7. **Cirerer de Betlem**. *Ruscus aculeatus*

Boix mascle, brusc, galzerans, llorer bord, herba d'erisipela, cirerer del bon Pastor, bolletes del Bon Pastor, mata-aranyes

És una planta perenne, verda tot l'any; floreix en primavera i fructifica tardor i hivern.

Conté saponines; només es usada l'arrel com a diürètic en decuit al 2%. Aquesta arrel, juntament amb la del julivert, fonoll, api i esparreguera forma part de les espècies aperitives "el xarop de les cinc arrels."

A l'antiga Grècia, usaven un decuit de les seves fulles amb vi blanc per al mal de cap. Més tard va ésser emprada pels pagesos per embolicar el formatge i les sobrassades per tal d'impedir que les rates en mengessin, ja que les puntes de les fulles són tan punxegudes, que aquests animals desistien de rosegar-los per no espinar-se, i una vegada escalivades, ja no s'atrevien a pujar a la perxa.

8. **Cirerer de pastor.** *Crataegus monogyna*

Espinal, arç blanc, espí blanc, espí, ram de sant Pere.

És un arbust que floreix abril i maig i madura el fruits l'agost.

Les flors contenen quercitina, lactona i flavones.

S'usen les flors, que constitueixen un bon tònic per al cor; es preparen amb infusió al 3%. També té propietats sedatives i antiespasmòdiques; alguns l'usen per arteriosclerosi i l'angina de pit.

Coneguda ja per Teòfrast i Dioscòrides, però la confongueren amb altra planta, ja que ells van descriure la Crateagus oxycanta que té la mateixa composició química i idèntiques propietats farmacològiques.

9. **Cama rotja.** *Chicorium intybus*

Xicòria, masteguera borda, xicoina, xicòria amarga.

Planta que floreix a l'estiu.

L'arrel conté inulina i un 17% de sucres, sobretot levulosa, i un principi amarg, l'intibina.

És tònica, aperitiva i estomacal.

Les fulles i les flors, verdes i seques, s'empren amb infusió, així com també les arrels.

Les fulles tendres, caluixos, s'empren en amanida popular, aperitiva i de fàcil digestió.

Les antigues farmacopees destacaven un xarop de xicòria compost, de gran prestigi popular per als mals de fetge i la icterícia groga i era tan amarg que l'anomenaven "xarop dels mils dimonis."

10. **Centidonia.** *Polygonum aviculare*

Escanyavelles, herba de cent nuus, tiravaques, travacavalls, passacamins, herba caminadora, herba llarga, corciola.

Planta que floreix quasi tot l'any.

Conté tanins, sucres, resina, una essència oximetilantraquinona i quantitats notables d'àcid salicílic.

La tisana és depurativa, astringent i antihemorràgica. Es prepara a l'infús de la planta tendra al 5% o seca al 2%; és útil contra l'hemorràgia i l'orina sangonosa.

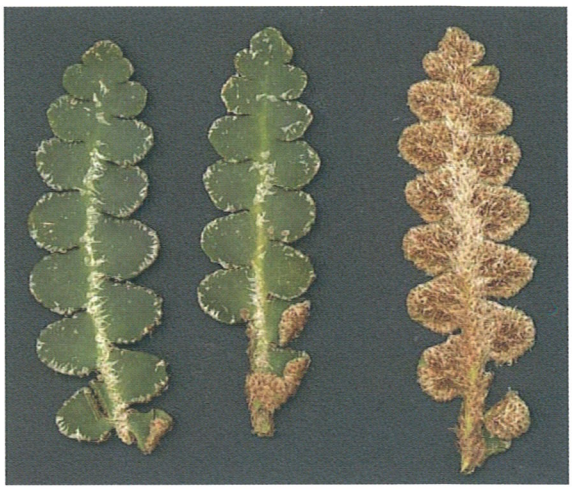
Els afectats de glucosúria (sucre a l'orina) amb intensa set, tenen en aquesta planta un bon calmant, puix que és inofensiva en absolut.

Dioscòrides la recomanava per al mal d'orella amb instilacions del seu suc.

