Picasama.

Frecuenta todo tipo de herbazales nitrófilos anuales, especialmente los más enriquecidos en materia orgánica, como son estercoleros, basureros o campos muy abonados. El contacto de sus hojas con la piel suele producir erupciones cutáneas por lo que no es una planta muy apreciada popularmente aunque en algunas ocasiones se suele utilizar para la artritis.

Ter. escap.; 1-4 dm.; Subcosmop.; M;
Abr.-Nov.

Fam. VERBENACEAE (Verbenáceas).

Verbena officinalis L.

N. v.: Verbena.

Habitual en los juncuales y herbazales húmedos más o menos frecuentados o antropizados, que colonizan márgenes de acequias y depresiones húmedas. Desde antiguo se ha considerado como una planta sagrada, incluso los romanos tenían la costumbre de golpear con ella los contratos y textos legales para mostrar que los dioses velaban por su buena aplicación.

Hemic. escap.; 2-7 dm.; Cosmop.; M; Jun.-Oct.

Fam. VIOLACEAE (Violáceas).

Viola alba Besser.

ssp. denhardtii (Ten.) W. Becker.

N. v.: Violeta blanca.

Forma parte del sotobosque de carrascales y coscojares densos donde encuentra una sombra y humedad casi permanente. Se suele utilizar por sus propiedades expectorantes y eméticas. Hemic. ros.; 5-15 cm.; Euricircunmed. Latesept.; M; Feb.-Abr.

Viola rupestris F. W. Schmidt.

N. v.: Violeta de roca.

Dispersa por matorrales aclarados aunque es más frecuente verla en lugares que han sufrido algún incendio y están en proceso de regeneración. En ocasiones se ha gastado contra las afecciones cutáneas.

Hemic. escap.; 3-10 cm.; Eurosiber. Latemerid.; M; Abr.-May.

Fam. VITACEAE (Vitáceas).

Vitis vinifera L.

N. v.: Vid.

Especie ampliamente cultivada en los numerosos campos de secano del territorio, a través de sus distintas variedades que también pueden verse asilvestradas, llegando a ser la base económica de la Comarca. Sus frutos, las uvas, son de los más apreciados, nutritivos y ricos en vitaminas, se asociaban en la antigüedad a orgías y bacanales, y modernamente a las fiestas de fin de año, secas constituyen las pasas, muy nutritivas y utilizadas en medicina popular como pectorales; las uvas inmaduras o agraces se consideran refrigerantes; de los sarmientos mana en primavera el agua de cepas que se considera desde tiempo inmemorial como aperitiva, diurética y excelente remedio contra la inflamación de ojos; los pámpanos y brotes tiernos son ricos en taninos y antocianos, habiéndose empleado como astringente contra las diarreas, hemorragias nasales y uterinas; las uvas maduras tienen también propiedades laxantes, lo mismo que el mosto, y son ricas en ácidos orgánicos y azúcares reductores, por lo que se han empleado también en dietética. Pero el importante mayor de la vid es para obtener, por fermentación del mosto, el vino y todos sus derivados. El vino es excelente vehículo de medicamentos y tiene por sí mismo propiedades tónicas e hipotensoras.

Fan. escand.; 1-3 m.; Circunmed.; C; May.-Jun.

Fam. ZYGOPHYLLACEAE
(Zigofiláceas).

Tribulus terrestris L.

N. v.: Abrojo, Espigón, Mormaga.

Planta procumbente adaptada a medios ruderalizados secos y soleados, sobre todo en hábitat nitrófilos pisoteados. Sus frutos se suelen utilizar para combatir ciertas enfermedades del aparato urinario y como tónicos.

Ter. rept.; 1-10 dm.; Cosmop.; R; May.-Oct.

4.-MONOCOTILEDONEAS

Fam. AMARYLLIDACEAE
(Amarilidáceas).

Narcissus assoanus Duf.

