

UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ DE ELCHE

ESCUELA POLITÉCNICA SUPERIOR DE ORIHUELA

**Master Universitario Oficial de
Agroecología, Desarrollo Rural y Agroturismo**



**ESTUDIO ETNOBOTÁNICO DE LA
PEDANÍA DE “EL BERRO” (SIERRA
ESPUÑA – MURCIA): UN RECURSO
PARA EL DESARROLLO RURAL Y EL
AGROTURISMO**

TRABAJO FIN DE MASTER

Septiembre – 2015

AUTOR: Juan Antonio López García

DIRECTOR/ES: Concepción Obón de Castro



UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ DE ELCHE

Se autoriza a **D. Juan Antonio López García** a realizar el Trabajo Fin de Máster titulado: “Estudio etnobotánico de la pedanía de “El Berro” (Sierra Espuña-Murcia): Un recurso para el desarrollo rural y agroturismo”, bajo la dirección de Dña. Concepción Obón de Castro, debiendo cumplir las directrices para la redacción del mismo que están a su disposición en la asignatura.

Orihuela, 5 de junio de 2014

La Directora del Master Universitario en Agroecología, Desarrollo Rural y Agroturismo.



Fdo.: Gema Romero Moraleda





MASTER UNIVERSITARIO OFICIAL DE AGROECOLOGÍA, DESARROLLOR RURAL Y AGROTURISMO

VISTO BUENO DEL TRABAJO FIN DE MÁSTER

CURSO 2014/2015

Director/es del trabajo
Concepción Obón de Castro

Dan su visto bueno al Trabajo Fin de Máster

Título del Trabajo
Estudio Etnobotánico de la Pedanía de “El Berro” (Sierra Espuña – Murcia): Un recurso para el Desarrollo Rural y el Agroturismo
Alumno
Juan Antonio López García

Orihuela, a 8 de Septiembre de 2015

Firma/s directores/es trabajo



MASTER UNIVERSITARIO OFICIAL DE AGROECOLOGÍA, DESARROLLOR RURAL Y AGROTURISMO

REFERENCIAS DEL TRABAJO FIN DE MÁSTER

Título: Estudio Etnobotánico de la Pedanía de “El Berro” (Sierra Espuña – Murcia): Un recurso para el Desarrollo Rural y el Agroturismo

Modalidad (proyecto/experimental/bibliográfico/caso práctico): experimental

Autor: Juan Antonio López García

Director/es: Concepción Obón de Castro

Convocatoria: Septiembre 2015

Número de referencias bibliográficas: 11

Número de tablas: 6

Número de figuras: 11

Palabras clave (5 palabras): El Berro, Etnobotánica, Usos de especies de plantas, Desarrollo Rural, Agroturismo.

RESUMEN: (mínimo 10 líneas)

En este trabajo se pretende conocer los usos tradicionales que se les da a las plantas en la población de El Berro, pedanía de Alhama de Murcia, puesto que está enclavado a orillas del Parque Regional de Sierra Espuña, y posee una fusión de sierra y huerta que hace únicos estos conocimientos.

Como metodología se procede a la realización de una serie de entrevistas abiertas a vecinos del lugar, tanto residentes en el mismo como itinerantes, a través de las cuales se recopila una serie de informaciones, con las que se pretende conocer la diversidad etnoflorística de la zona. Esto nos servirá como recurso para el Desarrollo Rural y Agroturismo de esta pedanía.

Contenido

1.- INTRODUCCIÓN.....	1
1.1 La Etnobotánica en el Desarrollo Rural y el Agroturismo	1
1.2 Justificación del Estudio	2
1.3 Características Físicas.....	3
1.4 Características Sociales	4
1.5 Objetivos	5
2.- MATERIAL Y MÉTODOS	6
2.1 Entrevistas	6
2.2 Informantes.....	7
3.- RESULTADOS	10
REINO FUNGI	10
REINO PLANTAE.....	11
4.- DISCUSIÓN.....	84
5.- CONCLUSIONES	91
6.-Bibliografía	92
7.- Agradecimientos	94



1.- INTRODUCCIÓN

1.1 La Etnobotánica en el Desarrollo Rural y el Agroturismo

La Etnobotánica estudia las relaciones generales que existen entre las creencias y las técnicas de la humanidad y el conjunto del Reino Vegetal. De forma más general es “el estudio de las interacciones entre Hombres y Plantas” (Louis Hédin, 1946).

El Desarrollo Rural se define como “una mejora general en el bienestar económico y social de los residentes rurales y en el entorno institucional y físico en el que estos viven” (Jansma, 1981).

