

Historia de las hierbas mágicas y medicinales

Plantas alucinógenas, hongos psicoactivos, lianas visionarias, hierbas fúnebres... todos los secretos sobre las propiedades y virtudes ocultas del ancestral mundo vegetal

MAR REY BUENO



Colección: Investigación abierta
www.investigacionabierta.com

Título: Historia de las hierbas mágicas y medicinales

Subtítulo: Plantas alucinógenas, hongos psicoactivos, lianas visionarias, hierbas fúnebres... todos los secretos sobre las propiedades y virtudes ocultas del ancestral mundo vegetal

Autor: Mar Rey Bueno

© 2008 Ediciones Nowtilus S. L.

Doña Juana I de Castilla 44 3º C, 28027 Madrid

www.nowtilus.com

Editor: Santos Rodríguez

Coordinador editorial: José Luis Torres Vitolas

Diseño y realización de cubiertas: Rodil&Herraiz

Diseño del interior de la colección: JLTV

Maquetación: Claudia Rueda Ceppi

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece pena de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeran, plagiaran, distribuyeran o comunicaran públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

ISBN 13: 978-84-9763-429-8

*A mi hermana Paty.
Siempre he querido escribir un libro “de los que te gustan”.
Espero haber cumplido tu deseo.*

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	11
LAS ENSEÑANZAS DEL CENTAURO QUIRÓN	13
EL HERBOLARIO ESTRELLERO	37
SANTORAL BOTÁNICO	71
LAS HIERBAS DEL DIABLO	103
TALISMANES VERDES	133
PLANTAS MAESTRAS	153

EL JARDÍN HERMÉTICO	171
COCA, LA HOJA SAGRADA	197
BOTÁNICA FUNERARIA	221
CRIPTOBOTÁNICA	245
LAS RECETAS DE LA ABUELA	267
BIBLIOGRAFÍA BÁSICA	301

INTRODUCCIÓN

Con la llegada del Renacimiento numerosos monarcas, príncipes y poderosos encargaron la construcción de fastuosos jardines anejos a sus lugares habituales de residencia. La pasión por la naturaleza, el conocimiento del mundo vegetal y la acumulación de plantas exóticas llegadas de los confines del globo no fueron, con todo, las únicas razones que movieron a tal labor jardinera.

Sirva como ejemplo el jardín de Bomarzo, mandado construir por Vicino Orsini en las cercanías de Viterbo, un bosque iniciático donde la presencia de figuras mitológicas recreaban todo un significado simbólico que, aún hoy en día, es objeto del interés de numerosos estudiosos. O los jardines mandados a construir por Felipe II en

Aranjuez, ejemplo máximo del urbanismo paisajístico y que sirvieron, desde los momentos iniciales de su construcción, como almacén de las materias primas necesarias para la elaboración de quintaesencias y elixires medicinales, fabricados por técnicas alquímicas gracias a la labor de expertos jardineros, destiladores y herbolarios.

Esta doble significación del mundo vegetal, prácticamente perdida en la actualidad, fue moneda de uso corriente entre los hombres de todas las épocas, que buscaban en la naturaleza signos y señales de lo mágico, lo misterioso, lo oculto. Por ello, vamos a crear nuestro propio jardín. En él plantaremos especies alucinógenas, hongos psicoactivos, lianas visionarias, plantas transmutorias, hierbas fúnebres y vegetales sagrados, todo con una sola intención: conocer los aspectos ocultos del mundo vegetal.

Iniciemos nuestra labor de expertos herbolarios...

LAS ENSEÑANZAS DEL CENTAURO QUIRÓN

Plinio, el gran enciclopedista romano de la Antigüedad, cuenta que el Centauro Quirón fue el primer herbolario y boticario de la humanidad. Este ser mitológico, mitad hombre mitad caballo, se hizo famoso por su conocimiento de los simples medicinales. La leyenda dice que Apolo le encomendó la enseñanza de su propio hijo Asclepio, el dios de la medicina. De esta forma, la humanidad recibió de los dioses el conocimiento de las propiedades medicinales de las plantas.

