

CONTRIBUCIÓ AL CONEIXEMENT DE LA FLORA MEDICINAL DE GARRAF

CESAR BLANCHÉ i VERGÈS

Barcelona

El present treball pretén revifar l'interès pel coneixement de les virtuts curatives d'algunes plantes de la comarca de Garraf. I diem revifar per no dir donar a conèixer de bell nou perquè, malgrat l'atracció que produeix avui el retorn a les fórmules tradicionals de la medicina natural, és ben cert que s'ha perdut en bona part aquella vella cultura popular que els nostres avantpassats anaren forjant a còpia d'anys i que els permeté estructurar tot un sistema curatiu a base de fitoteràpia. Les plantes que tenen propietat medicinals són conegudes avui només per un petit grapat de pagesos a causa, entre d'altres motius, del progressiu abandó del camp i del gran desenvolupament de la indústria farmacèutica.

Tanmateix, l'estudi de les drogues d'origen vegetal no s'ha aturat i ara veiem com moltes de les plantes usades empíricament en l'antiguitat són avui de nou tingudes en consideració pels científics per tal com s'ha demostrat la presència en aquestes plantes, de productes químics

definites que, assajats convenientment en animals de laboratori, han demostrat tenir l'aplicació que se'ls havia donat.

Un altre factor que ha fet girar l'esguard cap a les plantes medicinals ha estat el coneixement actual que les substàncies terapèutiques d'origen natural presenten uns avantatges sobre les sintètiques: més gran facilitat d'absorció per un altre organisme viu i reducció de les despeses (ja que l'esforç humà i energètic requereix per a una síntesi química és dut a terme sense dificultat per la planta).

Cal advertir, però, que l'ús indiscriminat de les plantes per a la curació de malalties, aconsellat únicament per herbolaris, hauria d'erradicar-se. S'ha de tendir a usar la fitoteràpia com qualsevol altra forma de medicació, com un medicament amb entitat pròpia. És a dir, després d'un diagnòstic acurat, per prescripció mèdica i dispensació d'un producte controlat per un farmacèutic.

1.— *Ceterach officinarum* Lam. & DC.

CETERACH: Aplicat pels autors pre-linneans amb el significat de leprós, per les escames que recobreixen el revers de les frondes.

OFFICINARUM: Pel seu ús a les Oficines de Farmàcia.

NOM CATALÀ: Dauradella, herba daurada, dauradeta

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Planta perenne, petita, de 5-15 cm. És una falguera inconfusible per les seves frondes («fulles») lanceolades o ovato-lanceolades, pinnatipartides, ondulades, de lòbuls curts, glabres, d'un verd groguenc i mats en l'anvers i totalment coberts d'escames rosses o daurades, brillants, al revers (d'ací al nom de dauradella). Aquestes escames recobreixen els sorus, paral·lels, inserits sobre les ramificacions secundàries dels nervis dels lòbuls.

FLORACIÓ: Els sorus no són flors en el sentit usual de la paraula. Els esporangis maduren gairebé tot l'any.

COMPOSICIÓ QUÍMICA: No hem trobat cap referència fiable sobre els seus components.

USOS: DIURÈTICA: S'usa en decuit, fent bullir 15 minuts una unça de dauradella en un litre d'aigua. Es pren en força quantitat. **CONTRA LA TOS** es pren ben calenta, en tasses, endolcint amb sucre o mel.



Ceterach officinarum. Lam. 9 DC.

LOCALITATS: En roques, murs i marges de tot el país. Sitges, Camí de la Fita a Penya Riscia; Vilanova; Castellet; Garraf; Vallcarca; la Plana Novella i Jafra; Olivella; Can Suriol, etc.

2.- *Juniperus oxycedrus* L. (Tipus normal)

JUNIPERUS: Nom llatí del gènere.

OXYCEDRUS: Del grec $\alpha\chi\omicron\varsigma\epsilon\delta\rho\omicron\varsigma$ nom d'una conífera identificada amb el càdec.

NOM CATALÀ: Càdec i també ginebre (sobretot a Mallorca).

