



A photograph of a misty forest. In the foreground, a large, fallen log lies horizontally, covered in bright green moss. The ground is covered with a thick layer of reddish-brown fallen leaves and some small green plants. In the background, many tall, thin trees with green foliage stand in a misty atmosphere. The text "FICHAS ETNOBOTÁNICAS" is overlaid in yellow on the right side of the image.

FICHAS ETNOBOTÁNICAS

HIERBA PIOJERA

acónito, aconito



Información

Descripción: Planta herbácea vivaz con rizoma, de hasta 1,5 m. Tallos erectos robustos. Hojas profundamente divididas palmatipartidas. Flores asimétricas con 5 pétalos de color azul o amarillo, según la especie. Las flores se disponen en racimos densos, simples o ramificados. Fruto de tipo polifolículo, formado por varios segmentos.

Hábitat: Claros de hayedos, en el borde de cursos de agua y herbazales húmedos de montaña

Floración: De junio a octubre.

Utilidades

MEDICINA

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias: Se recogen varias citas en la comarca respecto al uso del acónito, tanto de flor azul (*Aconitum napellus*) como de flor amarilla (*A. vulparia*), para tratamiento de las afecciones cutáneas provocadas por infestación de piojos en el cabello humano. Con frecuencia esta enfer-



medad parasitaria (pediculosis) afectaba en la edad infantil, resultando muy contagiosa y con cierto impacto social, al asociarse erróneamente a personas con escasa higiene. Cuando se detectaba la presencia de liendres o de individuos adultos, se procedía a la recolección de la planta, cortando o arrancando la vara entera con o sin flores, dependiendo de la época del año en que se requiriera su provecho.

Para su preparación se hervía agua en un caldero de cobre o en un puchero grande y se introducía la planta fresca recién recogida, manteniendo unos diez minutos la cocción. Se dejaba reposar hasta disminuir la temperatura y resultar adecuada para verter el líquido sobre el pelo y el cuero cabelludo.

Un antiguo vecino de Valsurbio rememora con detalle su uso: “El arroyo de Valsurbio estaba lleno de hierba piojera y cuando tenía-

mos piojos porque nos los pegaban en la escuela, cortábamos la planta y sin que seicara, mi madre la cocía y después nos lavaba la cabeza. Era un remedio tan eficaz que aparecían los piojos muertos en la palangana”.



VETERINARIA

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias: La pediculosis no solo afecta a las personas, también es común en otros mamíferos. El mismo tratamien-





to indicado para personas se aconsejó para animales, principalmente para los terneros más jóvenes, al parecer más propensos a padecer esta afección según los testimonios recopilados.

Con el cocimiento de las hojas se lavaba bien al animal, desapareciendo los piojos al poco tiempo. "Mi tío iba mucho a por la hierba piojera, el tronco es un poco gordo y arriba tiene hojas con bastantes puntas. Se hervía todo y con eso lavaba a los jatos para quitar los piojos" (Santa María de Redondo).

USO TÓXICO Y NOCIVO

Tóxico para personas y animales: El acónito es una planta muy tóxica por su contenido en alcaloides, que resultan mortales, en particular la aconitina, veneno de acción potente y rápida que afecta al corazón y al sistema nervio-

so central. En la comarca se reconoce la toxicidad de la planta por la simple observación del medio: "Las vacas pacen todo de alrededor, pero esta no la comen" (Herreruela de Castillería). "Si llevaban a pacer los corderos por bajo del puente, a veces alguno se moría porque decían que comían esto venenoso" (Tremaya).

USO ORNAMENTAL

Adorno floral: La floración de la planta acontece entre los meses de julio y septiembre, resulta muy atractiva y de gran vistosidad por su coloración azul, violeta (*A. napellus*) o amarilla (*A. vulparia*). Ha sido empleada para confeccionar ramos de flor fresca en la decoración de alguna estancia en el hogar. "Sale una flor muy bonita y la corto para poner en un vaso con agua" (Ventanilla).

