

USOS POPULARES DE LA FLORA TÍPICA DEL OESTE DE CARTAGENA

María José Martínez Madrid e Isabel María Martínez Madrid.

Licenciadas en Biología

E-mail: mj.martinezmadrid@um.es

Resumen

Se recopilan los usos que popularmente se llevan o llevaban a cabo con la flora local del Oeste de Cartagena, para así estudiar los conocimientos que aún conserva la población y realizar un pequeño sondeo de las plantas más utilizadas, atendiendo a su ubicación y uso. Esta recopilación de datos la he realizado mediante una serie de entrevistas abiertas a diversas personas de distintas edades en las que les preguntaba por plantas medicinales, enfermedades que remedian o con usos en la alimentación, y recetas. Se recogen 133 plantas y sus respectivos usos (medicinales, alimentarios, ornamentales), proporcionados por los entrevistados, manteniendo al máximo el vocabulario que los informantes usaban, aunque en ocasiones no fuera del todo correcto, ya que así me pareció que se conservaba mejor lo que estas personas querían transmitirme.

Finalmente, estos datos se reflejan en tablas y gráficos comparativos que facilitan la lectura de los resultados obtenidos, también se acompaña información de la zona, en cuanto a su localización e historia. La información recogida por informante es muy variable, siendo el máximo 64 especies y 43 usos medicinales. Un 35 % de los informantes mencionan de 1 a 10 plantas. Las enfermedades más citadas son el dolor de estómago, el resfriado, la tos, el dolor de cabeza y la falta de apetito. Y finalmente, algunas de las plantas más citadas y características de la zona, han sido recogidas en un pequeño herbario. Entre las plantas más citadas se encuentra el catarrosí, el ajo, la centaurea y el eucalipto.

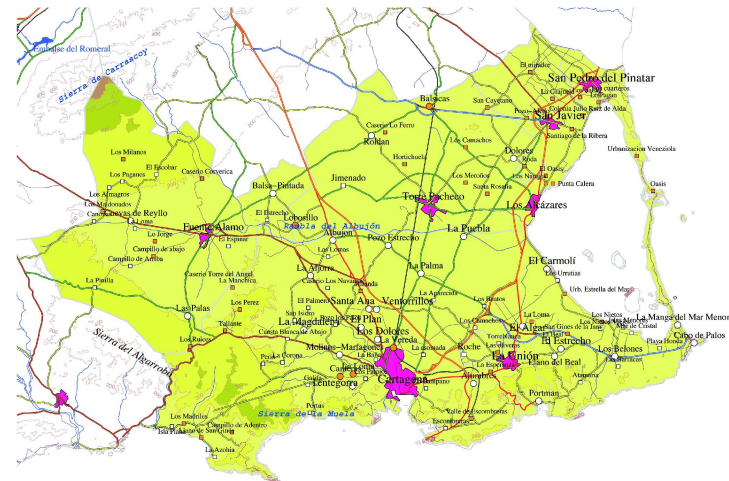
Introducción

El objetivo de este trabajo es recopilar el mayor número de plantas posibles, para así estudiar los conocimientos que aun conserva la población y realizar un pequeño sondeo de las plantas más utilizadas, con usos en medicina, alimentación y otros usos, conocidas y utilizadas por los entrevistados de la zona Oeste de Cartagena.

Localización

La zona oeste de Cartagena incluye los pueblos situados entre la Rambla de Benipila, a la altura del Barrio de la Concepción, hasta la costa, a la altura de Isla Plana, como son Barrio de la Concepción, Canteras, Molinos Marfagones, San José Obrero, Galifa,

Cuesta Blanca, La Torre de Nicolás Pérez, Perín, El Palmero, Pozo de los Palos, La Aljorra, La Magdalena, San Isidro, Los Puertos, Tallante, El Campillo, La Azohía, Isla Plana.



Campo de Cartagena.

Historia

Esta comarca tenía por capital Mastia (Cartagena), centro y emporio comercial donde se concentraban sus productos para la exportación a todos los pueblos de su interior.

Estaba catalogada como país de riquezas, tierra idílica de paz, hombres longevos, generosidad y hospitalidad ilimitada, recogida por una gerontocracia y mandada por consejos de ancianos, autónomos en cada ciudad confederada. De la pesca que se extraía de estas costas destacaban las murenas (morenas), los cebados atunes, las caballas y el raro y solicitado garum (adobo y escabeche). Los astilleros de la Mastia trabajaban incesantemente, pues su comercio exterior lo exigía, y además porque obtenían las materias primas para la reparación y construcción de sus naves, como maderas, resinas y espartos elaborados. Las trufas, las eneas, los palmitos, el hinojo, las rosas tempranas, la vid, el olivo... todo era un vergel. De la ganadería destacaban los caballos y los carneros. Mencionar también la miel de tomillo que dio nombre al actual Cabo Tiñoso, como "*Promontorius Thymosus*".

Entre la fauna de estos montes podemos encontrar el asno, el caballo, el jabalí, lobos, gamos, venados, corzos, cabras, ovejas, burros, bueyes, yeguas, mulas, zorrazos, garduñas.

En cuanto a la forma de hablar podemos afirmar que la “C” y la “Z” brillan por su ausencia siendo sustituidas por la “S” (seseo, “sagala”, “morsilla”). También tiene lugar la aspiración de la “S” y la “D” a finales de palabra, (“salú”, “virtú”) y el cambio de la “V” por la “G”, (“gomitar”, “gutifarra”) y el de la “B” por la “M” (“mandurria”). Además de infinidad de frases típicas, como “Por no tener no tiene ni porquería en las tripas, como se ha dicho siempre”. Dentro de la industria de esta zona, cabe citar las minas, carpinterías, caleras, panaderías, molinos de viento, y oficios manuales como modistas, bordadoras, bolilleras y artesanía.

La influencia de ganadería en la meseta crece en el siglo XVI, teniendo su mayor apogeo en 1575. En el campo hay considerable número de cabezas de ganado vacuno y caballar para tareas agrícolas; el ganado cabrío para carne y leche; porcino y aves de corral para el consumo familiar. Los intereses ganaderos están subordinados a los agrícolas.

La caza también desempeñó un papel importante en cuanto al desarrollo de la comarca.

Como detalle apuntar la existencia de cuatro molinos de viento que caracterizan la zona: Molino de Zabala, Molino de la Corona, Molino de Perín y el Molino de Cuesta Blanca.

El medio físico

Clima

Enmarcado en el ámbito mediterráneo el clima de esta zona se encuentra determinado por la proximidad al mar. Existe un gradiente pluviométrico de este a oeste y de norte a sur, siendo las precipitaciones medias inferiores a 300 mm anuales, no superando en las vertientes meridionales de Cabo Tiñoso los 150 mm. Las lluvias concentradas durante la estación otoñal se producen de modo torrencial. La temperatura media es de 17°C.

En las proximidades a la costa la humedad ambiental y las criptoprecipitaciones ocasionan descensos en los valores de evapotranspiración y permiten que las disponibilidades hídricas para la cubierta vegetal sean mayores que las esperadas a partir de datos de precipitación y temperatura.

Lugares de interés geológico y geomorfológico

Se encuentran los siguientes lugares de interés geológico:

Colada Basáltica del Cabezo Negro, afloramiento de basaltos en masas tabulares sobre una superficie de erosión del Cuaternario, constituye la manifestación volcánica más reciente de las conocidas en la Región de Murcia, de interés petrológico y geocronológico.

Otras zonas de interés geomorfológico en el área con importante valor en un contexto local y comarcal, son las siguientes:

Franja litoral comprendida entre Punta de la Azohía y El Portús. Entre el sistema de acantilados formados por calizas triásicas aparecen algunos elementos de elevada singularidad tales como el lapiaz de Cala Cerrada, el arco de Cabo Tiñoso, los sedimentos cuaternarios de Cala Salitrona y La Aguja de La Muela. Peñas Blancas, por la singularidad e interés paisajístico de la pared vertical que constituye una estructura visible desde muchos kilómetros de distancia.

Características generales de la vegetación

Las formaciones vegetales presentes en esta área son mayoritariamente los matorrales, caracterizados por su elevada densidad y porte. Otras formaciones destacables por su extensión en el área son los espartales y los pinares. Este núcleo de vegetación natural se encuentra rodeado de cultivos de secano, excepto el límite este y norte del cabezo de Roldán que contacta con los ambientes semi-urbanos de la periferia de la ciudad de Cartagena.

Material y métodos

Para la realización de este trabajo he llevado cabo una serie de encuestas abiertas en las que he intentado mostrar la mayor confianza al entrevistado, logrando así que dieran rienda suelta a sus conocimientos, y sobre la marcha he ido anotando en un cuaderno todos los datos obtenidos.

También he buscado información sobre todo, para la introducción y localización de la zona en el libro “Perín”, de Ángel Agüera Torres, el cual me lo dieron a conocer algunos de los informantes, ya que es un libro escrito por un vecino de la zona, amante de su pueblo.

Por otro lado he conseguido un video, “Trilla Perín 2002”, el cual, también me lo dieron a conocer algunos informantes, ya que fueron ellos mismos, los vecinos del pueblo, quienes lo dirigieron, grabaron y editaron. A continuación presento una tabla en la que aparecen los datos de los entrevistados.

Informantes.