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Arbust dioic amb els ramells de secció més o menys triangular. Fulles patents en verticils trímers disposats formant sis rengles de fulles aciculars, acabades en punta fina i punxant, amb dues bandes blanquinoses separades per una de verda en llur cara inferior. Fruits en gàbules rogenques, llients, de 8-10 mm.

FLORACIÓ: Abril-maig.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

La droga és l'oli de càdec que s'obté per destil·lació seca de les parts llenyoses de la planta. Aquest destil·lat es deixa reposar uns 15-20 dies (TREASE-EVANS, 1976) i se separa la part superior, oliosa, que constitueix l'oli de càdec.

És un líquid de color fosc, amarg, aromàtic. Els seus principals components són sesquiterpens (cadinè) i compostos fenòlics (guaiacol, etil-guaiacol i cresol).

USOS:

S'ha prescrit com a vulnerari per a les MALALTIES DE LA PELL, aplicant una pel·lícula fina d'oli de càdec damunt de llagues i úlceres de la pell, durant dos o tres dies. S'ha utilitzat, durant segles, en VETERINÀRIA per a curar tota mena de molèsties cutànies del bestiar. Usar amb compte.

LOCALITATS:

Tot Garraf, especialment a les solanes i sobre terreny calcari. Zona de les Coves, entre Sitges i Vilanova; Riera de Begues, entre Sant Pere de Ribes i Olivella; Costes de Garraf; Campdàsens; Penya Riscia i tot el camí cap a Jafra; Pujant de Garraf a la Pleia, etc.

3.- *Rhamnus alaternus* L. (Tipus normal)

subsp. *myrtifolia*

RHAMNUS: Greco-llatí, ῥαμνός arbust espinós.

ALATERNUS: Nom d'un arbre, en Plini, semblant a les fulles de l'olivera i l'alzina.

MYRTIFOLIA: Per les seves fulles semblants a la murtra (*Myrtus communis*).

NOM CATALÀ: Lladern, llampuga, boix bord, coscollina, garrigó.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Arbust verd tot l'any, erecte o més correntment ajagut, que pot atènyer 3-5 m. d'alçada, molt ramificat, de branques alternes. Fulles persistents, peciolades, de marge dentat o pràcticament enter, coriàcies, llustroses. Estípules molt petites, lanceolato-linears, caduques.

Planta dioica, amb peus masculins i peus femenins. Flors poc vistoses en petits raïms, axil·lars, terminals, amb una sola envoltura floral. Fruit drupilani, al principi vermell, negre a la maduresa, una mica carnós, petit (4-5 cm). Planta polimorfa.

FLORACIÓ: Abril-octubre.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

Han estat reconeguts per ROSELL (1980) tanins catèquics i catequines lliures (total = 4,6% p/p), flavonoides (amb un 1,9% de quercetina), saponines, derivats quinòlics, etc. No s'han pogut identificar tanmateix, els compostos responsables de l'activitat hipotensora de *Rhamnus alaternus* subsp. *myrtifolia*.

USOS:

S'empra una infusió de fulles (macerat al 5%, infús al 10%) com a ANTIHIPERTENSORA. Aquesta indicació, que ja era coneguda empíricament resulta de gran interès, donada la gran quantitat de processos patològics que cursen amb hipertensió. A part, REUGADE ha trobat aplicació en malalties de la gorja i IBIZA com a depuratiu.

LOCALITATS:

El *R. alaternus* subsp. *myrtifolia* (= var. *prostrata* Boiss.), forma d'adaptació a llocs de sòls poc profunds, ajaguda, de fulles petites, es fa a les fissures de les roques de les Costes de Garraf, seguint la

carretera de Sitges a Castelldefels: Vallcarca, prop de Cala Morisca; Pas de la Mala Dona, etc. (La var. *alaternus*, de fulles més grans i branques menys tortuoses es fa en indrets de sòls profunds, en zones més elevades i més a l'interior del Massís: la Morella, Campgràs, la Pietà, Valgrassa, la Plana Novella, etc.).

4.- *Crithum maritimum* L.

CRETHMOS: ($\times\rho\eta\tilde{\nu}\mu\omicron\nu$), fonoll de mar, juliverd marí.