A la vegada, mesclada amb vi i mel, era útil per a les llagues i les ferides.

Es grecs l'anomenaven *Polygonon* que vol dir molts de gonos, ja que l'herba arrossegadissa sembla una filassada de petits gonos.

11. **Dauradella.** *Asplenium cetarach*
Doradela, herba dorada, herba de sang.



És una falguera de fulles molt característiques que es troba amb freqüència a les parets i penyes.

Conté mucílag i tanins. És astringent; també s'empra per a la tossina i com a diürètica en tisanes al 2%. S'usa per rebaixar la sang. Es fa bullir la planta amb un litre d'aigua i la tisana es pren en la quantitat que es vol, ja que és totalment inòqua.

A Gènova, al segle XVII, s'utilitzava la dauradella per tenyir el cabell de color d'or o ros. Es preparava un lleixiuet de la cendra de la planta; es pentinava el cabell sovint i se l'exposava al sol.

12. **Falzia**. *Adiantum capilli Veneris*
Falzia, capil·lera, falguerola, falgesina.

Petita falguera que madura els esporangis a partir del mes de maig.

Conté matèries tàniques i mucilags.

S'empra per combatre la icterícia i per als catarros de les vies respiratòries que causen molta tossina.

La tisana es prepara amb una unça de la planta i un litre d'aigua bullent; es cola i s'hi afegeix sucre i llet calenta.

En medicina casolana, s'empra la infusió de la planta sencera al 2% per mitigar i facilitar les regles doloroses de les dones i les relíquies (restes) del part.

Antigament, les cendres de falzia (cat. culantrillo) mesclades amb vin blanc s'empraven per a fer créixer el cabell i conservar-lo. Així amb el nom d'*Adiantus Capillus Veneris* de la planta es designa la cabellera de Venus, llarga i llustrosa.

13. **Fonoll.** *Foeniculum vulgare*
Herba de les vinyes, fonoll, fenoll, fonoi.

Planta ben comuna que floreix el juny i madura els fruits a finals de l'estiu amb un rosetó que olora agradablement a anís.

Els seus fruits contenen d'un 2 a 6% d'essència de fonoll i un 12% d'oli de fonoll localitzat en la sement; l'essència és bàsicament d'anetol (6%), àcid anísic i metilcarivol.

L'arrel és diürètica i augmenta la gana. Les fulles tonifiquen el ventrell i és carminatiu.

Els fruits polvoritzats són de gran utilitat per augmentar la llet a les dones que crien. Cal prendre 6 grams diaris, en 4 o 5 vegades. A dosis més altes provoquen la menstruació; la pols barrejada amb sucre dóna bons resultats per aturar els vòmits de l'infant. També s'utilitza per a les inflamacions dels ulls, associant-lo a l'àcid bòric. El fonoll fou emprat pels egipcis i després pels romans que, curiosament, posant les seves llavors dins figues seques, el sembraren per al seu cultiu.

A l'Edat Medieval els monjos benedictins el portaren a l'Europa central i a ultramar, on encara les mares el roseguen i en tiren als seus nadons l'alè perfumat per prevenir qualsevol mal d'ulls.

14. **Fumeterra.** *Fumaria officionalis*

Fum de terra, herba dels innocents, herba de fum, julivert bord, herba de colom, panets de Nostre Senyor.

Herba anual que floreix a partir del mes de maig.