El agroturismo es la modalidad de turismo que ofrece una alternativa atractiva a la vida agitada y rápida de los habitantes de las grandes ciudades, integrando en las instalaciones y ofertas de los alojamientos rurales, actividades vinculadas a la agricultura y ganadería tradicional como huertos, elaboración de embutidos, etc. (Obón, 2014)

La continua transformación del medio rural y su consiguiente pérdida de información de carácter tradicional, pone de manifiesto la necesidad de la preservación de esta. Es por dicho motivo que la etnobotánica puede ser utilizada mediante sus dos vertientes con este fin: la divulgación y las posibles aplicaciones prácticas (Obón, 2014).

La divulgación se ha convertido en la principal herramienta para que la cantidad de información recopilada por los etnobotánicos cumpla su fin, que es ser transmitida y a todo tipo de público. Este hecho nos permite que los conocimientos de los usos de especies de plantas no se pierdan con el tiempo y caigan en el olvido, sino que supongan un pilar más de nuestra cultura natural y rural. Así mismo, la implantación de estos conocimientos en la educación, tanto a nivel teórico como práctico, podría asegurar la preservación y continuidad de los mismos en el futuro.

Toda la valiosa información acerca de los usos de especies de plantas, como todos los importantes recursos, debe ser aprovechado con el fin de mejorar el Desarrollo Rural. Los principales campos para la aplicación del desarrollo rural (Obón, 2014) son:

- Recursos Forestales No Madereros: Sierra Espuña, enclave en el que se sitúa la pedanía de El Berro, consta de numerosos de estos recursos, tales como plantas medicinales y aromáticas, frutos silvestres comestibles, setas y otros hongos. En algunas ocasiones, estos recursos pueden suponer una fuente de ingresos para la pedanía, pudiéndose, no solo comercializar directamente, sino emplearlos en el Agroturismo. Algunos ejemplos de sus usos en el Agroturismo pueden ser la elaboración de menús degustación en los restaurantes de la población de setas y otros hongos, la venta por parte de las pequeñas tiendas de mermeladas u otros productos elaborados a partir de frutos silvestres de la zona, etc.
- Micoturismo: La abundancia y variedad de hongos en los alrededores del pueblo es un atractivo turístico para personas que quieren conocer este reino más a fondo. Esto, además, supone una buena oportunidad para conocer parajes desconocidos para las

personas ajenas al entorno, senderos y paisajes únicos que alcanzan su mayor esplendor en la época de las setas o los guíscanos, por ejemplo.

- **Agroturismo:** Supone una atractiva alternativa a las estresantes vacaciones que año tras año sufren miles de ciudadanos. La huerta de El Berro, junto con los campos de cultivo de secano constan de una gran variedad de especies de plantas, así como de actividades agrícolas y ganaderas ligadas a estos. Ligar el aprendizaje de estas costumbres al relax y la tranquilidad local puede ser el “pack” de vacaciones ideal para muchas personas.
- **Talleres:** se podrían ofrecer talleres a los visitantes, así como a los alojamientos de la zona, en los que se les ayudara a conocer más a fondo las tradiciones y costumbres del pueblo. Algunos ejemplos serían la elaboración de jabones perfumados a partir de aceite de oliva reciclado y plantas aromáticas de la zona, pudiendo incluir algunas plantas medicinales en infusión que, junto con la labor de limpieza, ayudarían, por ejemplo, a los tratamientos dérmicos de dolores musculares o reumáticos.
- **Agricultura y Ganadería Ecológica:** Siempre utilizando las variedades cultivadas y razas ganaderas autóctonas, tales como el Tomate de Flor de Baladre o la Cabra Montesino-Murciana. Además de mostrar métodos y prácticas de agricultura y ganadería ecológica, se darían a conocer las variedades y razas autóctonas de la zona poco conocidas e incluso en camino a la desaparición.
- **Turismo Rural:** Sierra Espuña supone un gran atractivo turístico, no solo por los recursos naturales, sino también por los recursos culturales de la zona, tales como Los Pozos De La Nieve, o Los Viveros de Espuña. Todo esto hace de la zona un punto obligatorio de visita en la Región de Murcia.
- **Huertos de Ocio:** la posibilidad de la creación de un pequeño huerto de ocio, en el que se encuentren recogidas todas las especies y variedades más comunes, así como las autóctonas. Podría servir no solo como atractivo turístico puntual, sino como centro de educación ambiental, en el que se muestren algunos usos representativos de especies de plantas cultivadas. Junto a este huerto se podría situar una zona con parterres de especies silvestres dedicada a mostrar a los visitantes algunos de los usos en alimentación, medicina popular, cosmética o de otros usos locales, sirviendo a la misma vez de divulgación.

1.2 Justificación del Estudio

Las características físicas y sociales hacen posible que la localidad sea un punto interesante en el estudio de los usos tradicionales de plantas de la zona.