MARITIMUM: Per la seva estació.

NOM CATALÀ: Fonoll marí.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Herbes perennes, de rizoma ramificat, tija d'1-4 dm., dreta o ascendent, estriada, flexuosa, subcarnosa. Fulles carnoses, 2-3 pinnatisectes, de segments linear-lanceolats, enters.

Flors albo-verdoses, en umbel·les de 10-20 radis curts. Bràctees lanceolato-agudes, reflexes. Pètals petits, suborbiculars, enters. Fruit ovoide, esponjós, amb costelles iguals, carenades.

FLORACIÓ: Juliol-octubre.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

Pel seu hàbitat, és una planta rica en iode, brom i sals minerals. A les fulles i a la tija es forma la dita «essència de fonoll marí» en grans quantitats (segons RICHLER & WOFF, fins un 3%). La constitució d'aquesta essència pot variar segons l'època i la procedència. FONT i QUER (4) indica que conté benzoí dimetoximetilendioxialílic (dilapiol) i un 30% de crítmè o γ -terpinè. L'essència, de color groguenc, conté també àcid ascòrbic (Vitamina C).

USOS:

És una famosa planta ANTIESCORBÚTICA que duïen els navegants en llurs llargs viatges, pel seu contingut en àcid ascòrbic. FONT i QUER recomana donar 1-2 unces de la planta per dia, fresca, triturant en morter i arrossegant el suc amb 2-3 aigües.

Per ser aperitiu, diurètic i tònic, és costum utilitzar el fonoll marí en la preparació d'olives en adob, a més de la farigola, orenga, sajolida.

S'han descrit alguns processos cutanis per ingestió de les fulles

d'aquesta planta, per la qual cosa hom recomana d'usar-la amb compte.

LOCALITATS:

Abundant a tots els contraforts i penya-segats litorals entre Castelldefels i Vilanova.

5.- *Plantago psyllium* L.

PLANTAGO: nom llatí del plantatge.

PSYLLIUM: del grec $\psi\upsilon\lambda\lambda\alpha$, la puça, per a semblança de les granes amb aquell insecte.

NOM CATALÀ: Saragatona de llei, sargantana, herba pucera vera, herba de les puces.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Planta anual, amb la tija d'1-3 dm., dreta o ascendent, herbàcia, simple o ramificada, pubescent, glandulosa. Fulles linears, planes, oposades, sèssils.

Flors en espigues ovoides o subglobuloses. Corol·la blanquinosa, glabra.

Llavors brillants, d'un color bru intens, en forma de vaixell, de contorn allargat, 2-3 mm. Pes de 100 llavors: 0,08-0,10 gr.

FLORACIÓ: A la primavera i a l'estiu.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

L'herba pucera, com d'altres plantatges, conté el glucòsid aucubina. Tanmateix, la seva acció es deu al mucíl·lag present a l'epiderm de la testa de les llavors. Hi trobem, a més, olis, proteïnes i altres substàncies de reserva.

USOS:

La part usada són les llavors, reconegudes com a LAXANTS en nombrosos tractats internacionals (*Farmacopea Helvética* 6^{na} Ed., *International Pharmacopoeia* 2^{na} Ed., *Pharmacopoea Nordica* 1973, *The National Formulary* XIV -USA, 1975-, *British Pharmaceutical Codex* 1973, etc.

El mucíl·lag, en contacte amb l'aigua, s'infla i estimula l'activitat motora per distensió del budell, provocant l'eliminació de deposicions

de consistència normal, facilitant-ne el pas l'acció lubricant de la pròpia massa mucil·laginosa.

Segons DEL POZO, s'usen les llavors madures i dessecades o el producte obtingut de les capes exteriors mucil·laginoses, en general mesclat amb el seu pes en glucosa.

Exemple:

Mucil·loide hidròfil de <i>P. psyllium</i>	50 gr.
Glucosa	50 gr.
Conservador, regulador, etc.	quantitat suficient.

S'administra en la dosi de 4-7 gr. de llavors, 1-3 cops al dia. Cada dosi s'ha de mesclar amb un vas d'aigua freda, ingerint a continuació, un segon vas d'aigua o líquid.