OBSERVACIONES:

La ingestión de acónito provoca hormigueo y picazón en boca, garganta, cara, espalda y miembros, vértigo y debilitamiento cardíaco. La muerte se produce por parálisis de los músculos relacionados con la respiración o a causa de colapso cardíaco. En 1954 se juzgó en España un caso de empleo criminal de acónito e incluso Trajano ya en el año 117 a. de C. prohibió su cultivo ornamental en Roma al ser utilizada con frecuencia para cometer asesinatos.

En algunos pueblos de España se la conoce con el nombre de matalobos, ya que se mezclaba con fragmentos de carne para matar lobos.

El nombre vasco de esta planta es sorribelarr, o hierba piojera, con un uso popular por vía externa para el exterminio de piojos. Se desaconseja cualquier tipo de uso casero ya que la aconitina puede absorberse a través de la piel, disponiendo de remedios más eficaces y menos peligrosos.

Su nombre genérico deriva del griego 'akoniton', que significa planta venenosa.

AVELLANO



Utilidades



ALIMENTACIÓN HUMANA

Frutos secos: Se aprovechan los frutos, las avellanas, que se recogen una vez maduras a finales de septiembre. Pueden consumirse tostadas, secas y también crudas en leche, cuando no se deja completar su maduración. “Se cogían avellanas en la zona donde luego se hizo la central térmica, se comían hasta de verde” (Velilla del Río Carrión).

La sabiduría popular revela la existencia de años mejores y peores en el rendimiento de los avellanos. Si el año era bueno, se almacenaban para consumir a lo largo del tiempo. En



Información

Descripción: Arbusto de hasta 6 m de altura, ramificado desde la base. Hojas simples, caducas, redondeadas y pilosas en el envés. Flores masculinas en amentos colgantes y las femeninas reunidas de 1-5 terminales. Fruto tipo nuez globosa.

Hábitat: En sitios húmedos y sombríos, asociados a diversos tipos de bosque.

Floración: De enero a abril.



Corylus avellana L.

BETULACEAE

Salinas de Pisuerga señalan el cultivo del avellano en huerta: “He traído avellanos del monte y les he puesto en la huerta. Las avellanas que dan, luego las tuesto, que están mejores”.

ALIMENTACIÓN ANIMAL

Forraje verde o seco: La hoja de avellano se desmochaba y era empleada como forraje para alimentar al ganado. Para conejos, ovejas, cabras y vacas se servía en fresco sin mayor preparación, sin embargo, para los cerdos había que cocinarlas en agua caliente. “De que salíamos de la escuela, íbamos a por hoja de avellano para los chones, se lo cocían un poco en un caldero en la lumbre y se echaba algo de harina de centeno hasta que salían las patatas” (Triollo)

COMBUSTIBLE

Encendido o leña fina: Los sobrantes de los ramos destinados para el forraje o para algún uso tecnológico eran aprovechados como leña fina para la lumbre.

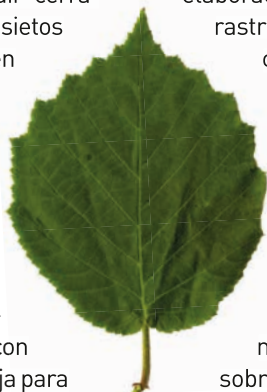
CONSTRUCCIÓN

Carros y otros vehículos: Para transportar la paja trillada en la era de la manera más eficiente posible, el carro tradicional era agrandado con una estructura de palos de avellano entretejidos, denominado zarzo. “El carro de zarzo no le tenía todo el mundo y algunos eran adaptados para pasar las alturas de las servidumbres. Era importante tener un carro grande para no dar tantos viajes” (Arbejal).





Casas, edificios e instalaciones agropecuarias: Las varas de avellano se han empleado con frecuencia en la arquitectura popular para construir cerramientos denominados setos, sietos o sietus. La técnica consiste en entrelazar varas de avellanos sobre montantes verticales. Estos cerramientos son empleados tanto en interior como en exterior, para separar estancias que permiten la ventilación y la iluminación, aunque en alguna otra ocasión se revocaba con tierra barrial mezclada con paja para que el cierre fuera total. “Había casas con pared de sieto, se echaba la tierra sobre los palos entrelazados, que casi siempre eran de avellano” (Verdeña).



INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Herramientas y utensilios: El avellano produce ramas largas y flexibles empleadas en distintos usos, como tutores para legumbres, varas para dirigir el ganado (hijada-ahijada), palos para varear colchones de lana, cachavas, varales para colgar la mantanza, etc. “Se hacen varas para pinar

los frejoles y arrear a las vacas” (San Cebrián de Mudá).

Su madera ligera se estima en la elaboración de mangos para rastros, rastrillos, azadillas, hachas, horcones, picachos o incluso para fabricar horcas y garios. “La maceta del rastrillo podía ser de fresno o haya, pero el mango y los pinos siempre de avellano” (Rebanal de las Llantas). En San Juan de Redondo indican la utilidad del avellano para las machorras (piezas de madera sobre las que se apoyan las albarcas y que permiten recambio tras el desgaste) de las albarcas y para las cebillas o collares que amarraban el ganado al pesebre.

Juguetes e instrumentos deportivos y musicales: El avellano aparece mencionado en la elaboración de elementos de diferentes juegos tradicionales, como los bolos, el pite o bigarda, la chita y la palma. “Usábamos un palo de avellano para jugar al pite, era un palo con dos puntas afiladas, le golpeabas en una a ver quien le mandaba más largo” (Brañosera).



AVELLANO

Cestos, recipientes y envoltorios:

En la confección de los típicos cestos (cestas, corras, garrotas) se incluye el avellano para hacer el aro y las costillas. “Hacía cestas que se usaban para echar de comer al ganado, el aro y las costillas eran de zarza o avellano. Para hacer las costillas se abría un tallo al medio, se colocaba sobre el aro y ya a tejer con mimbre de zalguera” (San Martín de Perapertú).

Cuerdas y ataduras: Las ramas más flexibles servían a modo de cuerda para atar cualquier cosa. En Salcedillo, por ejemplo, amarraban con ellas las ramas de abedul de los escobones.

USO SOCIAL, SIMBÓLICO Y RITUAL

Ritual de ciclo anual: Las enramadas son una antigua tradición donde los

jóvenes, en la festividad de San Juan o San Pedro, van a recoger ramas al bosque para ornamentar la ventana de alguna moza en edad casadera. Podían ser de avellano, acebo, chopo, haya, olmo, tejo, etc.

Ritual de ciclo de vida: Si la moza cambiaba de estado y se casaba, se enramaba la puerta de la novia con ramas de avellano. También se empleaban ramas para ornamentar el carro con el que finalizaba la recogida de la hierba y para confeccionar varas que sustentaban flores y otras ramas, en el caso de que el obispo o alguna autoridad importante visitara una localidad. “Cuando se casaba una moza se hacía un arco donde la novia, y con unas varas de avellano se hacía un arco para entretejer hiedra, por ejemplo, si venía el obispo se sa-

Cantamisa celebrado en Redondo en 1956





lía a esperarle a la entrada, iban las mozas con unas varas de avellano trenzadas con hiedra y flores, como que fuera una novia” (Ventanilla).

Literatura oral popular: En Herreruela de Castillería recogemos el siguiente refrán, que alude a la predicción en la producción de frutos secos: “La avellana que en agosto no grana, cata la vana”.

Alucinógenas, narcóticas y fumatorias: En épocas de escasez fue muy generalizado el uso de la corteza del avellano como sustituto del tabaco.

“Cuando no teníamos tabaco, pelabas la corteza de una vara de avellano seco, hacíamos luego cigarros con papel de la marca el rey, era muy basto y picaba que jodía” (Ruesga).



OBSERVACIONES:

El avellanal es un fitotopónimo que encontramos para nombrar un pago en Celada de Roblecedo y un paraje en Verdeña.

El nombre del género proviene del griego ‘corys’ que significa ‘casco’, en alusión a la forma de la envoltura de los frutos.