La cultura y las tradiciones arraigadas en la población, se transmiten de generación en generación de forma verbal. Al tener una media de edad tan elevada, los conocimientos acerca de los usos tradicionales de las plantas son muy abundantes, y al mismo tiempo tienen un alto riesgo de perderse.

Es esta la justificación del estudio: recopilar y salvaguardar dichos conocimientos e intentar dar un pequeño paso para evitar su extinción y promover su uso.

1.3 Características Físicas

La localidad de El Berro es una de las cinco pedanías que conforman el término municipal de Alhama de Murcia. Se halla a 620 m de altura y se encuentra situada en la zona central de la provincia y Comunidad Autónoma de Murcia, ligeramente hacia el sur, siendo parte integrante de la comarca del Bajo Guadalentín (TAM, 2015).

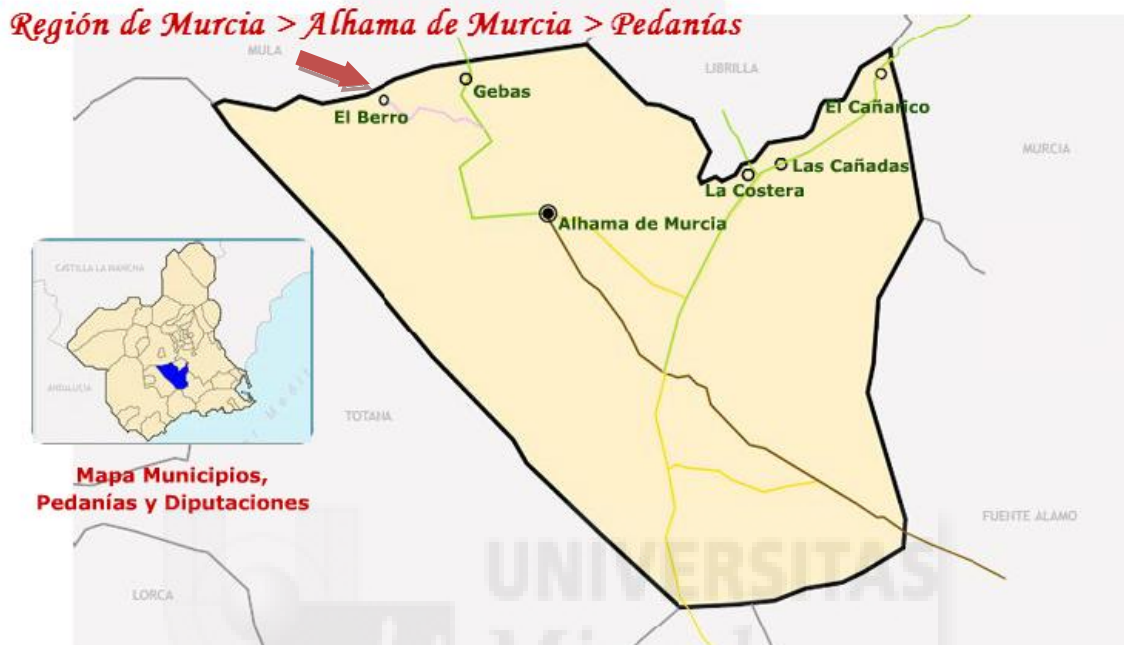


Figura 1. Localización de la zona de estudio (www.regmurcia.com, 2015).

Se encuentra situado a orillas del Parque Regional de Sierra Espuña, el más importante de la zona, tanto en diversidad y riqueza de especies animales y vegetales, como en paisajes, cultura y tradiciones.



Figura 2. Localización de la zona de estudio (Google Maps, 2015).

La zona presenta un régimen pluviométrico de escasas precipitaciones, llegando a un total de 306mm anuales, siendo el mes de Julio el más seco (3mm), mientras que octubre se sitúa como el mes más lluvioso (46mm). Las temperaturas son irregulares, siendo la media anual de 17.1°C y pudiendo alcanzar temperaturas máximas de 40°C durante el verano, y temperaturas bajo cero en el invierno (<http://es.climate-data.org/>, 2015).