LOCALITATS:

Apareix en llocs arenosos o pedregosos, incultes, de tot el país. Costes de Garraf, les Coves, Aiguadolç, Olivella.

6.— *Myrtus communis* L.

MYRTUS: Nom greco-lati de la murtra.

COMMUNIS: Per ser comú i abundant.

NOM CATALÀ: Murta, Murter, Mirter, Murtra, Murtrer, Murtrera.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Petit arbust que pot atènyer els 2-3 m., però que al nostre territori sol ser més petit. Fulles simples, oposades, ovatoacuminades, coriàcies, amb glàndules visibles al besllum i molt aromàtiques per fregament.

Flors blanques, solitàries, fins a 3 cm. de diàmetre, sobre pedicels llargs i prims. 5 pètals suborbiculars més llargs que el calze. Fruit baia adherent, nigro-blavenca, cobert per una capa de pruïna a la maduresa.

S'utilitzen les fulles, fruits i oli essencial.

FLORACIÓ: Maig-juliol

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

+ Fulles: Tanins, resines, principis amargs, oli essencial (aproximadament, un 0.3%), aigua i sals minerals.

- + Fruits: Tanins, resina, sucres, àcid màlic i cítric, oli essencial, aigua i sals minerals.
- + Oli essencial: 3-pinè, cineol i acetat de mirtenir. En menor proporció, geraniol i linalol.

USOS:

a) Via interna:

- Afeccions respiratòries: bronquitis, sinusitis, otitis.
- Afeccions microbianes de les vies urinàries: cistitis, prostatitis.
- Dispèpsies hipotòniques
- Refredats
- Leucorrees

b) Via externa:

- Hemorroides, ferides, llagues, úlceres, leucorrees, metritis, etc.

S'empra com a antisèptic (pel seu contingut en floroglucínols complexos -mirtocumulones A i B- especialment actius sobre bacteris Gram +) preparant un infús (30 gr. de planta per litre) durant 5 minuts per a rentar ferides, dermatosis, compreses per a hemorroides i irrigacions per a leucorrees. Per a la sinusitis, es poden fer inhalacions i vaporitzacions (50 gr. de planta per litre, 3 cops al dia).

Per via interna, pot preparar-se un infús, segons es detalla en la taula següent:

INDICACIÓ	Leucorrea	Hemorrides	Bronquitis
gr. de PLANTA PER LITRE	20	30	20
TEMPS D'INFUSIÓ	15 min.	20 min.	5 min.
PRESES	2 tasses al dia	2 tasses al dia	15 cc. (una cullerada so- pera/hora)

Com a EXPECTORANT i per als REFREDATS, s'aprofiten les seves propietats balsàmiques preparant un xarop:

- Preparar una tisana amb 75 gr. de planta.
- Deixar 8 h. en maceració, en un recipient tancat.
- Filtrar.
- Addicionar 1.5 Kg. de sacarosa. S'escalfa suaument sense ultrapassar els 50° C i s'agita fins a obtenir la consistència apropiada. Es prenen 2-4 cullerades sopeses al dia.

TOXICITAT:

Únicament cal destacar la possible toxicitat de l'oli essencial i del mirtol si hi ha sobredosificació (dosi màxima 2-3 gr.). Tanmateix és més ben tolerat que la majoria d'antisèptics balsàmics habituals.

DISPERSIÓ:

La Murtra és una planta molt sensible al fred. Forma petites màquies en indrets assolellats (l'hem vista al litoral, a Vilanova, a Sitges, Garraf, Vallcarca, etc.). Tanmateix, prefereix indrets de sòl més profund i humit, disposant-se en petits grups al fons de certes barrancades, amb el marga-lló, càrritx, etc., sempre dins del domini de la màquia de llentiscle i marga-lló, a la part més meridional del Massís.

7.- *Centaurea aspera* L.

CENTAUREA: Del grec χενταυρεία, referida al centaure Chiron, guarit d'una ferida amb una planta d'aquest nom.

ASPERA: Pel seu tacte.