Desde los orígenes de la vida en la Tierra, el hombre ha empleado lo que la naturaleza ponía a su alcance para alimentarse, vestirse y curarse, en la medida de lo posible, cuando le sobrevenían enfermedades. Según la doctrina galénica, formulada en el primer siglo de nues-



Plinio, el gran enciclopedista romano de la Antigüedad.

tra era por el médico de Pérgamo Galeno y resumen de todo el saber médico de la antigüedad, el reino animal proporcionaba alimentos; el vegetal, medicamentos y el mineral, venenos.

Esta clasificación, excesivamente simplista, sentaba sus bases en las similitudes y diferencias que los elementos de estos tres reinos de la naturaleza tenían con el hombre. Todo lo que procediese del mundo animal, por su semejanza con el ser humano, debía utilizarse como alimento. Los vegetales, provistos de vida pero con claras diferencias respecto al hombre, se destinaban a la preparación de medicamentos. En cuanto a los minerales, inertes y por completo diferentes, eran considerados la fuente ideal de venenos.

¿Era esta clasificación rigurosa? En absoluto. Los recetarios antiguos incluyen numerosos animales y minerales empleados en terapéutica, aunque estos últimos solo se usaban como remedio de aplicación externa. De la misma forma, nuestros antepasados tuvieron constancia cierta de la existencia de determinadas plantas altamente tóxicas, capaces de provocar la muerte con la misma facilidad que un veneno de origen mineral.

El estudio de las propiedades curativas de las plantas se pierde en la bruma de los tiempos. Uno de los primeros escritos sobre el tema es el llamado *Papiro Ebers*, con más de 3.500 años de antigüedad. Denominado así por su traductor, el egiptólogo George Moritz Ebers, fue hallado en la localidad de Luxor. Se trata del más importante escrito sobre medicina egipcia, en el que se han podido identificar unas ciento cincuenta plantas de utilidad terapéutica.



Galeno

Los primeros estudios dedicados en exclusiva al mundo vegetal se deben a **Teofrasto** (372-288 a. C.), discípulo de Aristóteles, y autor de dos grandes obras. La primera, titulada *De historia plantarum*, recopilaba en nueve volúmenes todo lo referente a morfología, descripción, clasificación, geobotánica y farmacognosia de las plantas conocidas por los antiguos griegos. La segunda, *De causis plantarum*, constaba de seis volúmenes y trataba temas referentes a germinación, desarrollo, floración, fructificación e incluso propagación.

Para nuestro estudio, dedicado fundamentalmente al aspecto mágico y oculto del mundo vegetal, resulta imprescindible la obra del enciclopedista romano Plinio (23-79), único autor del Imperio Romano que destacó por su importancia botánica. Escribió una enciclopedia titulada *Naturalis historia*, compuesta por treinta y siete volúmenes, la mitad de los cuales se dedicaron a la botánica. Recopiló todo el saber de su tiempo, en total, cerca de dos mil escritos de autores griegos y romanos. Cualquier referencia a usos, costumbres y leyendas vegetales de la antigüedad pasa, inexcusablemente, por la consulta del sabio Plinio.

Contemporáneo a él fue el médico griego Pedacio Dioscórides Anazarbeo (40-90). Podemos representar a Plinio como un ratón de biblioteca frente al viajero Dioscórides, cirujano de los ejércitos de Nerón, que recorrió buena parte de la cuenca mediterránea anotando y recogiendo información sobre plantas medicinales. En el año 78 publicó su *De materia medica*, que se convertiría en la biblia de las plantas medicinales para todos los médicos, boticarios y aficionados a la naturaleza de los siguientes 1.500 años. La importancia de la

obra de Dioscórides fue tal que solo se consideraban genuinas aquellas plantas que se ajustasen a las descripciones del cirujano greco-romano. Con la aparición de la imprenta, se realizaron numerosas ediciones del texto clásico en las principales lenguas vernáculas europeas, que hicieron perdurar de esta forma su fama en la Edad Moderna.

La llegada de los españoles a América supuso un nuevo hito en el particular mundo de las plantas. Desde los primeros viajes de Colón se puso de manifiesto el intercambio cultural entre dos mundos, el Viejo y el Nuevo, que tenían mucho que compartir. El atractivo del mundo americano para los europeos fue evidente desde los primeros años del siglo XVI. Se publicaron numerosas obras destinadas a describir nuevas plantas alimenticias, alucinógenas y medicinales. De esta forma, el espectro mágico del mundo vegetal aumentó de manera considerable.