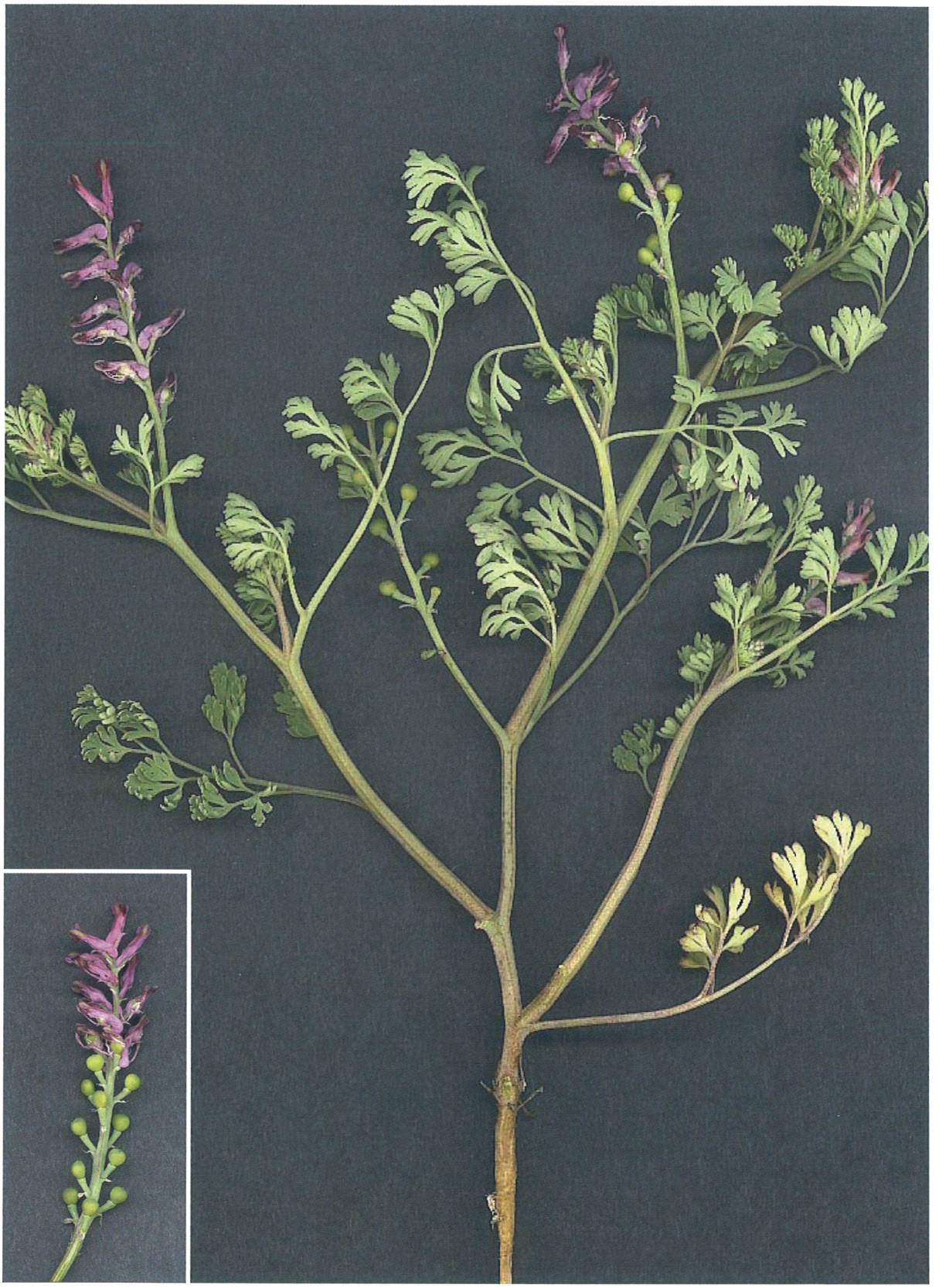
Conté protropina i àcid fumàric i un principi amarg del qual procedeix totes les seves propietats medicinals.

És diürètica, antiescorbútica i sobretot depurativa de la sang. S'usa la planta fresca en decuit o directament el seu suc que s'obté picant-la o esprement-la a través d'una tela espessa. El decuit al 3% és dóna als nins escrofulosos i al 6% als malalts d'icterícia.

Els romans l'empraven amb resina, puix que, depilades les celles, no hi tornàs sortir pèl.

El seu nom popular es deu a les propietats del seu suc, perquè, posat als ulls, produeix un sens fi de llàgrimes, talment com si un persona s'exposa a l'efecte d'un fum molt espès.

En l'antiguitat s'emprava per combatre la lepra; també, mesclat amb aigua, si se'n renta la cara, millora les vermellors de la pell.