Con agua, azúcar y avellanas molidas se elabora una refrescante horchata. También puede extraerse aceite por prensado en frío de las semillas, utilizado para cocinar y como lubricante para elaborar pinturas, jabón o perfumes (Ribera & Obón, 1991).

HIPÉRICO

pericón, bergaula, flor de orina, pericol, hierba alpericón, hierba de San Juan



Utilidades

MEDICINA

Sistema genito-urinario: El hipérico posee un creciente valor en la zona como planta medicinal. Su uso más citado y valorado es como excelente diurético, empleado para tratar la retención de orina y las infecciones urinarias. Se recolecta la parte aérea en pleno estado de floración, desde el final de la primavera hasta la mitad del verano, y se administra mediante infusión. "Pericol es para el que se ve mal orinar. Se toma una infusión con



Información

Descripción: Hierba perenne de hasta 1 m de altura. Tallos con dos líneas longitudinales y glándulas de color negro. Hojas opuestas elípticas sésiles. Flores amarillas reunidas en racimos terminales. Fruto de tipo cápsula, subcónica.

Hábitat: Bordes de caminos, veredas y campos abandonados.

Floración: De mayo a agosto.

dos tallitos en una cazuela y santo remedio" (Recueva de la Peña).

Musculatura y esqueleto: Para tratar dolores musculares y óseos se aconseja el tratamiento con aceite de hipérico. En Cervera de Pisuerga ofrecen el siguiente testimonio: "Primero se cogen los tallos con flor y se secan un poco. En una botella con aceite de oliva se meten y se deja la botella 40 días en la calle. Después ya se cuele y se pone en un sitio oscuro. Este aceite es para dolores, de los pies, de los tobillos, también me lo doy para el reuma y noto como me calma el dolor".

Piel y tejido celular subcutáneo: También es reconocido como un buen cicatrizante de pequeñas heridas (vulnerrario). Es aplicado sobre las heridas en forma de aceite o se lavan con el agua resultante de cocer la parte aé-

rea. "Para los talones abiertos es muy bueno el aceite de hipérico, cicatrizan muy bien las heridas" (San Martín de los Herreros).

Sistema nervioso: La infusión de flores se recomienda para atender estados de nerviosismo, estrés, ansiedad, depresión y para dolores de cabeza. "La bergaula hace más efecto si se coge el día de San Juan, es para cuando estás nervioso o estresado" (Rebanal de las Llantas).

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias: En Alba de los Cardaños un ganadero refiere el empleo de aceite de hipérico para combatir la tiña (infección fúngica): "Se hace aceite mace-rando 40 días al sol. Vale para cuando los animales nos pegaban la tiña. Es muy rebelde de quitar, no te puede dar el sol y hueles a huevo frito".







VETERINARIA

Sistema genito-urinario: Las virtudes diuréticas también son aconsejadas para tratar la retención de orina en el ganado vacuno. Se cuecen en agua los tallos con flor y se da a beber el líquido resultante. “Una vez tenía un toro que todos los días se ponía a reventar, le pinchaba con el trocar, un día sí y otro también. Mi madre usaba hierba alpericón para la retención de orina y me dijo ‘vete al Carmen [ermita del] y coge estas hierbas, las cocemos y se las damos’. Hice un caldero, le metí una botella por la boca y se le quitó al momento” (Nava de Santullán).

Piel y tejido celular subcutáneo: Las heridas que en ocasiones presentan los animales domésticos se lavan con la cocción de hipérico. Muy eficaz para cerrar pequeñas heridas. “Cuántas veces atropé pericón, era para curar las

heridas de las vacas, lo cocíamos y lo dábamos con un trapo” (Verdeña).

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias: El remedio señalado en Alba de los Cardaños para combatir la tiña en personas es aplicado también para atender la misma enfermedad en los animales domésticos.



INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Cosmética, perfumería y limpieza: En Celada de Roblecado citan el curioso empleo del aceite de hipérico como bronceador corporal: “Para ponerse morenos, la hierba fresca se mete en aceite, se deja al sol unos días hasta que se pone rojo y luego se da”.