- Pencho (El Parras). Este señor, el cuál dedico mucho tiempo a ayudarme en el trabajo, tiene una confianza ciega en las plantas medicinales, hasta el punto de que, ni él, ni su familia acuden al medico, a menos que sea algo grave, ya que usan las plantas para todo tipo de afecciones. Este señor, tiene diversas anécdotas con la naturaleza, ya que es amante de la misma, por influencia de su padre, y un entusiasta de la biología. En una ocasión, Félix Rodríguez de la fuente, a través de uno de sus cámaras, que era amigo de Pencho, llamó a éste para que se fuera con él, ya que le llegaron oídas de que eran un gran conocedor de los animales salvajes de la zona, y un buen amaestrados de perros.



Pencho "el Parras" gran conocedor de los usos populares de las plantas.

- Francisco Fuentes (Paco de las cabras), trabajó en el campo hasta los 30 años, siente una pasión especial por las plantas medicinales pues según cuenta, la centaurea le salvo la vida. El médico le dijo que se moriría pronto por consecuencia de fiebres muy altas pero se curó tomando infusiones de dicha planta. Es un gran conocedor de plantas medicinales por la influencia de sus abuelos.
- Pedro Martínez Valero, me contaba que cuando era un niño, todas las mañanas salía andando desde Cuesta Blanca hasta el puerto de la Azohía, para ayudar a atracar a los barcos pescadores, y con suerte, le darían algún pescado, con el que comería ese día, pero si no era así, si no le daban nada, de vuelta a casa recogía higos y almendras, con lo que pasaba el día, aunque como dice, pasando hambre.
- Jerónima Pérez, trabajó en el campo. Desempeñó distintas tareas para conseguir dinero y ayudar a sus padres.

- Norberto Meroño, fue agricultor hasta los 21 años.



Francisco Guillén Paredes y su rebaño.

- María Martínez, nació en Los Flores. Trabajó en el campo. Suele ir a El Campillo para recolectar plantas de las aquí mencionadas.
- Josefa García, nació en Los Liartes. Trabajó en el campo. José Rubio vive en Los Liartes, también trabajó en el campo y posteriormente en Bazan.
- Ginés Martínez "el Quisco", vive en La Torre de Nicolás Pérez. Ha trabajado en el campo.
- María Pérez "La Moña", trabaja desde muy pequeña en el campo. Cuida plantas para fines medicinales.
- Rosalía Madrid, vivió en la Torre de Nicolás Pérez y ha trabajado en el campo. Hasta los 60 años no conoció los medicamentos y ha usado mucho estas plantas con estos fines.
- José Pérez, es militar y pasó su infancia en el campo con sus padres.
- Maria García, nació en La Cuesta de la Jarapa. Su madre murió muy joven y por esta razón se crió con sus hermanos en la casa del niño (Cartagena). Los fines de semana trabajaban ayudando a unos familiares de Los Albadalejos donde tomaban remedios caseros con plantas.
- Francisco Martínez, nació en Cuesta Blanca pero actualmente vive en Perín le gusta la naturaleza y la medicina natural.
- Loli Madrid, "Hija del Lirio" ha trabajado con sus abuelos cogiendo almendra y con sus padres en la ganadería. A los 11 años dejó la escuela para ayudar en el negocio familiar, la venta "El Lirio".



Antonio, agricultor que mantiene variedades autóctonas.

- Juan Fuentes, “Juanillo” nació en La Torre de Nicolás Pérez. Se crió con sus abuelos pues su padre murió en la posguerra y su madre también murió muy joven. Es muy conocido y gran conocedor de la flora de Perú.
- Vicente Madrid nació en las Coronas. Cuidó vacas y cabras con sus padres y con sus abuelos paternos, recogió almendra y guisantes.
- Josefa Pérez, “La Liria” nació en Los Roses (Perú). Fue al colegio de la Corona desde los 6 hasta 9 años. Con esta edad se fue al Cañar para hacer compañía a un matrimonio mayor (Juan Solano y la tía Olaya) y las tareas caseras, a cambio de comida. Mas tarde sirvió en casa de Juan Pelele (lechero) fregando suelos, platos y cantaros. También trabajo el esparto y cuando se caso acompañaba a su marido en las tareas de ganadería.
- Maria Agüera, ha vivido en La Torre de Nicolás Pérez hasta que se casó. Trabajó en el campo ayudando a sus abuelos ya que se quedó huérfana desde muy pequeña. Actualmente vive en Collado Mochuno.
- Lorenzo Agüera, “El Crío” trabajó en su juventud en el campo y posteriormente en una empresa de butano. Vivió en La Torre de Nicolás Pérez. Sus padres también murieron.
- José Agüera, “Pepe el huérfano” vivió en La Torre de Nicolás Pérez con sus abuelos y sus 9 hermanos. Sus padres murieron muy jóvenes.

- Juan Madrid, al caer su madre enferma, su padre lo puso a trabajar como pastor, espartero y leñador. Posteriormente trabajó en la fábrica de zinc.
- Bonifacio García, “El Gachopo” vivió en las Casas del Pino. Trabajó en el campo y en una empresa de butano.
- Ana Roca, vivió en la Magdalena. Trabajó en el campo y para un sastre.



Francisco Fuentes Liarte con sus cabras.

- Isabel Agüera, “Hija de Juan Rampin” de pequeña ayudaba a sus padres cogiendo almendra, guisantes y segando.
- José Díaz, “Pepe Díaz, Casiprimo” nació en el Campillo y vivió en La Torre de Nicolás Pérez hasta que se casó. Trabajó como remachador, albañil y soldador.
- Francisco Guillen, “Perucho” ha trabajado como lechero, comerciante y pastor.
- Josefa Arroyo, “Tía Pepa” se crió con su tía ayudando en las tareas del campo
- Lorenzo Madrid, nació y vive en Los Albadalejos. Ha trabajado como lechero, tendero y Agricultor.

Para la realización del herbario se han utilizado plantas que los informantes ofrecían, ya que estos las consideraban importantes. El prensado se lleva a cabo mediante la utilización de periódicos, que envolvían las plantas, y dos tableros grandes y pesados, que se ponen sobre una mesa, entre los que colocaba los pliegos. Todo se situaba en un lugar donde corría el aire, pero no daba el sol directamente.

Resultados

Plantas

- 1. Aceite puro de oliva: 25 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Constipado de pecho (25). Se echa en el pecho, y se tapa con un paño caliente, para reblandecer la mucosidad del pecho.
- 2. Aceite de alacrán: 9 //1 // USOS MEDICINALES 1 // Aceite al que le metían en la botella un alacrán, y cuando te picaba dicho animal se ponía aceite en la picadura.
- 3. Acelga blanca (*Beta vulgaris* L.): 19 //1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Son acelgas de monte, que se comen cocidas o en tortilla. Aún se siguen recolectando (19).
- 4. Adelfa (*Nerium oleander* L.): 25 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Verrugas. Procedimiento: Cuando está verde se restriega por la verrugas, y terminan desapareciendo.
- 5. Ajo (*Allium* sp.): 7, 9, 12, 20, 28, 30, 31 // 7 // USOS MEDICINALES 4 // Es usado para el reuma (12), como antiinflamatorio (12), para el aliacán (mal del sueño) (7, 20, 28, 30, 31) y para evitar el mal de ojo (7,9). Se recolecta en primavera-verano. Se consume como ingrediente habitual de la comida (ensaladas, guisos...) tanto crudo como cocinado. Para saber si se tiene mal de ojo se ponen un par de dientes en una bolsita y ésta se lleva encima durante un par de días. Si se ponen amarillos es que tiene mal de ojo. Para evitar el mal de ojo se les metía a los niños en los evangelios escondido.
- 6. Ajo porro (*Allium ampeloprasum* L.): 25 // 1 // USOS MEDICINALES 1 Dolor reuma (25). Procedimiento: Se restriega en crudo por la zona donde duele.
- 7. Alacranera (*Coronilla scorpioides* L.): 25 // 1 // USOS MEDICINALES 1 Purgante (25). Se utilizan las semillas.
- 8. Albahaca (*Ocimum basilicum* L.): 9 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para la cocina, como condimento. Para abortar. A los animales se les daba tras el parto para que echaran las "parias". Procedimiento: En el caso de aborto y de los animales se hacía en infusión.
- 9. Albaida (*Anthyllis cytisoides* L.): 9, 12, 25 // 1 // USOS MEDICINALES 3 // Se emplea para tratar la afonía (9,12), digestiva (25). Se recolecta en primavera. Procedimiento: Se hace una infusión y con ella gárgaras, a modo de enjuaguebucal. Según unos informantes se recomienda no ingerir, y según otros (25), setoma con hinojo y un poco de tomillo, para hacer la digestión.
- 10. Alpiste borde (*Phalaris canariensis* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Alimento para pájaros (25).
- 11. Amapola silvestre o babaol (*Papaver rhoeas* L.): 6, 9, 12, 27. // 4 // USOS MEDICINALES 2 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Sirve para contraer el sueño (6), calma la tos (12) y como condimento alimentario (9,27). La parte de la planta que se usa suelen ser los pétalos, aunque, por comodidad, la infusión se hace con la flor entera. Procedimiento: Se pone agua ha calentar y cuando está hirviendo se echan las flores. Se deja unos cinco minutos y posteriormente se baja el fuego (fuego lento) durante cinco minutos más. Se deja enfriar un poco y se cuele para eliminar los fragmentos posibles. Se toma una infusión al día hasta que remitan los síntomas
- 12. Almendra amarga: 3, 19 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Se utiliza para nivelar el colesterol. Se recomienda comer al día un par de gajos de almendra.
- 13. Almendra medicera: 3, 13 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Para calmar el dolor de cabeza (3, 13). Se trata simplemente de poner sobre la cabeza (bajo la gorra, por ejemplo) una almendra de las llamadas mediceras (gemelas) hasta que desaparezca el dolor de cabeza.
- 14. Altramuces (*Lupinus albus* L.):13 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Tratamiento del colesterol. (13) La parte que se usa es el fruto.
- 15. Avena (*Avena sativa* L.): 19 // 1 // OTROS USOS 1 // Se usaba machacada para los animales, sobre todo cuando no había otra cosa que darle (19).
- 16. Avena verde (Avena sin madurar): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Para jugar, ya que la semilla se queda enganchada en la ropa (25).