N. v.: Narciso menor.

Salpica los matorrales degradados o aclarados y los pastizales vivaces secos de su entorno. Es característica su presencia en zonas que hayan sufrido incendios forestales. Ocasionalmente se utilizaba la infusión de sus flores para masajes, al objeto de calmar dolores, ansiedad y relajar el organismo. Geof. Bulb.; 1-3 dm.; Medit. Noroccid.; R; Mar.-May.

Fam. CYPERACEAE (Ciperáceas).

Carex hallerana Asso.

N. v.: Lastoncillo.

Resulta bastante frecuente en matorrales secos, bosquetes no muy densos e incluso grietas de roquedos, sobre todo por las áreas no elevadas. Se suele utilizar como diurético y sudorífero.

Hemic. cesp.; 1-4 dm.; Euricircunmed.

Latesept.; C; Abr.-Jun.

Scripus holoschoenus L.

N. v.: Junco.

Constante en márgenes de acequias y cursos de agua, así como en todos aquellos lugares con suelo profundo que dispongan de agua subterránea cerca de la superficie donde puede llegar a formar poblaciones monoespecíficas. En muchas zonas se utiliza su presencia como indicadora de la existencia de agua dulce en zonas aparentemente secas.

Geof. riz.; 3-20 dm.; Paleotempl.; C; Jun.-Jul.

Fam. GRAMINEAE (Gramíneas).

Aegilops geniculata Roth.

N. v.: Trigo montesino.

Frecuente en los pastizales anuales subnitrófilos y secos que colonizan campos abandonados, terrenos baldíos y claros de matorrales muy degradados. En algún momento se ha intentado conferir a los trigos comestibles, resistencia frente a algunos hongos hibridándolos con estas plantas ya que se une de forma espontánea con los trigos tetraploides debido a que están muy emparentados genéticamente.

Ter. escap.; 5-20 cm.; Eurimedit.-Iranotur.; C; May.-Jun.

Arundo donax L.

N. v.: Caña común.

La encontramos cultivada desde antiguo como ornamental en zonas no elevadas. También la podemos ver espontánea por ramblas y depresiones

húmedas donde puede ser localmente abundante. Las cañas se han utilizado desde antiguo para hacer construcciones temporales como soportes de cultivos de huerta, esteras, celosías, cielos rasos o cobertizos. En medicina popular se usaba su rizoma como diurético y para dar a las madres que quieren destetar a sus hijos, pues en algunos sitios existe la creencia de que frena la producción de leche.

Geof. riz.; 1-6 m.; Centroasiat.; M; Jul.-Oct.

Avena sativa L.

N. v.: Avena común.

Se cultiva como cereal comestible, pudiendo observarse casi siempre algunos ejemplares sueltos subespontáneos por las proximidades de los cultivos de secano.

Ter. escap.; 4-12 dm. Eurimedit.-Iranotur.; M; May.-Jun.

Brachypodium retusum (Pers.) Beauv.

N. v.: Fenal, Fenazo, Lastón ramoso.

Frecuente en pastizales secos vivaces sometidos a un fuerte pastoreo y a la quema periódica. También se le puede ver penetrando en matorrales y bosquetes diversos en donde persiste en un ambiente sombrío aunque aquí suele ser estéril. Se ha utilizado en ocasiones como laxante.

Geof. riz./Hemic. cesp.; 1-5 dm.; Medit. C-Occid.; C; May.-Jun.

Bromus hordaceus

N. v.: Espiguilla.

Interviene en pastizales subnitrófilos densos, constituidos por mezclas de hierbas anuales y vivaces

que colonizan terrenos algo húmedos y bastante antropizados. Antes de florecer es bastante buscada por el ganado y diversos animales como alimento.

Ter. escap.; 1-4 dm.; Subcosmop.; C; Mar.-May.

Cynodon dactylon L.