15. **Genciana.** *Centaurium erythracia*
Herba de santa Margalida, fel de la terra, centàurea menor.

És una herba que se seca l'hivern i reneix la primavera; floreix el juny i l'agost.

Conté la genciopicrina, glucòcid que li dóna l'amargor i per això, popularment, se l'anomena fel de la terra.

El seu nom científic es deu al primer coneixedor de la genciana. Fou GENTIO, rei del esvalons. Fou emprada amb ruda per mitigar els dolors de les picades de serpents; introduïda amb oli dintre la natura de la dona embarassada, feia aferrar el fetus a la mare.

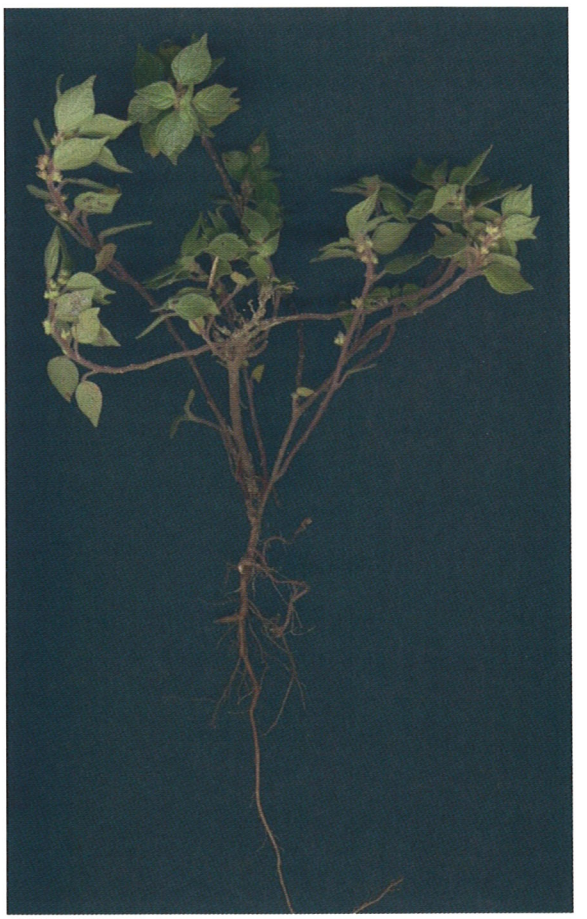
S. Kneipp, insigne botànic austríac, deia: Si al jardí sembram una sàlvia, un donzell i una genciana, tindrem una apotecaria al jardí.

16. **Mollera roquera**. *Parietaria judaica*
Parietària, herba de paret, herba de sant Pere, herba caragolera, herba de la Mare de Déu.

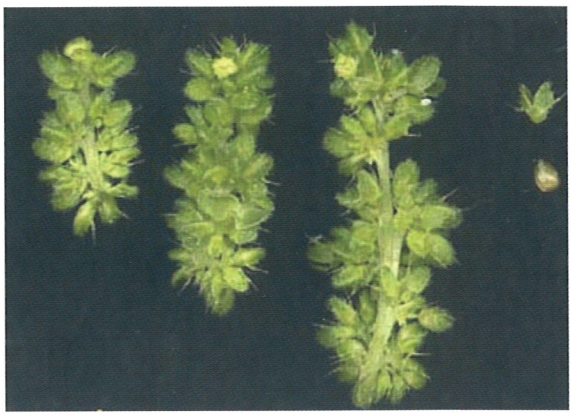
Planta vivaç, de fulles blanquinoses i suaus que floreix la major part de l'any.

Conté nitrat potàssic i sofre.

És sudorífica i diürètica; s'empra l'infús de talls i fulles verds o secs edulcorant-lo amb sucre o mel i aromatitzant-lo amb fulles de llimonera. Temps passats, s'usaren les fulles picades i cuites, com emol·lient, mesclades en malva amb coques contra les cremades, les llagues i tota classe d'inflamacions.



17. **Ortiga.** *Urtica urens*
Ortiga menuda, ortiga, ortigola.