- 17. Alzabara dulce (*Agave americana* L.): 11,16 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Para las quemaduras (16) Sus pinchas se usan para sacar los caracoles para comerlos (11). Se usa el tallo de la planta. Procedimiento: se parte el tallo y se restriega el líquido que sale sobre la quemadura. Este proceso se puede repetir diariamente hasta que se calme el escozor típico de la misma.
- 18. Beleño (*Hyoscyamus albus* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Para pescar (25).Procedimiento: Se trata de una planta tóxica, así que la echaban machacada en los remansos de agua, en el mar, los peces se morían y así los cogían.
- 19. Boja blanca (*Teucrium murcicum* Sennen): 25 // 1 // USOS MEDICINALES 2 // Para el ácido úrico y la gota (25). Procedimiento: Se toma como infusión.
- 20. Bolaga (*Thymelaea hirsuta* L.): 1, 6, 9,11, 25 // 5 // USOS MEDICINALES 1 // OTROS USOS 4 // Para el dolor de muelas (9), para barrer (25), en el parto de las cabras (para que expulsen la placenta) (1), para la diarrea en animales (6, 11, 19) y para hacer cuerdas improvisadas en el monte (25). En el caso de dolor de muelas, se hace una infusión de bolaga, a la que se puede añadir azúcar. Procedimiento: Poner agua a calentar (fuego máximo) y cuando hierve se introduce la bolaga. Se mantiene hirviendo durante cinco minutos y se deja enfriar. Hacer enjuagues bucales después de las comidas hasta que sea necesario. En el caso de los animales, se da comer la bolaga directamente hasta conseguir el propósito en cuestión (expulsión de placenta en el parto y diarrea). Para la diarrea de las cabras, se les liaba al cuello una soga de bolaga, se les hacía siete nudos (19). En el caso de usarla para barrer se ata un racimo a una vara, y se hace como una escoba.
- 21. Calabacín (*Cucurbita pepo* L.): 7, 8, 10 // 3 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para hacer pisto, se fríe con cebolla y patata (7, 8, 10).
- 22. Caldo de olivas: 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Diarreas fuertes de cabras (25). Se les da a beber el caldo que queda en el bote cuando se gastan las olivas que se curaron de forma casera y natural.
- 23. Camisa de culebra (Piel de culebra): 13 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para el resfriado (13). Procedimiento: se cuece con tomillo e higos secos.
- 24. Candilejas (*Arisarum vulgare* Targ.-Tozz.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Alimento para jabalíes (25).
- 25. Cantueso (*Lavandula stoechas* L.): 9, 25 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 3 // Para entrar en calor (9), como bebida, para hacer licor (25) y para

aromatizar comidas (25). Se usa como medicinal si es de monte, si es cultivado no (9). Procedimiento: Es usado para hacer bebidas, como el orujo y otros licores

- 26. Cañas (*Arundo donax* L.): 27 // 1 // OTROS USOS 4 // Para construir los tejados, sostener las tomateras, para las colmenas y como molde para hacer velas (27). Para usarlo como molde de velas, se vaciaba por dentro la caña, se cortaba con a la altura deseada, y se rellenaba de cera derretida, y antes de que enfriara se le metía un hilo de algodón, que sería la mecha.



Recolectando diferentes plantas para preparar un brebaje.

- 27. Cardo borriquero (*Onopordum acanthium* L.): 2 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para aliviar el dolor de muelas (2). Procedimiento: Se hace una infusión y con ella enjuagues bucales por las noches, después del cepillado.
- 28. Cardencha (*Dipsacus fullonum* L.): 9, 16 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Para las hemorroides (9, 16). Se recolecta en primavera. Procedimiento: Con el tronco de la mata se hace una infusión en agua y con ella se lava la zona afectada, durante un novenario, todas las mañanas.
- 29. Catarrosí (*Peganum harmala* L.): 1, 4, 9, 13, 14, 16, 18, 27, 25 // 9 // USOS MEDICINALES 4 // Para la inflamación (13, 18), para las heridas, sobre todo eccemas, desinfectante (1, 4, 9, 14, 16, 27) y para la otitis (25). El catarrosí es de uso externo, no debe tomarse. Se restriega por la zona afectada (inflamada y sobre las heridas) con compresas mojadas calientes, hasta que remitan los dolores. Para la otitis se hierve, y puede mezclarse con Rabogato. Para cuando hay torceduras por caídas, o por pinchas de cactus, que duelen mucho.
- 30. Cebada (*Hordeum vulgare* L.): 19 // 1 // OTROS USOS 1 // Se utilizaba para darle de comer a los animales (19).

- 31. Cebolla (*Allium cepa* L.): 8, 9, 12, 13 // 4 // USOS MEDICINALES 4 // Como antitusivo (8, 9), diurética (12, 25), diabetes (25) y para fortalecer la dentadura (12). El bulbo de la cebolla se consume como el caso del ajo, en las comidas como un ingrediente más. Se puede tomar tanto cruda (ensaladas...) como frita, cocida, asada, etc. Particularmente, si se usa como antitusivo, se pone media cebolla en la mesilla de noche mientras se duerme. Para la diabetes se realiza un caldo.
- 32. Cebolla marranera (*Urginea maritima* L.): 9, 25// 2 // USOS MEDICINALES 1 // OTROS USOS 2// Para las heridas, para ahuyentar hormigas (9) y para atraer alimañas (25). En el primer caso se pasa directamente por la herida. Como ahuyentador, basta con ponerla partida por la mitad donde se desee. Para atraer a la zorra: con un trozo de hoja, puesto entre la lengua y el paladar, se puede hacer un sonido, casi idéntico al de un conejo pequeño, lo cual atrae a las zorras, ya así pueden matarlas.
- 33. Centaura: 9, 12, 18, 21// 4 // USOS MEDICINALES 2 // OTROS USOS 1 // Tratamiento de la fiebre muy elevada (9, 18, 21), fiebres tifoideas (12) y para aclarar el cabello rubio (9). La parte de la planta que se usa es la flor. Procedimiento: Se hace una infusión a fuego lento y posteriormente se cuela. En caso de fiebre elevada y de fiebres tifoideas se toma una infusión al día, por la mañana y en ayunas durante un novenario (nueve días). Para aclarar el cabello, se reparte la infusión por todo él, preferiblemente después del lavado. No necesita aclarado.
- 34. Chucho vieja (*Launaea arborescens* (Batt.) Murb.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Espantar insectos, ya que huele muy mal (25).
- 35. Chumbera (*Opuntia máxima* Mill.): 1, 2, 17, 32 // 4 // USOS MEDICINALES 2 // Para el cólico (1, 2, 17). Para el resfriado (32) Procedimiento: Se pone la flor a secar al sol y, cuando ya lo está, se hace una infusión con agua hirviendo durante diez minutos. Se debe tomar un vaso de este preparado una vez al día durante un novenario como mucho. Para resfriado, se escurre el fruto después de pelado y se bebe el líquido con una cucharada de azúcar (32).
- 36. Ciruelas (Fruto de *Prunus domestica* L.): 10, 11 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 2 // Para comer en fresco, y cuando la cosecha es grande se hacen mermeladas con todas las variedades de ciruelas para no tirarlas (10, 11).
- 37. Ciprés de mata (*Cupressus sempervirens* L.): 9 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para el sarampión (9). Se usa el tallo. Procedimiento: Se coloca en el pecho un tallito del ciprés. De esta manera se cree que el sarampión brota hacia fuera y no hacia dentro, que podría ser mortal.
- 38. Cola de caballo (*Equisetum arvense* L.)26 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Desinfectante, para heridas (26).
- 39. Collejas (*Silene vulgaris* L.): 9, 25 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 3 // Utilizadas como alimento (9, 25). Procedimiento: Se pueden freír, hacer en tortilla o echar en el potaje de habichuelas.
- 40. Copas: 19 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Se comían cocidas (19).
- 41. Coscoja (*Quercus coccifera* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Para hacer varas, bastones (25). Y las bellotas se las comen los jabalíes y el torcal (25).
- 42. "Donser": 27 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Se utilizaba cuando alguien tenía el sarampión (27). Procedimiento: se le pasaba por los ojos.
- 43. Esparto (*Stipa tenacissima* L.): 9, 19, 25 // 3 // OTROS USOS 3 // Para hacer capazos, que luego se usarían para el campo, o para coger huevos, y esparteñas, que se las ponían como zapatos, y también para hacer caracoleras, para coger los caracoles después de que lloviera (19, 9). Para curar el ojo de las cabras cuando se pone blanco. Se le introduce por el conducto que comunica el lagrimal con la boca (9). En la parte más cercana a la raíz el tronco está dulce, y lo mastican los jabalíes (25).
- 44. Esparto verde: 3 // 1 // USOS MEDICINALES 2 // Se usa para el moquillo y la ceguera en los animales (3). Procedimiento: Se cogen dos trocitos del tallo y se meten por unos conductos que tienen los animales (cabras) en el paladar y que se conectan directamente con ojos y nariz. Mantenerlos durante ocho días.