N. v.: Grama, Pic de gallina.

Tiene su ambiente óptimo en pastizales vivaces frecuentados por las proximidades de cursos de agua y hondonadas húmedas, pero que se adapta bien al pisoteo invadiendo campos de cultivo y zonas viarias. Se suele utilizar para céspedes, aunque también debido a que sus rizomas contienen mucho almidón, han sido consumidos en tiempos de escasez.

Geof. riz.; 1-5 dm.; Subcosmop.; M; Mar.-Nov.

Hordeum vulgare L.

N. v.: Cebada.

Por medio de distintas variedades se cultiva extensamente por la zona, como cereal empleado mayoritariamente para el alimento del ganado, pudiendo encontrarse ejemplares subespontáneos por márgenes de caminos y barbechos. El cariópside germinado y desecado se denomina malta y con ella se prepara un sucedáneo del café, muy nutritivo. También es empleada industrialmente como componente para la fabricación de bebidas como la cerveza y el whisky.

Ter. escap.; 5-15 dm.; Holoart.; C; Jun.-Jul.

Phragmites australis (Cav.) Trin. ex Stendel.

N. v.: Carrizo.

Frecuente en medios permanentemente encharcados o excepcionalmente secos en verano, formando masas con frecuencia monoespecíficas. Sus tallos son utilizados asiduamente para hacer esteras, cestas, techados, cobertizos o tutores de plantas tiernas.

Geof. riz./Helóf.; 4-40 dm.; Cosmop.; C; Ago.-Oct.

Stipa tenacissima L.

N. v.: Atocha, Esparto.

Interviene en los matorrales laxos y pastizales vivaces más secos, formando a veces espatales relativamente densos, en zonas no elevadas. Sus tallos se empleaban como escobas bastas, para fabricar capachos para el prensado de la uva y la aceituna, para hacer bandas trenzadas conocidas como pleitas que se gastaban para hacer cestos, serones, espuelas y costales.

Cam. sufr./Hemic. cesp.; 8-18 dm.; Medit. Suroccid.; M; May.-Jul.

Triticum aestivum L.

N. v.: Trigo.

Se elige este taxon como el más representativo de las diferentes especies del género que han sido cultivadas desde antiguo para su aprovechamiento alimenticio, también pueden verse de modo subespontáneo en rastrojeras y márgenes de caminos.

Ter. escap.; 4-12 dm.; Asiat. occid.; M;

May.-Jul.

Fam. IRIDACEAE (Iridáceas).

Crocus sativus L.

N. v.: Azafrán.

Aparece cultivado por algunos huertos como planta alimenticia, para aprovechar los estigmas de sus flores, pudiendo permanecer algunos ejemplares cuando se abandona su cultivo, llegando así a naturalizarse.

Geof. Bulb.; 5-15 cm.; Medit. Suroccid.; R; Oct.-Dic.

Gladiolus illyricus Koch.

N. v.: Gladiolo menor.

Disperso en matorrales aclarados y pastizales vivaces secos donde busca los lugares más soleados. Se le puede ver cultivado como ornamental en algunas viejas casas de labranza.

Geof. bulb.; 15-45 cm.; Eurimedit. Latesept.; R; May.-Jul.

Iris germanica L.

N. v.: Lirio común.

Se encuentra con cierta frecuencia cultivado para adornar algunos jardines, también se suele asilvestrar en ribazos y linderos.

Geof. riz.; 4-10 dm.; Medit.; M; Abr.-May.

Fam. JUCACEAE (Juncáceas).

Juncus articulatus L.

N. v.: Junquillos.

Bastante corriente en los márgenes de lugares temporalmente inundados sobre sustrato arcilloso. Suele ser utiliza-

do para hacer cubiertas, persianas, cestas, y artes de pesca.

Geof. riz.; 1-5 dm.; Holoart.; C: May-Ago.

Fam. LILIACEAE (Liliáceas).

Allium roseum L.