El siguiente momento destacado en la historia de las plantas ocurrió en el siglo XVIII, cuando el médico sueco Carl v. Linné (1707-1778) sistematizó los reinos vegetal y animal, los organizó en familias y dio a cada planta un nombre específico, en latín, lo que ayudó a su identificación universal.

MITOS Y LEYENDAS SOBRE LAS PLANTAS

A lo largo de la historia, el mundo de las plantas ha sido testigo de todo tipo de leyendas y especulaciones. Desde sus orígenes mitológicos hasta sus aplicaciones mágicas, las plantas han sido utilizadas por el hombre



Linné

con finalidades variopintas: curaban la melancolía, exorcizaban a los posesos, encontraban a la persona amada, protegían de rayos y tormentas, propiciaban la suerte, hacían volar...

Las virtudes, ocultas y manifiestas, de las plantas hacían de sus conocedores, personas con un extraordinario poder en las sociedades de todas las épocas. Distinguir un hongo venenoso de uno beneficioso era tan fundamental como saber elegir la especie vegetal más apropiada para curar un catarro.

El conocimiento botánico quedó circunscrito, de forma tradicional, a determinados colectivos humanos. Las culturas arcaicas lo depositaron en el *chamán*, a medio camino entre el sacerdote, el mago y el curandero. Los griegos antiguos contemplaron la figura del *rhizotomo*, experto en herboristería medicinal, y el *pharmacopola*, conocedor y traficante de los medicamentos vegetales, más próximos a los actuales drogueros. Las sociedades medievales comenzaron a distinguir entre lo que podría llamarse un conocimiento botánico culto, depositado en manos de médicos y boticarios, dedicados al diagnóstico y tratamiento de las enfermedades, y una sabiduría popular, representada por las hechiceras y brujas, las mujeres sabias que ayudaban en sus enfermedades y mal de amores al amplio colectivo campesino que no podía pagar los excesivos emolumentos de médicos y boticarios, oficialmente aprobados para ejercer sus oficios.

De esta forma se fueron estableciendo dos mentalidades. Una oficial, universitaria, culta, que despreciaba sistemáticamente a la mentalidad popular, a la que tachaba de supersticiosa e ignorante, firmemente creyente



Enseñanzas de Materia Médica.

en todas las virtudes ocultas asignadas a las plantas. Desprecio que no era óbice para recurrir a sus conocimientos cuando la medicina oficial era incapaz de curar determinadas enfermedades.

El estudio de las creencias populares sobre las plantas, más allá de su discutible realidad y certeza, nos abre las puertas a un mundo apasionante de convicciones y nos ayuda a comprender porqué muchas actuaciones, hoy en día, siguen plenamente vigentes.

EL OLIMPO VEGETAL

La vinculación de las plantas a determinadas deidades griegas y romanas es divisa común para todo el mundo vegetal. Las mismas relaciones se podrían definir en las culturas orientales, que no van a ser objeto de estudio en el presente libro porque forman un mundo aparte, fascinante y merecedor de un estudio en exclusiva.

Ya ha quedado señalado que fue el Centauro Quirón el gran conocedor de las virtudes medicinales de las plantas. Tan divinos orígenes favorecieron que la mayoría de las plantas estuviesen bajo la tutela de alguna deidad. Los ejemplos serían infinitos. Por ello, vamos a fijarnos en las dos más destacadas: Júpiter, como dios romano por excelencia, y Medea, como célebre toxicóloga.

Júpiter es la más importante de las divinidades latinas. Dios del cielo y de la luz, paralelo al Zeus griego, se vinculó con gran número de plantas, entre otras, la siempreviva mayor (*Sempervivum tectorum*), que recibió el nombre de *ojo de Júpiter*. Con forma de astro con un botón en el centro, se recomendaba para las oftalmias.

Se recogía el jueves, día consagrado a Júpiter. Con ella se fabricaban ungüentos y gozó de gran reputación como afrodisíaco.