Pencho y su nieta manteniendo vivo el conocimiento de las plantas.

- 45. Esparraguera (*Asparagus horridus* L.): 24 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para alimentación (24). Procedimiento: Se cogen los espárragos tiernos y se fríen.
- 46. Espino negro (*Rhamnus lycioides* L.): 9, 16, 25, 26 // 4 // USOS MEDICINALES 2 // OTROS USOS 1 // Dolor de garganta (16, 26), afonía (9) y se usa la madera para hacer los badajos de los cencerros (25). Se hacen infusiones con la flor del espinillo negro. Procedimiento: Se pone a hervir agua durante quince minutos y se añaden las flores cinco minutos más. Se cuele la infusión y se toma mientras permanezca el malestar de la garganta. Normalmente, durante un novenario. Pero en casos persistentes es mejor repetir el proceso hasta que sea necesario.
- 47. Espliego (*Lavandula dentata* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 Para hacer perfumes (25).
- 48. Estepa (*Cistus albidus* L.): 1, 6, 12, 16, 25. // 5 // USOS MEDICINALES 5 // OTROS USOS 1 // Para las infecciones de orina (1, 6, 25), para el riñón (25), dolor de muelas (25), hemorroides (6, 25), estómago (16) y en puesto de tabaco (para mascar) (12). Se han de hacer infusiones de estepa, usando únicamente las flores. Procedimiento: Una vez que hierve el agua, se añaden las flores y se mantienen a fuego máximo durante quince minutos. Después, se cuele para retirar restos. Debe tomarse como máximo un novenario.
- 49. Eucalipto (*Eucalyptus* sp.): 1, 2, 4, 5, 6, 7, 12, 16, 25, 32. // 10 // USOS MEDICINALES 2 // Catarro (1, 2, 4, 5, 6, 12, 16) constipado (25, 32). Esta planta se usa para hacer vahos y así descongestionar la nariz y aliviar el catarro. Procedimiento: Se pone agua a calentar y cuando está hirviendo se añaden varias hojas de eucalipto, hasta que comience a evaporar un vapor oloroso. Entonces, el afectado se cubre con una toalla (o similar) y comienza a aspirar alternando por la nariz y por la boca. Esto se puede hacer cuantas veces se quiera.
- 50. Falsa ruda (*Thalictrum maritimum* Dufour): 25 // 1 // Planta similar a la ruda, pero no se debe confundir con esta, ya que no presenta las mismas funciones.
- 51. Gamón (*Asphodelus fistulosus* L.): 25 // 1 // USOS MEDICINALES 2 // Se utiliza en el caso de llagas o para cuando “te da un peine en la rodilla” (25). Procedimiento: La raíz se lava, se pela y se pica con la batidora, el líquido que se saca se echa en las llagas de la boca. (Se lo explicó su padre cuando era chico).
- 52. Garbancillo de Tallante (*Astragalus nitidiflorus*): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Aromatizar (25).
- 53. Garrofa (Fruto de *Ceratonía siliqua* L.): 9, 24, 25 // 3 // USOS MEDICINALES 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // OTROS USOS 2 // Se utilizaba para dársela a los caballos (24) y para las verrugas (25). La semilla se usaba para hacer pegamento (25). Para hacer chocolate (9). Procedimiento: Cuando está verde se restriega por las verrugas.
- 54. Geranio (*Pelargonium* sp.): 19 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // En caso de estreñimiento (19). Procedimiento: Se frota las nalgas con un par de hojas de geranio, frescas. Si el estreñimiento es muy severo, se puede introducir el tallo por el ano para estimular la zona.
- 55. Granado amargo (*Punica granatum* L.): 10 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para las lombrices (10). La parte del granado que se usa son las raíces. Procedimiento: Se hace una infusión con las raíces y cuando está fría se toma, preferentemente, por la noche antes de acostarse. Normalmente se consume esta infusión hasta que las lombrices desaparecen por completo.
- 56. Harina de garrofa: 9 // 1 // OTROS USOS 1 // Como comida para animales (9).
- 57. *Helichrysum decumbens* (Lag.): 27 (Él no recordaba el nombre, pero mediante libros y consultas identifiqué que se trataba de esta planta) // 1 // OTROS USOS 1 // Para problemas de estómago de las cabras. Procedimiento: Se les daba en infusión, con biberones.
- 58. Hierbabuena (*Mentha sativa* L.): 13 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Se utiliza en cocina, para la realización de los callos (13).
- 59. Hierbalasangre (*Paronychia argentea* Lam.): 16, 18, 25 // 3 // USOS MEDICINALES 4 // Como tranquilizante (16), para purificar la sangre (18), para el resfriado (25) y para equilibrar la tensión (18). La infusión se hace y se cuele. Se toma por las mañanas en ayunas.
- 60. Hierbaluisa (*Melissa officinalis* L.): 5, 6, 12, 14, 16, 27 // 6 // USOS MEDICINALES 2 // Dolor de vientre (6) y estómago (5, 12, 14, 16, 27). Se hace una infusión que se puede tomar cuando se quiera, hasta que el dolor desaparezca.
- 61. Higos secos: 11, 29 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 2 // OTROS USOS 1 // Para comer (29), para engordar a los chinos y para hacer pan de higo (11). El informante 29, Pedro Martínez Valero, me contaba, que salía todas las mañanas andando, desde la Aljorra a La Azohía para ayudar a los barcos a atracar, para ver si así le daban algún pescado, y si no tenía suerte, y no era así, lo único que podían comer eran higos, si encontraban alguna higuera por el camino, o almendros y si el dueño no los echaba.

- 62. Higuera (*Ficus carica* L.): 8 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Eliminar verrugas (8). La parte que se usa el tallo. Procedimiento: Se usa el látex que resulta de partir el tallo. Se aplica sobre la verruga.
- 63. Hinojo (*Foeniculum vulgare* Mill. subsp. *Piperitum* (Ucria) Coult): 1, 2, 6, 9, 13, 14, 15, 16, 18, 25 // 10 // USOS MEDICINALES 3 // USOS ALIMENTARIOS 1 // OTROS USOS 1 // Para el resfriado (2), estómago (1, 6, 14, 16, 18), los gases (18, 25). También se puede incluir en la alimentación (6, 15) y se usa como cubierta para los higos secos (9, 13). Procedimiento: En caso de resfriado se hace una infusión con las semillas del hinojo que se tomará tres veces al día. Para el dolor de estómago la infusión se hace con las raíces de la planta, previamente secadas al sol y se tomará hasta que los dolores desaparezcan. En caso de uso alimentario se incluye el tallo en la botella en la que se quiere dar sabor y se deja macerar. No es necesario retirar el tallo.
- 64. Juagarso, quiebraolla (*Cistus clusii* Dunal): 25 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // En agosto, en la raíz tiene algo dulce, un naranjón, que a los tejones les encanta.
- 65. Lavanda (*Lavandula dentata* L. y *Lavandula stoechas* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Ambientador para el hogar (25).
- 66. Laurel (*Laurus nobilis* L.): 16 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Dolor menstrual (16). Procedimiento: Se hierven tres hojas de laurel secas y se cuele. Se toma la infusión durante los días críticos.
- 67. Lentisco (*Pistacia lentiscus* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Desinfectante, para aclarar las aguas de los aljibes (25).
- 68. Limón (*Citrus* sp.): 13, 15, 17 // 3 // USOS MEDICINALES 4 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Tranquilizante (13, 15), para nivelar la tensión (15), para purificar la sangre (17), dolor de barriga (15) y el típico uso alimenticio (15). Se toma un zumo de limón por las mañanas. Se le puede añadir un poquito de azúcar para que no esté tan amargo
- 69. Líquenes: 2 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Dolor de cabeza (2). Procedimiento: Se coloca el liquen sobre la cabeza (debajo de la gorra, por ejemplo) hasta que desaparezca el dolor.
- 70. Lobón (*Cardaria draba* L.): 25 // 1 // Perjudicial, ya que si aparece en los cultivos de cebada deja manchas donde no puede crecer la cebada.
- 71. Madroño (*Arbutus unedo* L.): 9, 10 // 2 // USOS MEDICINALES 2 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Diarrea (10), hígado (10) y como alimento (9). Procedimiento: Se hace una infusión con las hojas y se deja reposar. En caso de diarrea, se tomará en ayunas por la mañana, tres veces al día y durante tres días. En caso del hígado, se tomará como sustituyente del agua durante dos días. Como alimento se comen los frutos.
- 72. Malva (*Lavatera cretica* L.): 2, 3, 16 // 3 // USOS MEDICINALES 3 // Para el dolor de barriga (2), resfriado (3) y para los sabañones (16). Se usan las flores. Procedimiento. Se hace una infusión que se toma por las mañanas con el desayuno, en los dos primeros casos. Para los sabañones, se restriega con un algodón.
- 73. Malvavisco (*Malva sylvestris* L.): 1, 2, 3, 7, 9, 12, 14, 16, 25 // 9 // USOS MEDICINALES 4 // Catarros (1, 3, 7, 12, 14, 16, 25), heridas (2), lavado de ojos (9) y dolor de garganta (7). Se usan las flores. Procedimiento: Con las flores se hace una infusión que deberá tomarse durante un novenario. En el caso de heridas y lavado de ojos, se aplica con un algodón.
- 74. Mancaperro (*Eryngium campestre* L.): 6, 7, 8, 25 // 4 // USOS MEDICINALES 4 // Para purificar la sangre (6, 8), para la sangre espesa (25), para tratar los granos (6, 7) y para los nervios (9). Procedimiento: Se hace una infusión que se toma por las mañanas y que también se puede aplicar sobre los granos con un algodón. Cuando tenían la sangre espesa se hacía la sangría. Depuración, granos (25). Procedimiento: se toma en infusión como novenario (durante nueve días, y no tomar nada después hasta que no pase una hora) o aplicación en la piel con algodón.
- 75. Manrubio (*Ballota hirsuta*, Bentham): 1, 3, 6, 7, 8, 9, 13, 24, 25 // 9 // USOS MEDICINALES 3 // OTROS USOS 3 // Aliacán (1, 3, 6), empachamiento (6), eliminar verrugas (7, 8) y para fregar los platos (3, 8, 9, 13, 24, 25), cantaros (25) y los orinales (24, 25). Se recolecta de junio a septiembre. Procedimiento: Para el aliacán hay una forma especial: Primero se orina en la mata; se recitan unas palabras (las cuales no he podido conseguir); se echa sal sobre la mata y cuando se seque, el aliacán desaparece (Ver "Aliacán" en el apartado Curiosidades). En caso de empacho, se hace una infusión y se toma por las mañanas. Para eliminar las verrugas, se restriega la infusión con un algodón. Para fregar los platos, se usa la mata entera que al contacto con el agua hace una espuma jabonosa.
- 76. Manzanilla (*Matricaria chamomilla* L.): 3, 6, 7, 9, 10, 12, 16, 18, 22, 27 // 10 // USOS MEDICINALES 1 // OTROS USOS 2 // Dolor de estómago (3, 6, 7, 12, 16, 18, 22, 27), lavado de ojos (9, 10, 18) y para aclarar el pelo (10). Procedimiento: Se hace una infusión. Para el primer caso se toma como sustituyente del café. Para lavar los ojos (legañas) se aplica con un algodón. Para aclarar el pelo se hace un masaje sobre el cuero cabelludo después del lavado. No necesi-

