

## Herbes remeieres i llengua

L'11 de maig és sant Ponç, patró dels herbolaris i apicultors. Aquest dia les plantes remeieres i tot tipus de productes naturals amb propietats terapèutiques són els protagonistes.

La riquesa denominativa del català per a referir-se a les plantes que ens envolten és extraordinària. En aquesta nota de llengua us presentem algunes d'aquestes plantes aromàtiques i medicinals, i termes que s'hi relacionen.



### Plantes silvestres de la primavera

alfabrega, alfàbega, alfabeguera, alfabrega de fulla ampla, basilicó, herba del mal prenyat, alfàbaga (*Ocimum basilicum*).

angelets, cap de reina, cendrosa, collcolom, colomets, colomina, conillets, fumdeterra (*Fumaria officinalis*).

arç blanc, arç blanc d'espina curta, cirerer de pastor, espinal margeler, espinalb, peu del soroller (*Crataegus monogyna*).

camamilla, camamil·la, maçanella, majola, matricària, camamil·la d'Aragó, camomil·la (*Matricaria chamomilla*).

cua de cavall petita, asprella, canella, canudets, canuts, coa de cavall, coa de fardatxo (*Equisetum arvense*).

dent de lleó, apagallums, pixacà, pixallits, queixals de vedella (*Taraxacum officinale*).

espígol comú, barballó, espic, espígol, espigolera, espigolina, garlanda (*Lavandula latifolia*).

farigola, frígola, timó, timó d'estiu, timonet, fríula (*Thymus vulgaris*).

ginesta, ginesta comuna, ginesta de llei, ginesta vera, ginestera, ginestera de flor, ginestera groga, herba de ballester (*Spartium junceum*).

julivert, cerfull, julivert de camp, julivert en rama, julivert ver, giunivert, givert (*Petroselinum crispum*).

llorer, llor, bacalia, baguer, llorer noble, allau (*Laurus nobilis*).

malva major, malva de cementiri, formatgets, malva, malva borda, malva de camp, malva vera, malves (*Malva sylvestris*).

romaní, romer, beneit, beneït, romanill, romer blanc, romera, romeret, romanell (*Rosmarinus officinalis*).

rosella, babol, badabadoc, colet, gall, lloca, paparota, paramà, pipiripip, quiquiriquic, babola, capellà, caputxí, cascall, gallarets, gallet, gallgallaret (*Papaver rhoeas*).

saüc, saüquer, bonarbre, herba de llavorettes, benabre (*Sambucus nigra*).

xicoira, cama-roja, masteguera, xicoira amarga, cagamuja, endívia, escarola, flor blava (*Cichorium intybus*).

## Classificació dels noms

Hi ha diverses maneres de classificar els noms de les plantes; us en mostrem algunes.

— segons la morfologia de la planta:

forma: *barretets, agulles*

color: *rogeta, figa llimonenca*

olor: *trèvol d'olor, herba pudent*

gust: *herba amarganta*

tacte: *pelosella, pèl de farigola*

mida: *ortiga gran, ortiga petita*

— segons l'hàbitat:

zona geogràfica de procedència: *blat de les Índies, clavell valencià*

medi: *llentia d'aigua, clavell d'aire*

— segons el temps de floració o de collita: *herba de Sant Joan, nadala*

— segons l'aplicació, la virtut, la utilitat, el poder curatiu: *herba berruguera, adormidera*

## El nom científic, en llatí

Davant la necessitat de donar un nom clar a cada espècie vegetal no és factible usar els noms comuns, o populars, que no vol dir que no siguin correctes. Els noms comuns tenen l'inconvenient que poden variar considerablement d'una regió a una altra o que espècies botàniques diferents poden tenir la mateixa designació. D'altra banda, hi ha multitud d'espècies que no es coneixen per cap nom comú.

Per aquesta raó, els noms de les plantes han d'estar llatinitzats, ja que el llatí és l'idioma més habitual en la nomenclatura científica. Els noms científics d'animals i plantes estan

formats per dos termes: el primer, que correspon al gènere, s'escriu amb majúscula, i el segon, que correspon a l'espècie, s'escriu amb minúscula.

Les denominacions científiques s'escriuen en cursiva perquè són mots llatins.

rosella (*Papaver rhoeas*)

Tots els noms científics de plantes es consideren arbitraris; no cal que tinguin normativament un origen clar, ni un significat concret ni una forma estàndard, tot i que sovint sigui realment així. Com a curiositat podem dir que n'hi ha de dedicats a una persona (*Stevia rebaudiana*, pel metge i naturalista del Maestrat, Pere Jaume Esteve), a un punt geogràfic (*Crataegus granatensis*, granadí, de Granada) o a un nom comú (*Prunus mahaleb*, de l'àrab).

En més d'un cas, darrere el nom científic hi poden aparèixer diferents noms o abreviatures d'autors, que són els que van donar el nom a la planta, i que s'escriuen en rodona.

*Crataegus monogyna* Jacq.

Per a la nomenclatura científica s'utilitza el Codi internacional de nomenclatura d'algues, fongs i plantes (ICN), que es va renovant. Estableix unes normes de com s'han d'anomenar les plantes i és universal.

## Preparacions

La **fitoteràpia** és la terapèutica que utilitza les plantes medicinals per a prevenir o guarir una malaltia o bé per a curar petits trastorns com s'ha fet tradicionalment.

La majoria de les plantes medicinals s'han de sotmetre a un procés que en pugui extreure els principis actius medicinals perquè el nostre organisme els pugui absorbir. Les principals preparacions són les següents.

**Bany:** combinació de les propietats de les plantes amb les propietats minerals i fisioterapèutiques de l'aigua.

**Cataplasma o compresa:** preparació en què es bull la planta o se la sotmet a l'acció de l'aigua. Les plantes bullides s'emboliquen en draps prims que se situen sobre la zona que es vol tractar.

**Emplastre:** barreja de les substàncies vegetals amb substàncies greixoses o resinoses. S'apliquen directament sobre la pell i es fixen amb una bena.

**Extracte vegetal** o **suc**: preparació en què s'obtenen substàncies actives de les plantes mitjançant el procés de trituració, aixafament o pressió.

**Infusió**: extracció dels principis actius d'una planta sotmetent-la a aigua bullent.

**Inhalació** o **baf**: preparació feta amb herbes aromàtiques, les quals es bullen en aigua. El vapor que es desprèn del recipient una vegada retirat del foc s'ha d'inhalar.

**Maceració**: extracció en fred dels principis actius de la planta, que altrament es destruirien per l'escalfor. Es pot fer amb aigua, oli o alcohol.

**Oli medicinal**: maceració feta en oli. Hi ha certes plantes que transfereixen millor els seus principis actius a l'oli. Són els més utilitzats per a ús extern (fregues, massatges o untures).

**Pólvores**: dessecació de la planta per calor solar o artificial, que després es tritura per mitjà d'un morter.

**Reducció**: cocció que dura més de 20 minuts.

**Tintura** o **vins medicinals**: maceració feta en alcohol, que normalment porta una part de la planta per cinc d'alcohol.

**Xarop**: dissolució de sucre en aigua a la qual després s'afegeix la planta.

## Processos

**Recol·lecció**: acció de recollir les plantes que creixen espontàniament a la natura.

**Assecatge**: tècnica de conservació de les plantes que consisteix a reduir-ne de forma controlada la quantitat d'aigua.

**Conservació**: tècnica de preparar les plantes per tal d'evitar-ne el procés de descomposició i de mantenir-ne el poder nutritiu.



*Sant Ponç*