Rosario Mota (Recueva de la Peña)

OBSERVACIONES:

El singular nombre de bergaula es citado en Polentinos y en Rebanal de las Llantas, resultando un nombre inédito y propio de la Montaña Palentina, no recogido en la bibliografía consultada.

En la comarca del Cerrato se recoge su uso medicinal para heridas como cicatrizante, para regenerar quemaduras y para aliviar dolores provocados por contusiones. En la Montaña Palentina existen otras especies del mismo género, como *Hypericum hirsutum*, *H. hyssopifolium*, *H. pulchrum* o *H. undulatum*.

En humanos, el contacto de esta planta con la piel húmeda o aplicada de forma tópica produce eritemas y ulceraciones si existe una exposición al sol, por lo que ponemos en duda su empleo como bronceador, a pesar de ser transmitido por una persona de gran confianza en su conocimiento.

Especie muy vistosa que puede utilizarse en jardinería, de hecho era cultivada en jardines medievales.

PEONÍA

roso, amaperro, clavel



Utilidades



ALIMENTACIÓN ANIMAL

Plantas melíferas: Se trata de una especie que florece alrededor del mes de mayo y de la que las abejas obtienen néctar para elaborar la miel.



INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Vestimenta y adornos personales: Los más pequeños empleaban las semillas redondas de la peonía para engarzarlas y confeccionar collares decorativos. En Triollo lo recuerdan de esta manera: "El roso es la flor silvestre de la peonía que salía en Campo



Información

Descripción: Herbácea vivaz, de hasta 80 cm de altura, con rizoma subterráneo. Hojas alternas, compuestas por 20-40 divisiones. Flores grandes terminales, con 6-8 pétalos libres rojizos. Fruto en cápsula glabra que se abre en gajos.

Hábitat: En bosque aclarados y en matorrales de degradación, sobre sustratos ácidos o básicos.

Floración: De mayo a junio.

Gereno, de que cae la flor salen unas bolas rojas moraditas y menudos collares hacíamos de niñas”.



USO ORNAMENTAL

Patios, huertos y jardines: Las peonías producen flores muy vistosas y atractivas. Esta especie se encuentra de forma silvestre, pero se han recogido gran número de citas de su cultivo tradicional como planta ornamental en huertos o jardines. En Tremaya la emplean con fines decorativos en el cementerio: “Hay quien las tiene para decorar alrededor de la tumba en el cementerio. Salen todos los años, yo las tengo en la huerta”.

Adorno floral y plantas de interior:

En primavera, coincidiendo con la hermosa floración de las peonías, se recogen flores para confeccionar jarrones decorativos en fresco y también para incluir en centros de flor seca. “Los rosos son las peonías silvestres que se cogían en las calares del puerto de Grajeras. Los tenían que coger cerraos porque sino a los tres días se estropeaba, da el olor hasta demasiado fuerte” (La Lastra).

Los floreros eran colocados en las viviendas y con frecuencia también en el altar de la iglesia durante el mes de mayo, en el que se cantaban versos y se realizaban ofrendas florales a la Virgen. En Polentinos, los niños reci-



PEONÍA

taban estos versos en el ofrecimiento: “María te regalo esta peonía, te la pongo en el altar, recíbela madre mía, que esta niña te la da”.

USO SOCIAL, SIMBÓLICO Y RITUAL

Ritual de ciclo anual: En la festividad del Corpus Christi se colocaban peonías como ornamento en los altares tradicionales que se instalaban en el recorrido de la procesión. Los más jóvenes tiraban además pétalos al paso de la comitiva religiosa. “Cuando sacaban al Santísimo se hacían altares

el día del Corpus y siempre siempre se ponía la peonía y la rosa. Recuerdo desgranar y ver en el suelo pétalos de peonía y de rosa” (Aguilar de Campoo).