ta aclarado. Es conveniente ponerse al sol para intensificar el aclarado.

- 77. Mata de pascua: 16 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para los callos (16)
- 78. Matapollos (*Daphne gnidium* L.): 3, 17 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Aliacán (3, 17). La parte que se usa es el tallo. Procedimiento: Se ponen dos tallos en forma de cruz bajo las sábanas durante un novenario.
- 79. Mejorana, Tomillo cabezudo, Tomillo macho o Escombrilla (*Thymus membranaceus* Boiss.): 1, 2, 3, 5, 6, 8, 9, 12, 14, 15, 18, 21, 22, 23, 24, 25, 32 // 17 // USOS MEDICINALES 4 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Dolor de estómago (1, 2, 5, 6, 8, 9, 12, 14, 15, 18, 21, 22, 23), abrir el apetito (3), estimulante (9), resfriado (24, 32), para aromatizar comidas (25), y para los granos (25). Procedimiento: Se hace una infusión y se toma fría. En el caso de los granos se puede tomar con miel, o echarlo sobre la piel. En San Juan las mozas lo maceraban y se lavaban la cara.
- 80. Melón (*Cucumis melo* L.): 17 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Antitusivo (17). Procedimiento: Se cuece el melón y se toma como mermelada por las mañanas.
- 81. Meloncillos o pepinillos del diablo (*Ecballium elaterium* (L.) A. Richard): 25 // 1 // Es tóxica (25).
- 82. Membrillo (*Cydonia oblonga* Mill.): 9 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para hacer la carne de membrillo (dulce). Procedimiento: se echa la misma parte de membrillo que de azúcar, y se menea si parar para evitar que se pegue.
- 83. Naranja amarga (*Citrus* sp.): 15 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Abrir el apetito (15). Procedimiento: Se hace una infusión con la cáscara del fruto, las hojas y flores, y se cuele. Se tomará durante dos días hasta conseguir abrir el apetito.
- 84. Nevadilla (*Paronychia argentea* Lam.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Fabricación del nido del Alcaudón Real (25).
- 85. Olivardilla (*Satureja obovata* Lag.): 25 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para aderezar las olivas (25). Procedimiento: Se les hace una raja a las olivas, para que estén en contacto con el agua, que previamente le han echado ramas de olivardilla, al acabarse las olivas el caldo se puede usar para diarreas fuertes de las cabras (25).
- 86. Orégano (*Origanum vulgare* L.): 1, 3, 7, 9, 12, 15, 16, 25 // 8 // USOS MEDICINALES 5 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Dolores menstruales (1, 7, 12, 15), dolor de estómago (7, 9, 16, 25), dolor de cabeza (9), tratamiento del asma (3, 12), antitusivo (25) y como condimento alimenticio

(3, 9, 12). Procedimiento: Se puede tomar tanto seco (especia) como en infusión.

- 87. Oreja de liebre (*Scorpiurus sulcatus* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Alimento para animales del monte (25).
- 88. Oreja de ratón (*Cynaglossum officinale* L.): 8, 25 // 2 // USOS MEDICINALES 2 // Úlcera de estómago (8) para fiebres (25). Las partes que se utilizan son las flores y las hojas. Procedimiento: Se hace una infusión que se toma por las mañanas en ayunas.
- 89. Ortiga (*Urtica urens* L.): 7, 9, 12, 19, 25 // 5 // USOS MEDICINALES 4 // Diabetes (12), asma (9), fertilidad de la mujer (25), caída del cabello y caspa (7, 19). Se usa la planta entera. Procedimiento: Se hace una infusión y se cuele. Se toma una taza en el desayuno. En caso de caída y caspa se aplica la infusión en el cuero cabelludo después del lavado. No necesita aclarado.
- 90. Oruga (*Eruca vesicaria* (L.) Cav.): 9, 11 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 2 // Alimento, en fresco (11). Para echarlas a las migas, sobre todo en Torre Pacheco, (9).
- 91. Palmas (Hojas de diversas palmeras): 9 // 1 // OTROS USOS 2 // Para hacer escobas y para hacer la pana. (9)
- 92. Palmito (*Chamaerops humilis* L.): 10, 25 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 1 // OTROS USOS 1 // Para ramos de flores, las floristerías se lo llevaban a escondidas, porque estaba protegido (10), como alimento (25), ya que en San Antón se comía.
- 93. Panicardo (*Carthamus lanatus* L.): 9, 16, 25 // 3 // USOS MEDICINALES 1 // Picaduras de avispas, alacranes y de víboras (9, 16, 25). Se usa el tallo. Procedimiento: Se restriega directamente el tallo sobre la picadura. En el tercer caso, hay una leyenda de que al dársela a un lagarto mordido por una víbora este sobrevive, pero el informante 25 no está muy convencido de ello.
- 94. Pasto (*Brachypodium retusum* (Pers.) Beauv.): 32 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para estomago (32). Procedimiento: se cuece y se toma como infusión.
- 95. Pencas del alcacil (Nervio principal y peciolo de las hojas de *Cynara scolymus* L.): 19 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Es un cardo que pincha, se recolectaba y se comía cocido o en tortilla (19).
- 96. Perejil (*Petroselinum crispum* (Miller) A. W. Hill.): 21 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para orinar (21). Se puede tomar crudo o en infusión durante el tiempo necesario. También se puede consumir en la cocina habitual.

- 97. Pésoles (*Pisum sativum* L.): 9, 11 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para comer en fresco, o para tortilla (11); se cultivan en seco. Si no hay garbanzos se pueden echar al guiso para sustituirlos (9).
- 98. Pijolobo (*Orobanche amethystea* Thull.): 9, 27 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Heridas (9, 27). El pijolobo se cuece y se pasa por las heridas con un algodón hasta que desaparezcan.
- 99. Pino doncel (*Pinus pinea* L.): 9 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Nivelar la tensión, dolor de cabeza y para hacer una bebida alcohólica (9). Procedimiento: Se hace una infusión con las piñas secas (fruto) que se toma como sustituyente del agua, durante un novenario.
- 100. Pino verde (Hojas verdes de diversos pinos): 7, 10, 25 // 3 // USOS MEDICINALES 1 // Para los sabañones (7, 10, 25). Procedimiento: Se pone a quemar y como no prende bien, forma un humo blanco que es lo que se restriega por los sabañones.
- 101. Preverte (*Carrichtera annua* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Pasto para el ganado (25).
- 102. Quebrantalapiedra (*Herniaria fruticosa* L.): 3, 5, 6, 9, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 25 // 12 // USOS MEDICINALES 1 // Para las piedras del riñón. (3, 5, 6, 9, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20, 25). Procedimiento: Se toma una infusión por las noches durante un novenario. Pasados cinco o seis días, se retoma la infusión.
- 103. Quiebrarao (*Centaurea seridis* L.): 1, 9, 12, 16 // 4 // USOS MEDICINALES 3 // Abrir el apetito (9), bajar el azúcar (1, 12) y para el colesterol (12, 16). Procedimiento: Se hace una infusión con toda la planta. Se deja reposar y se toma un vaso por las mañanas, en el desayuno.
- 104. Rabogato (*Sideritis marminorensis* Obón y D. Rivera): 1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 13, 14, 15, 16, 18, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 28, 32 // 20 // USOS MEDICINALES 3 // Heridas, desinfectante (1, 2, 6, 7, 9, 13, 14, 15, 16, 18, 21, 23, 24, 25, 26, 32), dolor de estómago (5, 6, 13, 25) y para la diabetes (9). Las partes que se usan son las flores. Procedimiento: Se hace una infusión que se tomará durante un novenario, en caso de dolor de estómago. Para la diabetes, se toman de tres a cuatro tazas diarias y para las heridas, se empapa un algodón y se pasa sobre ellas. Es amargo.
- 105. Rabaniza (Diversos géneros de la familia Crucíferas, tales como *Eruca vesicaria* (L.) Cav., *Sisymbrium irio* L., *Rapistrum rugosum* (L.) All.): 25, 27 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Utilizada como alimento (25, 27).
- 106. Raíz de Gamonera (Raíz de *Asphodelus cerasiferus* J. Gay.): 9 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para heridas (9). Procedimiento: se restriega directamente por la herida.