Planta duradora que floreix quasi tot l'any des del mes de juny.

Conté histamina i acetilcolina.

El suc de la planta picada i espremuda és un gran remei antihemorràgic, prenent-lo per via interna. Amb bolletes de cotó mullat amb aquest suc, introduïdes a les fosses nasals, deté les hemorràgies. Colpejada la pell amb ortigues tendres, provoca l'erupció de les febres eruptives: la rosa, roseola etc. L'infús de la planta seca al 2 o al 3%, és diürètic i hipoglucemiant (per al sucre).

Antigament, cuinades les fulles amb caragols reduïen l'aire al ventre; amarades amb sal, curaven les mossegades dels cans i sobretot s'empraven per arreglar la mare fora de lloc, es a dir, la matriu recaiguda, sobretot en dones d'edat avançada.

18. **Proenga.** *Vinca difformis*

Pervinca, pruenga, herba donzella, viola de bruixa.

Planta que floreix molt prest, a partir del mes de febrer.

Conté un alcaloide, la vincamediïna.

L'infús de les fulles al 3 o 4% s'utilitza, en ús extrem, en loció contra les diverses malalties de la pell.

El remei més conegut és el de fer perdre la llet a les dones que crien i necessiten desmamar l'infant i per això se'n pren 3 o 4 xicres diàries.

El Dr. Esteve va donar a conèixer l'acció hipotensora dels seus alcaloides, però el seu ús, en medicina casolana, és delicat.

Un temps, els pagesos l'emparen amb saïm vermell per untar, madurar i fer rebentar el tumors, i a l'interior, per combatre les diarrees estiuenques.

19. **Rapa**. *Arum italicum*

Sarriassa, cugat, orella d'ase, pota de vedell, peu de bou, candeca, gresolera.

Planta tuberosa que floreix en primavera i madura els fruits per sant Joan.

Conté un 70% de fècula; el seu tubèrcul és tòxic; és per tant una planta verinosa, però perd les propietats nocives amb una cocció prolongada.

S'usa com expectorant amb cocció. Les fulles fresques, picades i aplicades a la pell amb coques i emplastres, són vesicants, activen la cicatrització i es emprat també per curar les sedes.

Les cataplasmes de la cabeça cuita s'usa per combatre les morenes. Un temps solien coure els tubèrculs amb llet i l'empraven per fer amagrir i, a la vegada, com a purgant.

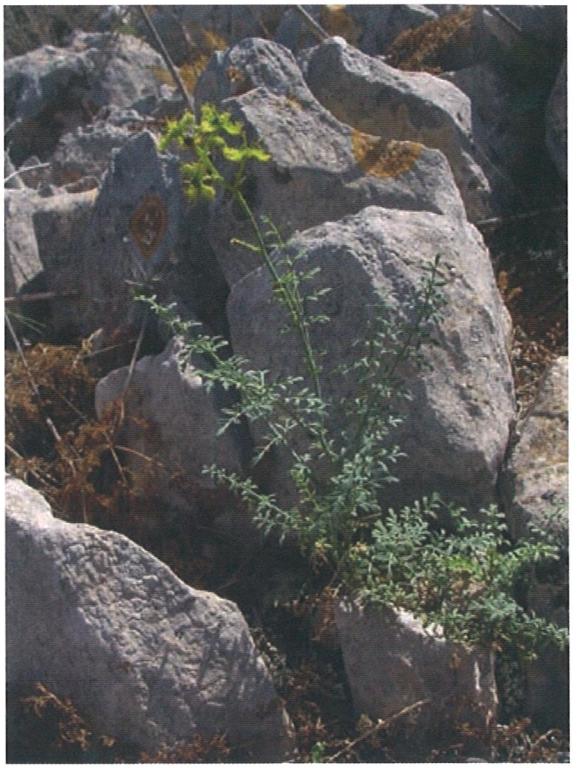
20. ***Rosella***. *Papaver rhoeas*
Planta que floreix el mes de març.

Conté un alcaloide, la reanina, que també es troba a l'opi, àcid mecònic i antocianidina.