Ritual de incertidumbre, aflicción y protección: En Alba de los Cardaños señalan a esta planta como supersticiosa, desaconsejando su empleo para el decoro en el cementerio: “Las peonías aquí les llaman rosos y tienen muy mala prensa. Yo puse unos rosos en la tumba, al día siguiente me les tiraron y me dijeron que solo se me ocurría a mí”.

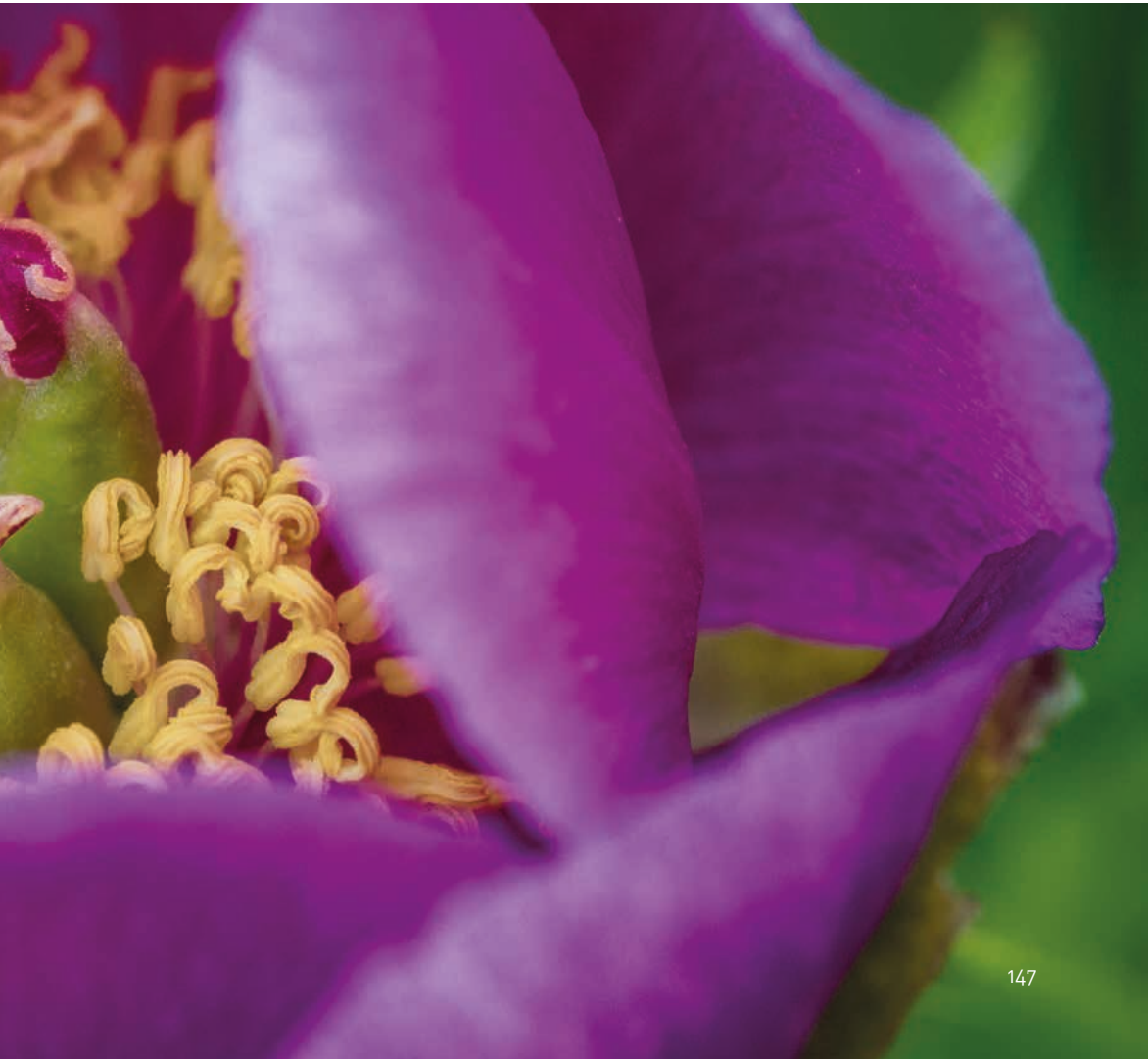


OBSERVACIONES:

En la zona de Triollo, Alba de los Cardaños y La Lastra citan el nombre de roso para la peonía de forma silvestre. En Santibáñez de la Peña y Villanueva de la Peña se denominan amaperros y en San Martín de los Herreros se conocen con el nombre de claveles.