Medea es la diosa griega conocida por ser una célebre envenenadora. Su hermana Circe, hechicera hábil en el arte de envenenar, le enseñó gran parte de sus conocimientos. Circe destacó por ser una maga cruel, hipócrita y celosa, que pasaba su tiempo en las montañas, donde recogía plantas venenosas y demás elementos de hechicería que, cuando caía la noche, se ocupaba de destilar y preparar bajo el más profundo de los secretos. Cuenta la leyenda que el rey Creón quiso casar a su hija con el héroe Jasón, que vivía una relación apasionada con Medea. Para ello, el rey decidió desterrarla. Sin embargo, la diosa ofendida preparó su venganza e impregnó los vestidos y las joyas de la ceremonia nupcial con veneno. Directamente vinculada con Medea está el colchico (*Colchicum autumnale*), planta muy similar al azafrán, que se empleaba en rituales de magia. Las bayas se preparaban en infusión, con la finalidad de provocar un profundo temor a aquel que las ingería.

LAS PROPIEDADES MEDICINALES DE LAS PLANTAS

Hasta el siglo XVIII, momento en que la botánica se proclama como ciencia independiente, encargada del estudio y clasificación de los vegetales, el estudio de las plantas y sus usos, fundamentalmente medicinales, se realizaba, indistintamente, por médicos y boticarios. Eran estos últimos los encargados de distinguir unas especies de otras, salir al campo a recolectarlas, disponer



El boticario, conocedor tradicional de los poderes terapéuticos de las plantas.

de un pequeño huerto medicinal anejo a su botica y cultivar las principales especies medicinales destinadas a la preparación de medicamentos. La disciplina que estudiaba las plantas y sus usos medicinales recibía el nombre de *Materia Médica* y era la principal doctrina, junto al arte de elaborar medicamentos, objeto de estudio de los boticarios de antaño.

Desde las más primitivas civilizaciones, el ser humano se ha ocupado no solo de ir perfeccionando y extendiendo el cultivo de las plantas para su alimentación; al mismo tiempo, ha tratado de buscar en ellas las propiedades medicinales de cada una, conocimiento que se ha transmitido de generación en generación. La terapia química, tan extendida en el momento actual, es una

invención relativamente reciente. Hasta el siglo XIX los medicamentos se elaboraban, casi en su totalidad, a partir de vegetales que el boticario se encargaba de preparar y mezclar adecuadamente, con la finalidad de potenciar su actividad. La terapia vegetal es menos eficaz que la química, pues los efectos son más suaves. Como contrapartida, se observa un menor número de efectos secundarios.

Los boticarios preparaban polifármacos, es decir, composiciones formadas por varios simples medicinales. ¿Qué se entendía por simple? Cualquier parte de un vegetal, también de animal o mineral, que se emplease en terapéutica por su utilidad comprobada. Así, un simple podía ser las hojas de menta, empleadas por sus efectos beneficiosos sobre el estómago; los tallos de cola de caballo, empleados desde tiempos remotos por sus efectos diuréticos, o la corteza de saúco, excelente anti-reumático.

Hoy en día nos resulta muy sencillo conocer las propiedades terapéuticas de las plantas: basta con consultar un tratado específico, a nuestro alcance en cualquier biblioteca o librería. Pero, ¿cómo supieron nuestros antepasados para qué servía cada vegetal? Muy sencillo: leyendo el libro de la naturaleza. Es decir, había que buscar en los vegetales las señales que indicasen su utilidad. Bastaba que una planta tuviese forma de corazón para creer que curaba las enfermedades cardíacas. Este principio universal, conocido como ley de semejanza o teoría de las signaturas, decía que todo vegetal estaba señalado por la naturaleza y para lo que él indicaba, para eso era bueno.

Algunas plantas mostraban claramente sus propiedades. Así, las hojas de salvia, en forma de lengua con una textura ruda semejante a las papilas gustativas, indicaban su poder terapéutico sobre las enfermedades de la boca. Las hojas de hipérico, llenas de puntitos transparentes, se asociaban a virtudes cicatrizantes, principal uso que se dio a este simple vegetal a lo largo de los siglos. El ojo de diablo, con forma de órgano genital masculino, se empleó como afrodisíaco para el ganado. De ahí su indicativo nombre latino: *Ithiphalus impudicus*.