Els pètals, en infús, són sudorífics i bons per a les afeccions bronquials.

La planta jove conté un làtex que s'empra com hipnòtic suau. L'ús medicamentós es remunta als temps de Teòfrast, fa uns 2.000 anys i es prenia barrejat amb aigua-mel.

21. **Ruda**. Ruta chalepensis
Planta que floreix primavera i estiu.



Conté un glucòsid, la rutina, resines, mucílags i tanins. L'infús de tota la planta al 3%, s'usa en loció contra la tinya i els paràsits.

S'empra com antihemorràgic i enenagoga, es a dir, provoca la menstruació; a més tenia notable acció sobre les febres uterines que, com a conseqüència provoca l'avortament. Altres virtuts són la sudorífica i l'antihelmíltica (cura dels cucs intestinals).

La ruda ja es coneixia com a remei medicamentós a l'antiguitat. Dioscòrides ens en recorda nombrosos usos.. Un d'ells, fort curiós, és que, consumint-la amb figues i nous, curava tota classe de verí.

A l'Edat Mitjana, es cultivava als claustres per la seva fama d'anafrosíac; així, cap al 1550 es recomanava als monjos i religiosos que volguessin conservar la virtut, que consumissin ruda com aliment i beguda

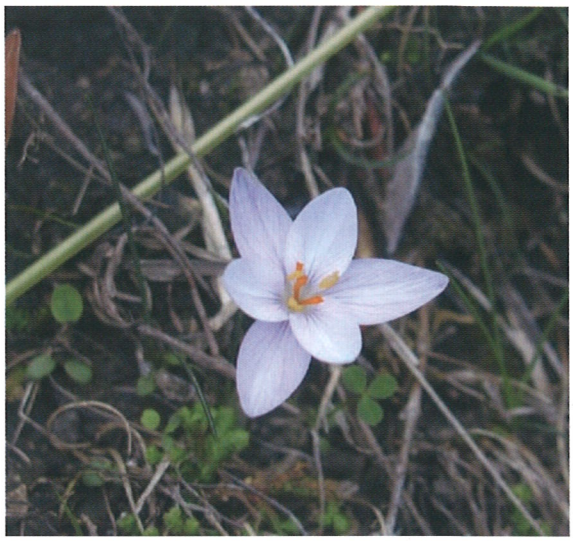
22. **Safrà bord.** *Crocus cambessedesii*