Recolectando romero.

- 107. Romero (*Rosmarinus officinalis* L.): 1, 3, 13, 15, 16, 22, 23, 19, 25 // 9 // USOS MEDICINALES 5 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Para abrir el apetito (16), heridas (2), dolor de estómago (2, 5, 13, 22, 23), para condimentar las comidas (19), para hacer alcohol de romero (25) y para fortalecer el pelo (1). Se recolecta desde la mitad de la primavera hasta mitad de verano. Se usan las flores y las hojas. Procedimiento: Se hace una infusión que se toma, para abrir el apetito y para el dolor de estómago, antes de las comidas. Para las heridas, se empapa en un algodón y se pasa por ella. Para fortalecer el pelo, se vierte la infusión después del lavado. No necesita aclarado.
- 108. Romero macho (*Cistus clusii* Dunal): 3, 9 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Dolencias en general (3, 9). Se recolecta de junio a septiembre y se usa el tallo. Procedimiento: Se introduce el tallo en alcohol de 95°, se deja en reposo y se aplica en la parte dolorida.
- 109. Rompelapiedra, quebrantapiedra (*Herniaria* sp.): 27 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para eliminar las piedras del riñón (27).
- 110. Ruda (*Ruta angustifolia* Pers.): 1, 2, 3, 4, 6, 9, 12, 13, 16, 18, 25, 27 // 12 // USOS MEDICINALES 5 // OTROS USOS 3 // Para el dolor de cabeza (1, 3, 9, 13, 16, 18, 27), erupciones de la piel (pupas, manchas...) (4), en casos de aborto, en cabras sobre todo (12, 25), heridas (12), para dolor de huesos, reuma (25) como ahuyentador de mosquitos (1, 2, 3, 7, 8) y para dar fuerza al anís (6, 9), para matar la caparrilla de las gallinas (9). Se recolecta de finales de primavera a principios de verano. Se usan las hojas. Procedimiento: Para quitar el dolor de cabeza se coloca sobre la cabeza (bajo la gorra). En caso de erupciones, aborto y heridas se hace una infusión que se pondrá sobre un algodón y se restriega sobre la zona afectada. Para dar fuerza al anís, se mete en la botella y se deja hasta que se

seque. No hace falta retirarlo; queda de adorno. Para el dolor de huesos o reuma, se fríe y el aceite se echa en la zona afectada. Para ahuyentar los mosquitos se usan las hojas, que debido a su olor desagradable, ejerce un efecto repelente. No debe tomarse.

- 111. Salvia real tipo I (*Salvia officinalis* L.): 5, 6, 9, 13, 16, 18 // 6 // USOS MEDICINALES 2 // Para el dolor de barriga (5, 9, 13, 16, 27) y digestiones (18). Procedimiento: Se usan las hojas para hacer una infusión que se tomará durante un novenario.
- 112. Salvia real tipo II (*Salvia lavandulifolia* Vahl): 27 // 1 // USOS MEDICINALES 2 // En hombres se usa para dolores estomacales, y en mujeres para dolores menstruales (27). Procedimiento: Puede utilizarse en infusión o como cataplasma.
- 113. Sanguinaria (*Paronychia argentea* Lam.): 1 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para el tratamiento de varices (1). Procedimiento: Se usan las hojas frescas para restregarlas sobre las varices de manera enérgica y en sentido ascendente. También se puede hacer una infusión y tomarla durante el día.
- 114. Saracatona (*Plantago afra* L.): 25 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Constipado (25).
- 115. Seje: 6, 17, 25, 27 // 4 // USOS MEDICINALES 4 // Para curar heridas (17), grietas de pies y manos (25), la sarna (6) y para los granos y folículos, para que se reventaran (27). Se usan las hojas y tallos. Procedimiento: Se pone a calentar en una sartén cera de abejas, hasta que se derrita. Se fríen las hojas en este aceite y lo dejamos enfriar. Se retiran las hojas y se usa esta cera como ungüento sobre las heridas y la parte afectada.
- 116. Sein de culebra: 13 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Cuando se clava una pincha, debe aplicarse en contra de la dirección de la pincha; de ahí el dicho: "A la contra como el sein de culebra"
- 117. Semilla de garrofa o garrofin (Semilla de *Ceratonia siliqua* L.): 9 // 1 // OTROS USOS 1 // Se utilizan para plásticos, se tratan a 300°C bajo cero, y con ellas se juntan las láminas de aluminio. Las empresas les muelen la garrofa a cambio de quedarse con el garrofin (9).
- 118. "Serraja" (Cerraja) (*Sonchus oleraceus* L.): 11, 19 // 2 // USOS ALIMENTARIOS 2 // Para ensaladas (19) y para las perdices (11)
- 119. "Serrajón" (Cerrajón) (*Sonchus tenerrimus* L.): 24 // 1 // USOS MEDICINALES 2 // Para alimentación de personas (24), y para las perdices. Procedimiento: se cogen tiernos para hacer en ensalada, y se comen con vinagre.
- 120. Somillo (*Arisarum simorrhinum* Durieu): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Alimento para jabalíes. Son como pequeñas patatas (25). Cuando las mujeres iban a coger péssoles, se llenaban los bolsillos de somillo, para echárselo a las gallinas y a las perdices.
- 121. Sopa de leche: 9 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Para los granos ciegos (9). Procedimiento: debe ser leche de cabra, al natural, se moja una molla de pan y se aplica sobre el grano ciego para que salga.
- 122. Susòn: 13 // 1 // USOS MEDICINALES 1 // Estómago (13). Procedimiento: Se coloca liado en un trapo sobre la barriga hasta que desaparezca el dolor.
- 123. Té de monte (*Helianthemum syriacum* Jacq.): 25 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Alimento (25). Procedimiento: Tomado como infusión
- 124. Tártagos (*Misopates orontium* (L.) Rafin.): 9, 18 // 2 // USOS MEDICINALES 1 // Para los gases (9, 18). Procedimiento: Se usan las semillas y las hojas y se hace una infusión que se toma antes de cada comida.
- 125. Tomate (*Solanum lycopersicum* L.): 9 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Se hace en conserva, o se seca para mantenerlo. Para hacer fritos como el de la empanada, o con carne y patatas fritas.
- 126. Tomillo (*Thymus hyemalis* Lange): 1, 2, 6, 7, 9, 13, 14, 15, 16, 19, 23, 25 // 12 // USOS MEDICINALES 4 // USOS ALIMENTARIOS 1 // OTROS USOS 1 // En caso de resfriado (6), heridas (2, 9), para el estómago (1, 2, 7, 9, 13, 14, 15), para hacer colonias (24), para la tos en los bebés (25) y como condimento en comidas (19). La parte que se usa son las flores y las hojas. Procedimiento: Se hace una infusión y se consume templada durante un novenario, en caso de resfriado y dolor de estómago. Para las heridas, se empapa un algodón con esta infusión y se pasa sobre la herida. En el caso de tos se administra junto con miel.
- 127. Tomillo blanco (*Thymus vulgaris* L.): 25 // 1 // USOS MEDICINALES 3 // Ácido úrico, gota, colesterol (25).
- 128. Triguera blanca (*Piptatherum miliaceum* (L.) Coss.): 25 // 1 // OTROS USOS 2 // Para hacer pajares y para chamuscar a los cerdos (25).
- 129. Triguera negra (*Hyparrhenia sinaica* (Delile) Llauro ex G.López.): 19, 25 // 2 // OTROS USOS 1 // Como alimento para las bestias, las cabras y los conejos (19, 25)
- 130. Turmera roja (*Helianthemum almeriense* Pau): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Alimento para perdices, cuando disponen de pocos recursos (25).