Desde nuestra mentalidad actual vale la pena preguntarse por la veracidad de estas señales de la naturaleza. Pues bien, no siempre eran acertadas pero sí se ha comprobado, a través de estudios científicos, que los usos atribuidos a la mayoría de las plantas, gracias a la sabiduría popular y de forma intuitiva, eran correctos. De cualquier forma, hoy en día sabemos que la actividad terapéutica de una planta viene determinada por la presencia de uno o varios principios activos, moléculas responsables de la acción terapéutica beneficiosa. Así, la corteza de sauce, utilizada desde la antigüedad como febrífugo y analgésico, debe su actividad al ácido acético salicílico, principio activo que todos conocemos bajo su comercial denominación de aspirina. ¿Por qué empezó a utilizarse en terapéutica? La razón principal fue el lugar donde crece: zonas pantanosas. Si el árbol resiste tanta humedad, pensaron los médicos, servirá para combatir sus efectos sobre el cuerpo humano. Así fue.

HORTUS SANITATIS... O HUERTO DE LA SALUD

Hoy en día, cuando necesitamos un medicamento, acudimos a la farmacia más cercana. Allí encontramos un amplio surtido de sustancias empleadas para todo tipo de enfermedades, principios activos que, junto a otras muchas sustancias necesarias, constituyen las formas farmacéuticas que estamos acostumbrados a ver: jarabes, comprimidos, cápsulas... La industria farmacéutica, dedicada en exclusiva a la fabricación de todo tipo de medicamentos, también es de aparición relativamente reciente.

Los antiguos boticarios, artesanos del medicamento específico para cada paciente y cada enfermedad, acudían al huerto que solían tener en la parte trasera de sus viviendas o salían al campo en busca de los simples necesarios. Esta tradición del huerto medicinal, ya presente en la Edad Media, se generalizó en el Renacimiento. Todas las universidades, muchos monarcas y nobles y las primeras instituciones científicas surgidas en los siglos XVI y XVII contaban con sus propios jardines botánicos, donde convivían plantas ornamentales, plantas medicinales y plantas exóticas, procedentes del lejano Oriente o de la recién descubierta América.

La identificación de la planta medicinal adecuada, su correcta recolección, posterior secado, trituración y elaboración del medicamento constituían un largo proceso que debía realizarse con escrupulosa puntualidad, si se querían conservar intactas las virtudes terapéuticas del vegetal.

Las plantas debían recogerse, por regla general, cuando hubiesen llegado a su madurez. Según la parte



Siempreviva mayor.

del vegetal empleado en terapéutica (raíces, tallos, cortezas, yemas, hojas, flores, frutos o semillas) variaba el momento de recolección. Posteriormente se procedía al correcto secado, que dependía también de cada tipo de planta; la trituración, necesaria para permitir un aprovechamiento máximo de los principios medicinales y, por último, la conservación, siempre en lugares secos y poco ventilados o bien mediante el uso de envases herméticos.

Las plantas podían, y pueden, ser utilizadas por vía interna o por vía externa. Internamente se hace mediante la preparación de tisanas, zumos, vinos, tinturas o jarabes. Externamente, en forma de lociones, cataplasmas, baños, compresas, aceites, vinagres, colirios, gárgaras, irrigaciones vaginales, ungüentos y bálsamos. De todas ellas, la forma más conocida es mediante el uso de tisanas.

Las tisanas se obtienen mediante el uso del agua, que se utiliza como vehículo al cual pasan los principios activos de la planta o plantas medicinales que vamos a usar. El nombre de tisana engloba tres formas distintas de preparación: la infusión, la maceración en agua y el cocimiento. La infusión se obtiene al verter agua hirviendo sobre las plantas. Se tapa durante 5 o 10 minutos, con la finalidad de evitar que se pierdan los principios activos que, en forma de gas, pasarían a la atmósfera. La maceración consiste en dejar reposar la planta en agua durante varias horas. Se emplea en aquellas plantas cuyos principios activos se verían perjudicados en caso de ser sometidos al calor. El cocimiento, por último, se obtiene al hervir las plantas en agua durante varios minutos y luego dejarlas macerar hasta que el líquido se quede tibio. Este método se aplica a aquellas plantas cuyos principios activos son difíciles de obtener.



Rama de verbena.

No siempre era necesario disponer de un frondoso huerto medicinal. Bastaba con poseer los conocimientos botánicos suficientes como para encontrar, en un simple paseo por el campo, multitud de plantas apropiadas para todo tipo de enfermedades. Muchas de ellas crecen en los bordes de los caminos. Veamos algunas.