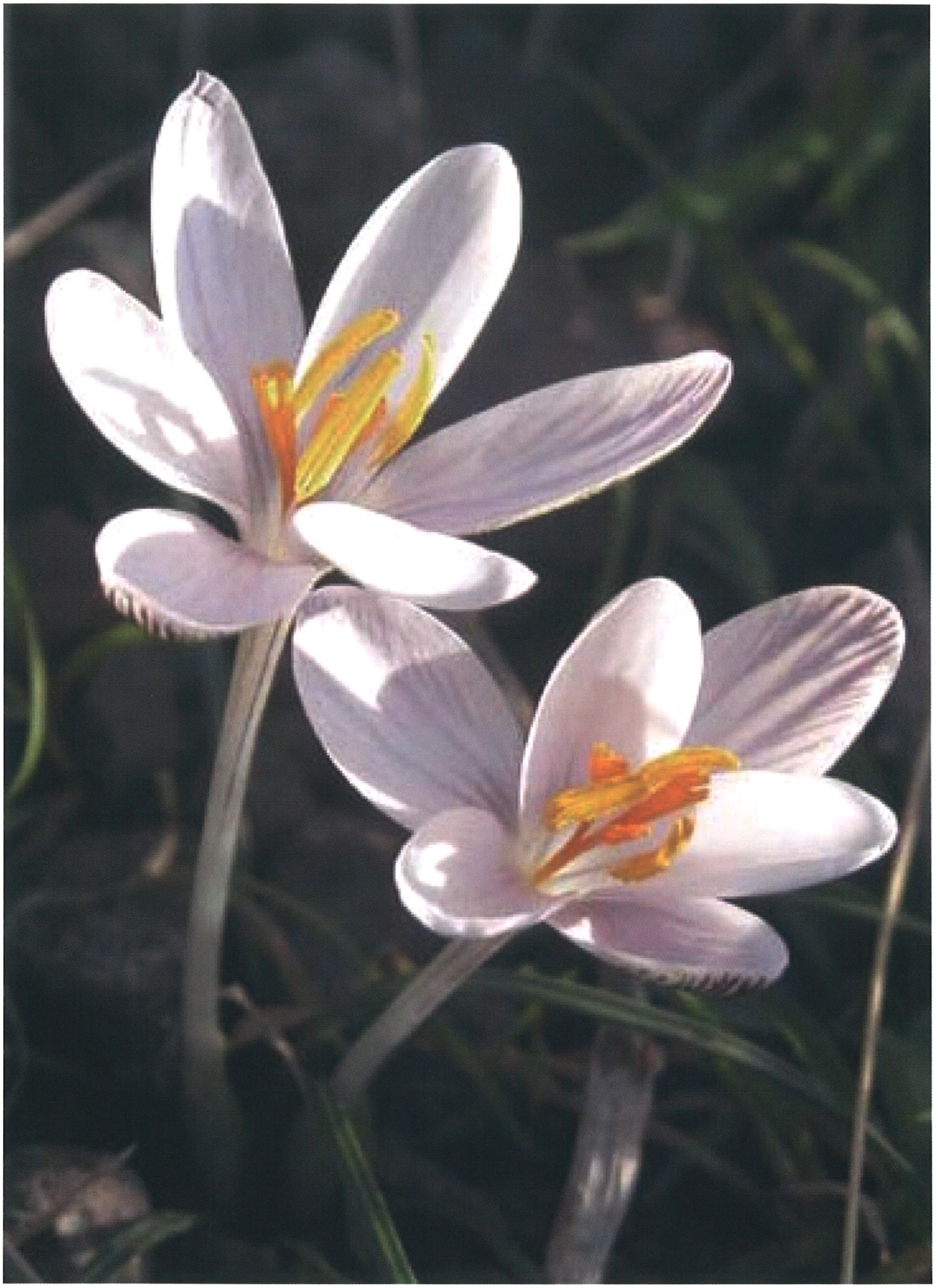
És una planta endèmica, vivaç i de bulb globulós, comprimit, vestit de túniques brunes.

Té la floració cap al setembre - novembre.

És poc coneguda químicament, ja que no es troben espècies químiques pures, sinó productes secundaris i colorants. S'empra com emenegoga i calmant.

En la medicina casolana s'usa en forma de tintura o xarop de dentició amb el qual es friccionen les genives dels infants quan treuen les dents perquè són bons els brins del safrà bord escaldats amb un xicra d'aigua després d'haver refredat.





23. **Taleca de pastor.** *Capsella bursa-pastoris*

Pa-i-formatge, formatger, herba del pastoret, herba de passerell.

Herba anual que floreix quasi tot l'any.

Conté combinacions sulfurades, colina, acetilcolina, tironina, etc.

S'empra com astringent, tònic i antihemorràgic.

Cessà d'emprar-se en medicina professional quan fou importada del Canadà la planta anomenada Hidratis, de magnífiques propietats antihemorràgiques.

Durant la darrera guerra mundial, com en totes, es consumeixen nombroses quantitats d'antihemorràgics, i en la impossibilitat d'aconseguir hidratis del Canadà, els alemanys se serviren de la humil planta que, si bé no és tan activa com la Hidratis, pot substituir-la amb eficàcia. S'usa la planta sencera en medicina casolana per combatre les hemorràgies nasals, l'orina sangonosa, les hemorràgies uterines, les menstruacions inmòdiques i els vòmits de sang.

24. **Vidriella.** *Clematis flammula*

Geramí bord, herba de foc, herba de les llagues, flamula, bressol de Maria, gessamí bord.

És una planta sarmentosa que floreix al mes de juny.

Conté càmfora d'anemona o anemolol. Fresca és summament irritant.