NOM CATALÀ: Bracera, travalera, gracera, esbarcera, tiraveques, manuaga, herba vaquera, borenaga, bormaga.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Perenne, rizoma prim, llarg i ramificat. Titja de 3-8 dm., angulosa, de tacte aspre, molt ramificada. Fulles aspres, les inferiors peciolades, sinuato-dentades, les superiors sèssils, linear-oblongues.

Flors reunides en capítols ovoides, arrodonits a la base, petits (15-25 mm.) i solitaris, amb un involucre de bràctees amb 3-6 espines divergents. Flors purpúries, rarament blanques. Fruit: aqueni amb plomall blanc.

FLORACIÓ:

A la primavera, però pot durar tot l'any. No és rar trobar-la en flor en ple hivern.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

La planta conté hidrocarburs acetilènics, polifenols (flavonoides, tanins catèquics), derivats terpènics (esterols), saponòsids i compostos nitrogenats (heteròsids cianogenètics, aminoàcids lliures i proteïnes solubles) (MASSÓ, 1979, 1980). Els compostos hipoglucemians es localitzen preferentment a la fulla i són extrets selectivament amb acetona, a partir de l'extracta aquós total.

USOS:

Molt usada en medicina popular per les persones diabètiques en forma de tisanes conegudes vulgarment amb el nom de «braceres», tant a Catalunya com al País Valencià. Ja FONT i QUER la cita com a ANTIDIABÈTICA i també AGUILAR i BERTRAN & COL. in MASSÓ (1979). L'ús establert popularment és correcte, amb propietats hipoglucemians (disminueix la quantitat de sucre en sang dels diabètics) comprovades en animal de laboratori.

La part usada és la sumitat florida, prèviament dessecada a l'aire lliure. Es trosseja en petits fragments amb els quals es prepara una infusió al 5%.

Cal advertir del gust amarg d'aquest preparat que s'ha de prendre en dejú de bon matí i una altra tassa abans d'anar a dormir. En tot cas, caldrà un control de la glucèmia per a regular la concentració de la tisana.

LOCALITATS:

Molt abundant a tota la comarca, en camps de conreu, vores dels camins i llocs incultes en general. Es troba també al *Brachypodium phoenicoides*.

8.- *Silybum marianum* (L.) Gaertn.

SILYBUM: σ ι λ λ ι β ο ν , segons Dioscòrides, espècie de card comestible, de fulles tacades de blanc.

MARIANUM: Relacionat amb les taques blanques i lletoses de les fulles, provinents, segons la llegenda, de gotes de llet caigudes del pit de la Verge Maria, quan fugia amb Jesús



Silybum marianum (L.) Gaertn.

de la persecució d'Herodes.

NOM CATALÀ: Card gallofer, cardot, card marià.

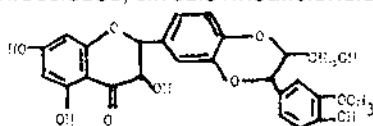
DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Planta bisanual, d'arrel pivotant. Tija de 30-150 cm., dreta, robusta. Fulles grans, verdes, brillants, maculades de blanc, amb marges sinuato-dentats, vorejats per espines.

Flors purpures, agrupades en capítols grans (4-8 cm. de diàtre), solitaris a l'extremitat del tronc i de les branques, envoltats per bràctees amb llargues espines. Fruit, aquenis -negres a la maduresa- amb llarg plomall de pèls.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

Tota la planta, fulles i arrel, conté oli essencial, principis amargs, histamina, silimarina, tiramina i resina. És més interessant, però, l'ús dels fruits. El principi actiu al qual es deu l'interès que ha desvetllat aquests darrers anys és la silimarina. Aquest derivat flavònic actua restaurant la cèl.lula hepàtica. En l'actualitat, diverses especialitats farmacèutiques empen aquest producte com a base per al tractament d'hepatitis cròniques i infeccioses, cirrosis i insuficiències hepàtiques.



SILIMARINA

USOS:

La part usada són els fruits. Es recullen les llavors madures a l'agost i setembre (floració juliol-agost) quan són negres. Es deixen secar a l'aire i es retira la corona de pèls.