N. v.: Ajo de bruja.

Disperso en algunos huertos y campos abandonados de áreas poco elevadas de la zona. En épocas de escasez se han utilizado como comestibles, aunque tienen un sabor de ajo demasiado fuerte.

Geof. bulb.; 2-7 dm.; Plcotempl; M; Abr.-Jul.

Aphyllantes monspeliensis L.

N. v.: Juncia, Junquillo falso.

Forma parte de los matorrales camefiticos y pastizales vivaces de áreas no demasiado secas ni muy elevadas. Se ha utilizado en ocasiones en cestería aunque no suele ser muy apreciado.

Hemic. escap.; 1-4 dm.; Medit. C-Occid.; M; May.-Jul.

Asphodelus ramosus L.

N. v.: Asfodelo, Gamón.

Disperso por matorrales aclarados o degradados y pastizales secos de sus claros, siempre en terrenos muy pastoreados, quemados o bastante erosionados. Antigüamente sus raíces se utilizaban para tratar alopecias y hacer crecer los cabellos.

Geof. tuber.; 5-16 dm.; Medit. C-Occid.; M; Abr.-Jul.

Muscari neglectum Guss. ex Ten.

N. v.: Mayos, Nazarenos.

Frecuente en los lindes de cultivos, márgenes de caminos y baldíos donde forma parte de los herbazales nitrófilos que habitan estos medios. Sus bulbos secos se suelen utilizar en aplicaciones externas para el tratamiento de pieles enrojecidas.

Geof. bulb.; 5-25 cm.; Euricircunmed.; C: Mar.-Jun.

Ruscus aculeatus L.

N. v.: Brusco, Rusco.

Se presenta formando parte de los bosques perennifolios o matorrales de sus series dinámicas, buscando las zonas sombreadas o particularmente protegidas del frío y la insolación. Se suele utilizar para sacar un extracto, para descansar los pies y cremas para el tratamiento de la celulitis, debido posiblemente a su papel como vaso constrictor y activador de la circulación.

Geof. riz.; 2-6 dm.; Euricircunmed. Latenoroccid.; R; Oct.- Abr.

Fam. ORCHIDACEAE (Orquidáceas)

Epipactis atrorubens (Hoffm.) Besser.

N. v.: Blanquilla .

Dispersa por pinares de montaña y bosques mixtos más o menos aclarados de áreas relativamente elevadas. En alguna ocasión se ha intentado cultivar como ornamental aunque resulta difícil su propagación debido a que requiere la presencia de hongos micorrizógenos.

Geof. riz.; 2-5 dm.; Euriosiber. latemerid.; R; Jun.-Jul.

Fam. TYPHACEAE (Tifáceas).

Typha angustifolia L.

N. v.: Espadaña, Enea.

Se presenta de forma esporádica en zonas temporalmente encharcadas, ocupando las hondonadas húmedas o sus márgenes. Antiguamente se utilizaban para fabricar papel y en ocasiones sus tallos se gastan como guías para los cohetes de feria.

Helóf.; 1-3 m.; Holoart.; R; Jun.-Jul.

4.-CONCLUSIONES.

Se realiza un estudio detallado sobre la flora vascular de la Sierra de Juan Navarro y su zona de influencia, para ello se han tenido en cuenta los factores del medio físico que más influyen en la vida vegetal y se ha confeccionado

un catálogo florístico de las especies más interesantes, adjuntando para cada taxon datos de importancia sobre su comportamiento ecológico, corológico, usos, etc.

Se observa que en la flora del territorio dominan los elementos mediterráneos y el biotipo que se presenta con mayor frecuencia son los hemieptófitos, seguido muy de cerca por los terófitos.

La influencia humana ha dado como resultado una vegetación con fuertes influencias antropozógenas. La mayoría de los ecosistemas naturales han sido modificados en beneficio de los cultivos agrícolas, en los que se basa parcialmente la economía de la zona.