- 132. Vieja verde (): 19 // 1 // USOS ALIMENTARIOS 1 // Se comían cocidas. (19)
- 133. Visco (*Andryala ragusina* L.): 25 // 1 // OTROS USOS 1 // Para hacer el ajunje. Procedimiento: se hace un cocimiento con la raíz, y se forma una especie de pegamento, que se usa para coger pájaros.
- 134. Zambuche, también lo llaman Acebuche (*Olea europaea* L. var. *sylvestris* (Miller) Lehr.): 9, 13, 16, 25// 4 // USOS MEDICINALES 1 //

Para bajar la tensión (9, 13, 16, 25). Procedimiento: Se hace el aceite de oliva en la almazara y se toma tanto en ayunas como en las tostadas o cocinado, en general. También se hace una infusión con las hojas frescas y se toma durante un novenario, en la merienda (a media tarde).

Enfermedades

- 1. Abortos: ruda (12).
- 2. Afonía: tomillo (16), albaida (9, 12) y espinillo negro (16).
- 3. Aliacán: manrubio (1, 3, 6), matapollos (3, 17) y ajo (7, 20).
- 4. Antiinflamatorio: catarrosi (13, 18).
- 5. Asma: Ortiga (9).
- 6. Bajadas de azúcar: quebrarao (1, 2).
- 7. Callos: mata de pascua (16).
- 8. Cólico nefrítico: flor de higo chumbo (1, 2, 17).
- 9. Dentadura: cebolla (12).
- 10. Diabetes: rabogato (9) y ortiga (12).
- 11. Diarrea: madroño (10).
- 12. Dolencias: romero macho (3, 9).
- 13. Dolor de cabeza: ruda (1, 3, 9, 13, 16, 18), pino doncel (9), almendra medicera (3, 13) y líquenes (2).
- 14. Dolor de estómago: mejorana (1, 5, 6, 8, 9, 12, 18, 21, 22), tomillo (1, 2, 7, 9, 13, 14, 15), orégano (7, 16), rabogato (5, 6, 13), manrubio (6), oreja de ratón (8), malva (2), estepa (16), hinojo (1, 6, 14, 16, 18), manzanilla (3, 6, 7, 12, 16, 18, 22), romero (2, 13, 15, 22, 23), salvia real (5, 9, 13, 16, 18), hierbaluisa (5, 12, 14, 16), susòn (13), limón (15) y el combinado tomillo, leche o manzanilla y unas gotas de limón (4).
- 15. Dolor de garganta: malvavisco (7).
- 16. Dolor de muelas: bolaga (9), cornicabra (1) y cardo borriquero (2).
- 17. Dolor de vientre: orégano (15) e hierbaluisa (6).
- 18. Estimulante: mejorana (9).
- 19. Estreñimiento: geranio (19).
- 20. Fiebres maltas: centaurea (9, 12, 18, 21).
- 21. Gases: hinojo (18) y tártagos (9, 18).
- 22. Abrir el apetito: naranja (15), quebrarao (9), romero (16) y el combinado formado por unas gotas de limón, manzanilla o leche y tomillo (4).
- 23. Hemorroides: estepa (6), cebolla (8) y cardoncha (9, 16).
- 24. Heridas: romero (2), cebolla marranera (9), pijolobo (9), tomillo (2, 9), malvavisco (2). Catarrosi (1, 4, 9, 14, 16, 18), rabogato (1, 2, 6, 7, 9, 13, 14, 15) y seje (17).
- 25. Hígado: estepa (6) y madroño (10).
- 26. Infección de orina: estepa (1, 6).
- 27. Lavado de ojos: malvavisco (9), manzanilla (10, 18).
- 28. Lombrices: raíz de granado amargo (10) y cebolla (8).
- 29. Para dormir: amapola silvestre (6).
- 30. Para orinar: cebolla (12).
- 31. Periodo: orégano (1, 7, 12), laurel (16) y el combinado de orégano y manzanilla (12).
- 32. Picaduras: panicardo (9, 16).
- 33. Piedra en el riñón: rompelapiedra (3, 5, 6, 9, 12, 13, 14, 15, 16, 18, 20).
- 34. Purificar la sangre: mancaparro (6, 7, 8), limón (17) e hierbalasangre (18).
- 35. Quemaduras: alzapara dulce (16).
- 36. Resfriado: tomillo (6), malvavisco (3, 16), eucalipto (1, 2, 4, 5, 6, 7, 12, 16), hinojo (2) y los combinados: Higos secos, garrofas, hinojo (17); romero, algarrobas, higos secos, dátiles (2); higos secos, garrofas, flor de higo de pala, flor de albaida (12); higos secos, algarrobas (5); malvavisco de monte, garrofas, higos secos, raíz de mosquera (13).
- 37. Reuma: Ajo (12).
- 38. Sabañones: pino verde (7, 16) y malva (16).
- 39. Sarampión: ciprés de mata (9).
- 40. Sarna: seje (6).
- 41. Subidas: ruda (4).
- 42. Tensión: zambuche (9, 13, 16), limón (15), hierbalasangre (16) y pino doncel (9).

- 43. Tos: amapola silvestre (12), melón (17), cebolla (8) y el combinado higos, hinojo y garrofas (17).
- 44. Tranquilizante: limón (13, 15).
- 45. Úlceras de estómago: oreja de ratón (8).
- 46. Varices: sanguinaria (1).
- 47. Verrugas: manrubio (7, 8), higos (8) y cañamones (8).

Usos en animales

- 1. Ahuyentar hormigas: cebolla marranera (9).
- 2. Atraer mosquitos: mosquera (7, 8, 9).
- 3. Caparrilla de las gallinas: mosquera (7, 8, 9).
- 4. Ceguera: esparto verde (3).
- 5. Diarrea de las cabras: bolaga y esparto (6).
- 6. Heridas: ruda (12).
- 7. Moquillo: esparto verde (3).
- 8. Parto: bolaga (1).
- 9. Gusanos en las cabras: se les inyectaba infusión de hoja de melocotón y azafrán (9).

Otros usos

- 1. Aclarar el pelo: manzanilla (10) y centaura (9).
- 2. Alimento: orégano (3, 9, 12), hinojo (6, 15), ruda (fuerza al anís, (6, 9), amapola silvestre (9) y limón (15).
- 3. Caída del cabello: ortiga (7).
- 4. Caspa: ortiga (7, 19).
- 5. Caña: molde para hacer velas (25).
- 6. Lavado del cabello: romero (1).
- 7. Mal de ojo: ajo (7).
- 8. Corona de espinas (Cristo): espino negro (9).
- 9. Fregar platos: manrubio (3, 8, 9, 13).
- 10. Tabaco: estepa (para mascar, 12).

Mezclas de distintas plantas (9, 25)

- Digestión: albaida, hinojo y un poco de tomillo.
- Tos: tomillo con miel higos, hinojo y garrofas
- Garganta (afonía): rabogato, estepa, limón y miel.
- Llagas boca y pies: raíz de gamón, rabogato, estepa, miel. Moler en batidora y enjuagar.
- Infección de orina: rabogato y estepa

- Constipado de pecho (con tos fuerte): aceite en un paño, papel de estraza, o con algodón y calor. Si no hay aceite también se puede usar manteca.
- Constipado: higos secos, garrofas e hinojo. Romero, algarrobas, higos secos y dátiles. Higos secos, garrofas, flor higo de pala, flor de albaida. Higos secos y algarrobas. Malvavisco de monte, garrofas, higos secos y raíz de mosquera.
- Dolor de estomago: tomillo, leche o manzanilla y unas gotas de limón. Orégano y manzanilla
- Abrir apetito: manzanilla o leche, tomillo y gotas de limón.
- Alergias (para las bambollas que salen): estepa y mejorana.

Recetas:

- Arrope: se elabora con distintas frutas (higos, manzana, pera, melón, etc.) y verduras variadas (calabaza, mininas, batata, etc.)
- Potaje de Semana Santa: se hace con habas, guisantes, alcachofas, patata y un huevo para cada uno. Se hace en Viernes Santo, ya que no se puede comer carne. Pan de higo: con higos y almenbras chafados.
- Resfriado nasal: vapores de eucalipto

Curiosidades

Hay diversas enfermedades que llaman la atención por el método a seguir para su curación, relacionado directamente con el uso de plantas medicinales y diversas fiestas y sucesos poco comunes que se dan en determinados momentos, y guardan relaciones estrechas con las plantas.

Algunos ejemplos de esto son:

1. Aliacán. Cuando una persona sufre aliacán, tiene mucho sueño, y en ocasiones presenta un color de piel y ojos amarillos, debido, según me dijo uno de los informantes a problemas del hígado. Pues bien, el procedimiento para curarlo es el siguiente: Se colocan cuatro trozos de tela, negro, rojo, amarillo y blanco en cuatro recipientes llenos de agua, el primer paño que se vaya al fondo será el que indique la cantidad de aliacán que tiene el paciente, siendo poca cantidad si el paño es blanco, más si es el amarillo, el cual también indicaría que hay problemas de hígado, más si es el rojo, y por último, mucho más si es el negro.

La cura se realizará con unos rezos, que no podían decirme, ya que, al igual que el mal de ojo, sólo se puede aprender a curarlo el Viernes Santo antes de

las 12 horas.

Además, el paciente deberá de seguir una instrucciones para no pegarle el aliacán a la persona que se lo cura, deberá llevar colgado, mientras se lo curan un collar de ajos y cuando estos se pongan amarillos se le quitará el aliacán. Y por otro lado, deberá echar los orines a un manrubio todas las mañanas durante nueve días, y cuando este se seque se cortará el aliacán.