Preparació del te: 1/4 de litre d'aigua bullent s'aboca sobre una culleradeta de fruits. Es deixa reposar 10-20 minuts i es cola. Es beu calent al matí, en dejú, 1/2 h. abans de dinar i a la nit abans d'anar a dormir.

D'acció inequívocament demostrada, és util en intoxicacions per ingestió de l'oronya verda (*Amanita phalloides*) i en la regeneració del fetge adipós -avui tan comú- i en cirrosis és extraordinàriament eficaç així com inofensiu i mancat d'efectes secundaris, àdhuc a dosis elevades.

LOCALITATS: Paratges herbosos, vores de camins, etc., molt abundant a tota la comarca.

9. – *Taraxacum officinale* Weber

TARAXACUM: Que cura movent o purgant.

OFFICINALE: Per les seves virtuts.

NOM CATALÀ: Queixals de vella, pixacà, pixallit, apagallums, angelets, lletsó d'ase, dent de lleó.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Planta molt poliforma i de taxonomia un xic confusa. 5-50 cm. Rizoma carnós, amb làtex que es desprèn en ser tallat (lletsó d'ase). Fulles nombroses, herbàcies, verdes, esteses a terra o dretes, dentades, amb els lòbuls àmpliament triangulars, el terminal un poc més gran.

Inflorescència en calàtide, amb escames i flors grogues. Aqueris petits (3-4 mm.), grisencs o bruns, amb tubèruls mitjans (dent de lleó), acabats en un bec on comença un plomall de 6-8 mm. Quan maduren, tots aquests fruits formen un petit globus blanc que, bufant lleugerament es desfà permetent la dispersió de les granes.

FLORACIÓ: gairebé tot l'any.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

- + Fulles: inosita (alcohol cíclic)
 - asparagina
 - glúcids (levulosa)
 - saponina
 - cendres, 40% de K (expressat en K₂O)
- + Arrels: (variable)
 - 2-40% inulina (màxim a final d'estiu-tardor)
 - lactucopirina
 - àcid. p-oxifenilacètic
 - àcid 3,4-oxicinàmic
 - asparagina
 - hidrats de carboni
- + Làtex: molt blanc, de gust amarg, té:
 - lactucèrol (α i β)
 - inosita
 - sucre reduït.

USOS:

Estimula l'activitat del fetge i dels ronyons, exerceix una acció favorable sobre el teixit conjuntiu augmentant-ne la irrigació. El seu principal camp d'aplicació són les cures primaverals i tardorals quan es tracta d'eliminar residus, per a la qual cosa és molt convenient ja que estimula l'excreció activa al fetge i ronyons. Per la seva acció detoxificant al teixit conjuntiu, ha rebut aplicació en el reuma, la gota i la formació de càlculs biliars.

Com a DIURÈTICA (d'aquí el nom de «pixallits»), APERITIVA (als Pirineus pren el nom de «xicioia» i s'ingereix en amanida, amb altres plantes silvestres). L'arrel, dessecada i torrada s'admeté l'any 1958 per a mesclar o SUBSTITUIR EL CAFÈ.

Per a les cures es pot seguir un tractament durant 4-6 setmanes amb el te de *Taraxacum*:

Es recull la planta a la primavera (abril-maig), desenterrant les arrels que es parteixen i es pengen a secar juntament amb la part herbàcia (sobretot la roseta de fulles), en un lloc airejat. També poden secar-se en un forn. Es trosseja.

S'afegeixen 1-2 culleradetes a 1/4 de litre d'aigua freda, s'escalfa fins a ebullició i es deixa coure 1 minut. Es cola al cap de deu minuts. Es pren una tassa 1-2 vegades al dia.

LOCALITATS: En prats, camps, horts, herbassars una mica humits. En fi, a tot arreu on arriben les llavors. Fins i tot es troba entre els empedrats d'algun carrer.

10.— *Chamaerops humilis* L.

CHAMAEROPS: de χαμαί, nani i ῥώφ, gespa.

HUMILIS: per la seva talla baixa.