Comenzamos por la **hierba santa o curalotodo**, la famosa **verbena** (*Verbena officinalis*), planta mágica por excelencia, de cuyo uso ritual hay numerosos vestigios desde la antigüedad más remota. Se encuentra al borde de los caminos y en cualquier terreno sin cultivar. Entre sus efectos, destaca su acción depurativa de la sangre y se le reconocen propiedades benéficas para los trastornos del hígado, bazo y riñones así como para la inflamación de garganta. La creencia popular de que favorecía el parto se vio confirmada cuando se aisló la *verbenalina*, una sustancia que estimula las contracciones uterinas.

Si observamos atentamente las cunetas, prados secos y veredas, especialmente en los veranos sofocantes, podremos encontrar una planta de flores rosadas caracterizada por la curiosa simetría que presentan sus hojas y flores: cada hoja posee su opuesta y cada flor, su paralela, que nace del mismo punto. Nos encontramos antes la **hierba pedorrera o centauro menor** (*Centaureum minus*), de extremado sabor amargo, de ahí que también reciba el nombre de hiel de la tierra, y que es uno de los mejores remedios para los problemas de acidez de estómago.

Otra planta, ya conocida por los egipcios, los griegos y los romanos, gracias a sus inmejorables virtudes medicinales, es la **achicoria** (*Cichorium intybus*), presente en prados, cunetas y barbechos, sobre terrenos secos y pedregosos. Los usos de la achicoria son fundamental-

mente internos. Podría decirse de ella que sirve para todo: es tónico, amargo, aperitivo, depurativo, diurético, suavemente laxante y favorece la secreción de la bilis. En primavera se aconseja tomarla en forma de ensalada, mezclada con diente de león, lechuga, ajo picado y aceite de oliva o bien como infusión. De ambas formas, resulta excelente para tratar las afecciones hepáticas, renales y urinarias, así como la gota y los reumatismos. Si queremos evitar el estreñimiento, se aconseja beber dos tazas en ayunas. Si se sufre de inapetencia, es recomendable beber una infusión poco antes de las comidas.

Si en nuestro recorrido vislumbramos la existencia de un arroyo, será oportuno que nos acerquemos en busca de la **salvia de Jerusalén** o **pulmonaria** (*Pulmonaria officinalis*), cuyo nombre no deja lugar a dudas sobre sus usos terapéuticos. Desde tiempos antiguos se ha empleado para combatir la tos y las mucosidades. Y no solo eso, su alta concentración en mucílago y taninos hace de ella un remedio beneficioso en caso de diarrea, cicatrización de heridas y curación de las grietas de las manos. En este último caso, se emplea una decocción de flores y hojas para lavarse las manos agrietadas. Tres días serán suficientes para ver sus efectos.

Puede que, si vivimos en el campo, encontremos rastro de una planta de flores amarillas con cuatro pétalos que crece entre las piedras de los muros, en las paredes de nuestra casa, o bien en corrales y huertos. Es inconfundible: es la única de la flora española que, al cortarla, desprende una savia anaranjada. Se trata de la **hierba verruguera** o **celidonia mayor** (*Chelidonium majus*), con principios activos muy semejantes a los del opio, por lo que se emplea para calmar el dolor. Su uso



Pulmonaria.



Celidonia.

interno es desaconsejable, porque a dosis elevadas es peligrosa, pero se ha hecho muy popular entre los campesinos por sus propiedades sobre las verrugas. Para ello se corta una hoja. La savia anaranjada que exuda se aplica sobre la verruga todos los días y, a ser posible, dos o tres veces, hasta que desaparezca definitivamente. También se emplea para provocar la menstruación. ¿Cómo?: al introducir los pies en agua donde haya hervido un manojo de esta planta. Antiguamente se creía que curaba la ceguera.

Una hierba rastrera muy peculiar es el llamado **diente de perro** (*Cynodon dactylon*), con tallos subterráneos, ramificados y horizontales, cuyas hojas son entre cuatro y siete espigas que salen de un mismo punto y parecen dedos, de ahí su nombre. Se le atribuyen virtudes depurativas, por lo que se emplea en caso de trastornos hepáticos, cálculos biliares y problemas de acné por intoxicación de la sangre.

Así podríamos seguir a lo largo de páginas y páginas, pues son muchísimas las plantas con efectos terapéuticos beneficiosos. Solo se necesitan unos buenos conocimientos botánicos, imprescindibles para diferenciar las distintas especies, y cualquiera de nosotros puede transformarse en experto herbolario.