Solament s'empra a l'interior per les seves propietats vesicants i càustiques. El seu nom francès "herba dels astuts" procedeix d'haver-la emprada alguns captaires per produir-se'n llagues i promoure la compassió dels vianants. Antigament se'n feia ús per a curar la lepra i la sarna. Amb fulles de vidriella i oli d'oliva, es preparava un liniment, però era molt irritant.

25. **Xuclamel**. *Lonifera implexa*
Mare-selva, rotaboc, mamallera.

Arbust quasi sempre penjant per les roques i parets.

Floreix cap els mesos de maig - juny.
Conté verins i àcid dioxiciànic.

Les fulles s'empren com astringents en xarop i infusió i les flors i els fruits són diürètics.

En el decuit de les flors, alguns autors preveuen propietats adequades per a combatre l'obesitat si en prenen diàriament, com si es tractés de beure's una tassa de te.

5. AGRAÏMENTS

Vull agrair, en primer lloc, al poble de Randa, al Sr. Damià Contestí i Sastre d'Esthàcar, a Llorenç Gil i Vives, a Toni Cerdà i Amengual, a Josep Sacarès i Mulet, a Pedro Verdera i Fiol i a Sebastià Cardell i Tomàs i a la Universitat de les Illes Balears per llur col·laboració.

A tots, repeteixo, els estic pregonament agraït.

6. MOTS FINALS

Randa, conjunt de terres diverses, d'una bellesa incomparable i d'un clima sanitós a més no poder, on són abundosos els pous, les fonts i reguerons, les terres bones amb variada flora i arbreda, principalment aquelles que, talment una anella formosa, voregen les terres de la Vall i que, venturosament, encara no ha entrat dins aquesta comarca això que en diuen urbanització i altres vocables que són destrucció de la Natura, per a tu, oh Randa, va el meu cordial salut.

Tingueu ben present que, una volta destruïda la Natura, un llibre com aquest, ja no tindria raó de ser.

I finalment esper que aquest llibre us engresqui encara més a estimar aquest redol tan entranyable, l'estima del qual no em minva, sinó que em va creixent i això em fa sentir més prop de vosaltres.

Agost 2006

7. BIBLIOGRAFIA

Alomar, G.; Mus, M. & Rosselló, J.A. (1997). *Flora endèmica de les Balears*. Consell Insular de Mallorca. Palma de Mallorca.

Bonafè, F. (1977-80). *Flora de Mallorca*. 4 Vols. Editorial Moll. Palma de Mallorca.

Bonner, A. (2004). *Plantes de les Balears*. Editorial Moll. Palma de Mallorca.

Etnobotànica a les Balears. Jardí Botànic de Sóller

Font i Quer, P. (1962). *Plantas Medicinales*. Editorial Labor.

Gil Vives, Llorenç. (2004). *La flora del terme municipal d'Algaida.* Ajuntament d'Algaida. Algaida.

Gola – Negri, Capelleti. (1965). *Tratado de Botánica*. Editorial Labor.

Palau i Ferrer, P. (1954). *Les plantes medicinals baleàriques.*

Pamplona, Roger J. (1995). *Enciclopedia de las plantas medicinales*. Editorial Safeliz

Rosselló, V. (1964). *El Sur y Sureste*. Publicaciones de la Cámara de Comercio i Navegación de Mallorca. Palma de Mallorca

Sacarés, J.; Colom, G. (1976). *Estudios sobre la geología de la región de Randa* – Llucmajor – Porreres.

La col·lecció Panoràmica presenta el treball de Montserrat Pons i Boscana sobre la flora medicinal del massís de Randa.

Aquest estudi, fou presentat el passat 25 d'agost, a l'església parroquial de Randa, en el marc del Pregó de les festes d'estiu de Randa de 2006 amb el títol: ***"Randa: Breus aspectes històrics, toponímics i geològics. Flora medicinal del massís de Randa".***

La col·lecció Panoràmica amplia el nostre horitzó.

col·lecció Panoràmica 3

AJUNTAMENT D'ALGAIDA

MALLORCA RURAL
INICIATIVA COMUNITÀRIA LEADER+