NOM CATALÀ: Margalló, margallonera, palma d'escombres.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA:

Es tracta de l'única palmera que creix espontàniament a Europa i ateny al Massís de Garraf el seu límit septentrional (a part la localitat isolada a Torroella de Montgrí). Plantes generalment baixes, de tronc quasi nul, malgrat que en llocs inaccessibles per a l'home pot fer-se fins a 5 m. Fulles de segments estesos en forma de ventall, amb el pecíol espinós. Plantes polígames dioiques, és a dir, amb peus masculins

(flors amb 6-9 estams) i peus hermafrodites que produeixen petits dàtils.

FLORACIÓ: Abril-maig.

COMPOSICIÓ QUÍMICA:

Les fulles dessecades contenen un 1,35% d'alcohol cíclic anomenat quercita. A les arrels s'ha trobat també quercita (0,43%), un 2% de sucres (glucosa i sacarosa), midó abundant (22%) i no potaní (3,38%).

USOS:

El dàtil de margalló o «pa de guineu» es considera comestible malgrat el seu gust un xic acre. El dàtil, quan encara no és madur del tot, conté molta matèria tòxica, per la qual cosa hom l'havia usat contra les diarrees. Pel que fa a les arrels, també se n'havien ingerit els cors amb propietats afrodisíacues i, encara, s'havien utilitzat per a falsificar les sarsaparrilles. Tots aquests usos, tanmateix, haurien de revisar-se, essent objecte d'estudis més aprofundits.

La utilització tradicional del margalló per a fer-ne escombres, així com l'arrencada massiva que se'n fa per a jardineria hauria de limitar-se puix que la seva recuperació és molt lenta. Encara més, al massís representa l'exponent d'un tipus de vegetació la màquia de llentiscle i margalló (*Quercus-Lectiscretum*), en el seu límit Nord europeu, digne d'especials mesures de protecció en el marc del futur Parc Natural de Garraf.

LOCALITATS:

Tot el Massís, especialment a les solanes de la part baixa, més pròxima al mar, sobre substrat calcari.

BIBLIOGRAFIA

- 1.- BENIGNI, R. CAPRA, C. & CATTORINI, P.E. (1971): **Plante Medicinall**. Milano.
- 2.- BOLÒS, O. de. (1962): **El Paisaje Vegetal Barcelonés**. Universitat de Barcelona.
- 3.- CADEVALL, J. & FONT I QUER, P. (1913-1937): **Flora de Catalunya** Vols. I-VI. Barcelona.
- 4.- FONT I QUER, P. (1973): **Plantas Medicinales**. 986 pp. Ed. Labor, 2^{na} ed. Barcelona.

- 5.- FLETCHER, F. & al. (1976): **British Herbal Pharmacopela**, 1. London.
- 6.- MASSÓ, J.L. (1979): «Estudio de la actividad hipoglucemiante de **Centaurea aspera L.**». **Circ. Farm.**, **265**: 311-322.
- 7.- (1980): «Estudio de la actividad hipoglucemiante de **Centaurea aspera L.**». **Circ. Farm.**, **267**: 217-230
- 8.- POZO, A del. (1978): **Farmacla Galénica Especial**, **2**: 55. Barcelona.
- 9.- PUJADAS, J. (1978): «Notes sobre la Flora Medicinal de la Conca» **Aplec de Treballs del Centre d'Estudis de la Conca de Barberà**, **1**: 167-174. Montblanc.
- 10.- ROSSELL, G. (1980): «Aspectos Farmacognósticos y Farmacodinámicos de *Rhamnus alaternus ssp. myrtifolia*» **Circ. Farm.**, **268**: 353-364. Barcelona.
- 11.- STÜBING, G. (1982): «El Mirto». **Monografías de Herboristería Farmacéutica**, **2**: 1-16, Valencia.
- 12.- TREASE-EVANS, WC. (1976): **Farmacognosia**: 411. Compañía Editorial Continental. Barcelona.
- 13.- TUTIN, T.G. & HEYWOOD, V.H. (1964-1980): **Flora Europea**, Vols. I-V. Cambridge.
- 14.- WAGNER, H. & WOLFF, P. (1977): **Proceedings of The First International Congress on Medicinal Plant Research, Section A**. New York.