Esta especie era ya cultivada como ornamental en los jardines romanos. La decocción de las hojas puede utilizarse para tratar afecciones de la piel y dolores en las extremidades.

Es frecuente encontrar ajardinada cultivares de *Paeonia lactiflora*, estas peonías poseen numerosos pétalos de color rojo, sus carpelos son pelosos y desprende un olor agradable.



SIEMPREVIVA

suelta, sanalotodo, hoja chupona



Utilidades

MEDICINA

Piel y tejido celular subcutáneo: La planta posee hojas carnosas que desprenden un jugo de propiedades vulnerarias, útil para curar heridas, cortaduras, quemaduras, picaduras y, en general, pequeñas afecciones en la piel. Resulta popular su uso específico en el tratamiento de clavos, diviesos, verrugas o granos, así como un remedio casero eficaz y rápido al encontrarse con frecuencia cultivada en macetas y jardines. Para administrarlo se arranca una hoja y se exprime el jugo que desprende o se retira la epidermis de la cara superior y se aplica directamente sobre la zona afectada. En



Información

Descripción: Hierba perenne de tallos aéreos de hasta 30 cm. Tallos floríferos densamente pilosos-glandulosos. Hojas formando una roseta basal, de forma lanceolada, cubiertas de pelos glandulares y con el ápice agudo. Flores reunidas en inflorescencias con 5-30 flores. Corolas con 9-12 pétalos rosados o púrpuras. Fruto de tipo polifolículo.

Hábitat: Gleras, terrenos rocosos y grietas de rocas calizas o silíceas.

Floración: De julio a septiembre.

Roscales de la Peña aconsejan colocar la hoja sobre los diviesos previamente calentada en una sartén con aceite: "Tan mejor que la medicina es la hoja de sanalotodo, te sacaba el pus de los diviesos, había que calentarla un poco en aceite. Lo había en los huertos, en las paredes y en las cercas".

 VETERINARIA

Piel y tejido celular subcutáneo: Las hojas machacadas también se recomiendan como remedio vulnerario para curar pequeñas heridas y llagas en animales, aplicadas directamente o mediante cataplasma. "Cuando por ejemplo un animal



SIEMPREVIVA

se mancaba con el yugo, se machacaban las hojas y se hacían unas bizmas (emplasto de tela) que se ponía en las heridas para que el animal se curara más fácil” (Nava de Santullán).

USO ORNAMENTAL

Patios, huertos y jardines: Es una especie muy empleada en jardinería popular, considerada no solo por la vistosidad de la floración en verano, sino también por los rosetones que forman las hojas suculentas. Su cultivo es sen-

cillo, debido a su resistencia al frío, su adaptación a suelos pobres, la escasez de cuidados necesarios y su rápida propagación. Es frecuente encontrarla decorando en patios, jardines, macetas de exterior y sobre todo en muros divisorios, donde se extiende con facilidad. “Las siemprevivas salen por los brezales, la pones en casa pa tener de adorno esa flor y no se te echa a perder ni nada” (Piedrasluengas).





OBSERVACIONES:

Las plantas con hojas crasas se emplean en medicina popular en otras zonas de España también para tratar afecciones de la piel. En el Cerrato, por ejemplo, se recoge el uso común de la especie *Sedum telephium*, donde se la atribuye las mismas propiedades vulnerarias.

Puede utilizarse la planta sola o mezclada con miel o en cremas, pomadas, vahos faciales y baños (Rivera & Obón, 1991).

El nombre proviene del latín 'semper', que significa siempre y de 'vivum' (vivo), al ser plantas muy resistentes y difíciles de secar.