2. Mal de ojo. Este mal se puede curar con pelo de la persona afectada, con los apellidos, o con aceite, en este caso se pone aceite en una vasija con agua, y si en vez de quedarse arriba, como ocurre normalmente, se mezcla con el agua es que el paciente tiene mal de ojo. La cura, al igual que con el aliacán se realiza con la redacción de unos rezos, que no han podido decirme, debido a que se aprenden, como en el caso del aliacán el Viernes Santo antes de las 12 horas.

3. Niño “quebrao”, en ocasiones un niño puede nacer “quebrao” (herniado), o le podía ocurrir por toser o llorar mucho (enrabiarse). En este caso, se parte una higuera y entre una señora que se llame María, y un señor que se llame Juan cogen al niño, y se dicen uno al otro:

-María: Tómallo Juan.

-Juan: dámelo María.

-María: Dámelo Juan, de la quebracía.

-Juan: Tómallo María.

-María: Dámelo Juan, quebrado te lo doy y sano me lo has de dar.

Se raja la higuera y se lía con un lazo que el niño habrá llevado puesto durante una semana, si sana la higuera, sanará el niño.

4. Mañanas de San Juan. En las mañanas de San Juan, según cuentan, ocurren algunas cosas anecdóticas con diversas plantas. De madrugada, todas las hojas de los olivos están cruzadas y las abejas comen del baladre, el cual, normalmente, es venenoso.

5. Ojo de sol. Así se le llamaba a las insolaciones, y se curaban poniendo una sartén con agua sobre la cabeza del paciente, y dentro un vaso vacío boca arriba, tras decir unas palabras, los informantes me decían que el agua ascendía, y se metía en el vaso, y de esta forma se “sacaba el ojo de sol”.

6. Plantaciones en el día de San Juan. Si una higuera se planta en el día de San Juan dicen que crecía siempre y no se secaba nunca.

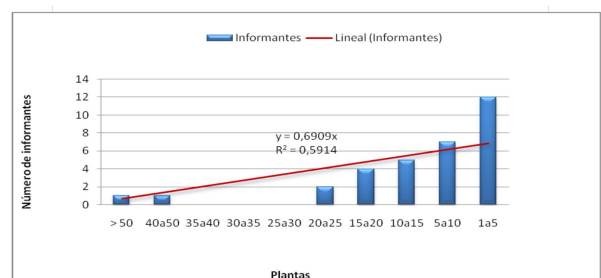
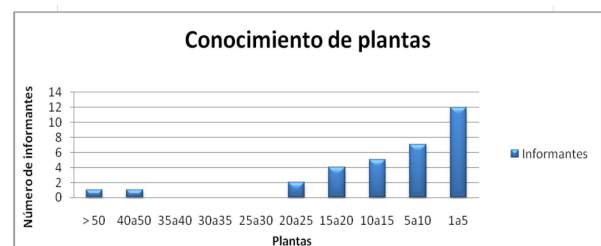
7. Burro de Perú. Esta es una anécdota graciosa y curiosa, relacionada con las plantas. Esto deriva de las comunes peleas entre pueblos vecinos, así, los habitantes de Los Puertos de Santa Bárbara, tachaban a los Perineros de “travesaos” (tontos), y cuentan que en una ocasión nació un “serrajón” en lo alto del campanario, y en vez de cogerlo para echarlo a un

burro, ataron el burro del cuello y lo subieron al campanario para que se comiese el “serrajón”; y desde entonces, todos los años, en las fiestas del pueblo se celebra “El día de Burro”, y tras una procesión, suben a un burro de cartón al campanario, donde hay puesto un “serrajón”.

Discusión

En general, no he encontrado relación con edad ni sexo, aunque sí es cierto que me era más fácil llegar a los hombres, ya que estaban siempre en la calle, o en el campo, mientras que las mujeres estaban en la casa.

Respecto a la profesión, he podido ver que los informantes que más datos me daban habían dedicado su vida al campo, ya fuera con animales o con agricultura. Y en general, el tiempo de la entrevista no ha tenido mucha relación con el número de plantas que me han dicho, ya que muchos me decían muchas plantas, con pocos usos, y otras personas me decían pocas plantas, pero pasaban mucho tiempo contándome anécdotas.



Formas de uso:

Respecto a las formas de uso, hay que decir que es un aspecto muy variado, ya que la mayoría de plantas con acciones medicinales se pueden usar de distintas formas, siendo las más nombradas: infusión, unturas, vapores, aunque hay que llevar cuidado con las plantas que son tóxicas, las cuales normalmente sólo podrán usarse por vía tópica, como es el caso de la Ruda. Además, la forma de uso dependerá en gran medida del tipo de enfermedad que deseamos tratar, así, la Manzanilla, por ejemplo, puede usarse en infusión, cuando se tratan molestias gastrointestinales, mientras que se usa con una gasa u se aplica sobre los

ojos para limpiarlos cuando hay molestias oculares. También ha sido bastante nombrado el uso en forma de vapores, como en el caso del Eucalipto.

Enfermedad	Σ Plantas	Σ Informantes	Enfermedad	Σ Plantas	Σ Informantes
Abortos	1	1	Lavado de ojos	2	3
Afonía	3	4	Lombrices	2	2
Aliacán	3	7	Para dormir	1	1
Anti-inflamatorio	1	2	Para orinar	1	1
Asma	1	1	Periodo	3	5
Bajadas de azúcar	1	2	Picaduras	1	2
Callos	1	1	Piedra riñón	1	11
Cólico nefrítico	1	3	Purificar sangre	3	5
Dentaduras	1	1	Quemaduras	1	1
Diabetes	2	2	Resfriado	11	17
Diarrea	1	1	Reuma	1	1
Dolencias	1	2	Sabañones	2	3
Dolor de cabeza	4	10	Sarampión	1	1
Dolor de estómago	15	54	Sarna	1	1
Dolor de garganta	1	1	Subidas	1	1
Dolor de muelas	3	3	Tensión	4	6
Dolor de vientre	2	2	Tos	6	4
Estimulante	1	1	Tranquilizante	1	2
Estreñimiento	1	1	Úlceras estómago	1	1
Fiebres miltas	1	4	Varices	1	1
Gases	2	3	Verrugas	3	4
Abrir el apetito	4	4			
Hemorroides	3	4			
Heridas	8	21			
Higado	2	2			
Infección orina	1	2			

Sobre las plantas:

Se han recopilado un total de 133 plantas de la flora del Oeste de Cartagena, con sus respectivos usos: 80 son de uso medicinal; 50 de uso alimentario; 31 de otros usos.

Hay que decir que una planta puede usarse para varios fines tanto para varios remedios caseros medicinales como también para cocinar o incluso para otros fines, el interés por las plantas se centró en su uso en la medicina pero a medida que avanzaban las entrevistas también surgían plantas con usos alimentarios y otros usos.

Algunas de las especies más citadas son: catarrosi, ajo, centauro, eucalipto, manzanilla, mejorana, rabogato, romero, salvia. Han sido las más citadas probablemente por su gran utilidad, tanto en alimentación como en medicina, y además porque son de fácil acceso para las personas, lo que hace que su uso se incremente a diario. Por el contrario, algunos ejemplos de las plantas menos citadas son: adelfa, alacranera, alpiste borde, candilejas, ciprés de mata,

cola de caballo, copas, espliego, visco, y la vieja verde.

Conclusiones:

Con la realización de este trabajo he intentado recoger la importancia de las plantas en la vida de los entrevistados, gracias a la faceta, tanto medicinal como alimenticia de las mismas, ya que muchos de ellos, como Francisco Fuentes Liarte, afirman sin lugar a dudas que si hoy están aquí se lo deben a plantas, como la centauro en este caso concreto. Además he podido conocer a personas, incluso familias enteras que continúan usando las plantas a diario y como único medio para erradicar enfermedades y dolencias comunes, tales como resfriados, picaduras, quemaduras, etc. Me he dado cuenta de que para diagnosticar la enfermedad, en la medicina popular se guían más por los síntomas que presentan, que por las causas por las que ocurre la enfermedad.

Para otros las plantas fueron su trabajo y manera de mantener a la familia, ya que unos dedicaron su vida a la agricultura, con la plantación de cosechas típicas, las cuales eran trigo, cebada (que se molían en el molino de la zona para la obtención de sémolas y harina, usadas para hacer el pan) y maíz. Otros las recolectaban y usaban como alimento para el ganado y otros animales como pollos, gallinas y cerdos con los que cubrían sus necesidades alimenticias.

Respecto a la alimentación cabe hacer una mención especial a la importancia de los higos, pésoles, almendros, habas, garbanzos y oliveras, ya que para muchos, en época de guerra y postguerra fueron la base de su alimentación, debido al marco de precariedad en el que se encontraban (pérdida de padres y familiares). Esta situación les impedía acudir al colegio, y aquellos que tenían la suerte de poder hacerlo tenían que compaginarlo con las tareas del campo.

Este trabajo ha sido muy gratificante, tanto a nivel personal como profesional. Ya que, además de haber aprendido muchísimo sobre cómo realizar un trabajo científico, cómo organizarlo, cómo recoger y recopilar datos, me ha llenado de conocimientos, y de curiosidades, muchas de ellas de gran interés que desconocía totalmente, además de la satisfacción que me ha dado el poder hacer feliz a esas personas, que tanto saben, y que en muchas ocasiones tan poco se les valora. He podido ver en sus caras, como se sentían importantes y escuchados, y esa sensación puede que no sea capaz de plasmarla con un escrito, pero quedará conmigo para siempre.