Consideramos que el estudio florístico de un territorio aporta una serie de datos de gran interés, que pueden servir de fundamento a otros trabajos que con posterioridad se realicen para conseguir la interpretación y el conocimiento del territorio.



DIGITALIS OBSCURA



PRUNUS SPINOSA



CISTUS ALBIDUS



ASPHODELUS RAMOSUS

5. BIBLIOGRAFIA

- ANDREU, V. (1986). Estudio de los suelos y su distribución en las áreas de San Antonio y Villar de Tejas (Valencia). Tes. Lic. inéd. Fac. Farm. Valencia.
- BRAUN-BLANQUET, J. (1979). Fitosociología. 5.ª Ed. Ed. Blume. Madrid.
- BERNABEU, R. (1982). Historia de Requena. Graf. Molina. Requena.
- BOLOS, O. de & VIGO, J. (1984). Flora dels Països Catalans, I-II. Ed. Barcino. Barcelona.
- CASTROVIEJO, S. et al. (Edits.) (1986). Flora Ibérica, I-II. Ed. Real Jardín Botánico, C. S. I. C. Madrid.
- COSTA, M. (1982). Pisos bioclimáticos y series de vegetación en el área valenciana. Cuad. Geogr. 31:120-142. Valencia.
- FONT, P. (1953). Diccionario de Botánica. Ed. Labor. Barcelona.
- FONT, P. (1963). Plantas medicinales. Ed. Labor. Barcelona.
- GARCIA, E. (1989). Estudio de la Flora Vascular de la Sierra de Juan Navarro (La Plana de Requena-Utiel). Tes. Lic. inéd. Fac. Biol. Valencia.
- LOPEZ, G. (1977). Catálogo florístico de la Serranía de Cuenca. Tes. Doc. inéd. Fac. Farmacia. Madrid.
- MATEO G. (1983). Estudio de la Flora y Vegetación de las Sierras de Mira y Talayuelas. Monografías I. C. O N. A., 31. Madrid.
- MATEO, G. & FIGUEROLA, R. (1987). Flora analítica de la provincia de Valencia. Inst. Alf. el Mag. Valencia.

PAU, C. (1887-1895). Notas botánicas a la Flora Española. I-VI. Esc. Tip. del Hosp. Madrid/Imp. y Lib. de Romaní y Suay. Segorbe.

PIGNATI, S. (1982). Flora d'Italia, I-III. Ed. Edagricole. Bologna.

RIVAS-MARTINEZ, S. (1986). Memoria del mapa de vegetación de las series de España. Min. de Agric. Madrid.

TUTIN, T. G. et al. (Eds.) (1964-1980). Flora Europaea. I-V. Camb. Univ. Press. Cambridge.



VIOLA ALBA



PISTACIA LENTISCUS



PISTACIA TEREBINTHUS



TYPHA ANGUSTIFOLIA

APENDICE GRAFICO

Amelanchier rotundifolia	Pinus halepensis
Asphodelus ramosus	Pinus pinaster
Celtis australis	Pistacia lentiscus
Cistus albidus	Pistacia terebinthus
Cistus clusii	Polypodium cambricum
Cistus laurifolius	Prunus spinosa
Coriaria myrtifolia	Quercus coccifera
Cytisus heterochrous	Quercus faginea
Clematis flammula	Quercus rotundifolia
Digitalis obscura	Rhus coriaria
Equisetum telmateja	Rosmarinus officinalis
Erica multifloraç	Rubia peregrina
Erinacea anthyllis	Rubus ulmifolius
Genista scorpius	Ruscus aculeatus
Iris germánica	Taxul baccata
Juniperus communis	Typha angustifolia
Juniperus phoenicea	Ulex parviflorus
Juniperus thurifera	Ulmus minor
Linum suffruticosum	Viburnum tinus
Lithospermum fruticosum	Viola alba
Melissa officinalis	Visión gral. Sierra Juan Navarro