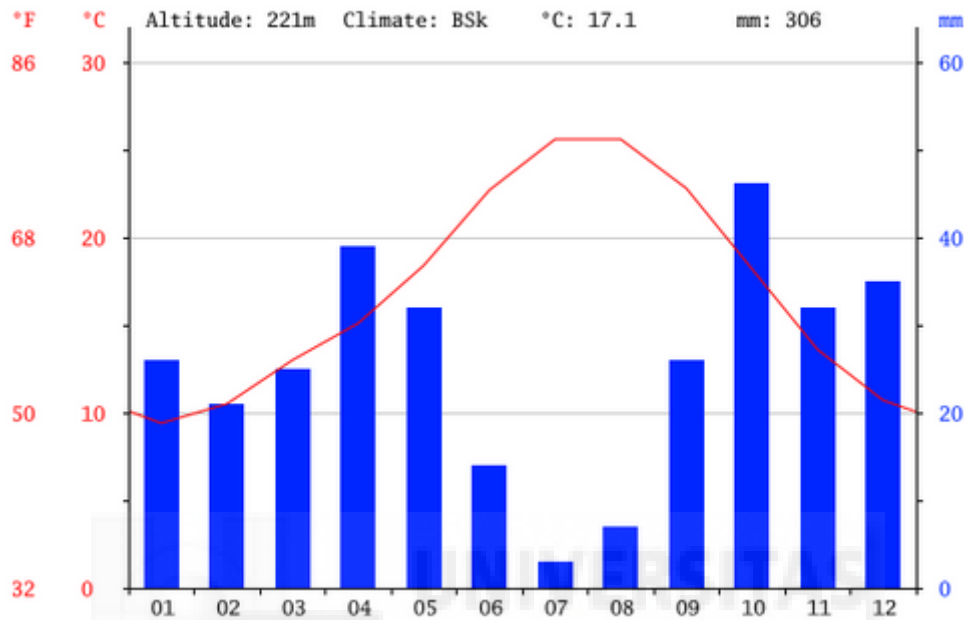


Figura 3. Diagrama ombrotérmico de Alhama de Murcia, situada a 15km de El Berro, zona de estudio. (<http://es.climate-data.org/>, 2015)

1.4 Características Sociales

La pedanía data de principios del siglo XIX, formada entonces por casas dispersas situadas en la huerta, y con una agricultura y ganadería destinadas al autoabastecimiento. Ya a finales del siglo XIX se consolidó como un núcleo poblacional al construirse la ermita de La Virgen de Los Dolores en 1883 (Anónimo, 2015).



Figura 4. Pueblo de El Berro.

La economía que predomina en el pueblo está basada principalmente en dos sectores: el sector primario, constituido por una amplia huerta y cultivos de secano en las inmediaciones de la localidad, y el sector terciario, debido a su privilegiada situación en el medio natural y rural (Anónimo, 2015).

Con una población cercana a los 170 (Anónimo, 2015), la media de edad de los habitantes de El Berro supera los 60 años (en función del estudio de campo realizado), tratándose de una población envejecida y con escasa natalidad y elevada mortalidad. Asimismo, las emigraciones de la población joven del pueblo han sido y son cada vez más incipientes, favoreciendo estas características.

1.5 Objetivos

El objetivo es estudiar los usos tradicionales de las plantas de los que tienen conocimiento los habitantes de El Berro, centrándose en los usos medicinales y cosméticos de estas.

Se pretende saber si este conocimiento presenta alguna relación con la edad, género, lugar de residencia o profesión de los informantes.

Además de conocer las especies y los usos más relevantes en términos de frecuencia.

2.- MATERIAL Y MÉTODOS

2.1 Entrevistas

Para la realización de este estudio se han empleado los siguientes materiales:

- Cuaderno de campo
- Bolígrafos
- Cámara de fotos
- Cronómetro
- Ordenador
- Bolsas de plástico
- Tijeras
- Periódicos

El método principal para llevar a cabo el trabajo ha sido la realización de entrevistas libres, así como entrevistas guiadas. Además, se han efectuado entrevistas individuales y en grupo.



Figura 5. Entrevista realizada durante una excursión guiada por uno de los informadores.

Dichas entrevistas han sido realizadas en el periodo de tiempo de un año, por lo que se han abarcado las diferentes estaciones. También se han practicado entrevistas en los hogares, así como entrevistas en el campo, es decir, pequeñas excursiones guiadas por los individuos entrevistados.

La realización de entrevistas guiadas en el campo ha facilitado la localización y recolección de la mayor parte de las especies vegetales mencionadas por los informantes. Se fotografiaron utilizando una cámara de móvil Bq Aquaris 5.0. De este modo, se han incluido en un herbario digital (adjunto en memoria USB situado en la contraportada del trabajo) y la identificación de las distintas especies se ha llevado a cabo con los libros *Nueva Flora de Murcia* (Sánchez & Guerra 2007), *Flora Básica de la Región de Murcia* (Alcaraz et al. 2003), *Las Plantas medicinales de nuestra Región* (Obón & Rivera 1991), y el *Libro rojo de variedades locales de la Región de Murcia* (Egea & Egea 2013). Se ha seguido la base de datos *The Plant List* (TPL, 2013) en la utilización de los nombres científicos y de las correspondientes abreviaturas de autores.

2.2 Informantes

En el muestreo, se han tenido en cuenta individuos de ambos sexos (masculino y femenino), así como todos los rangos de edad (desde 9 a 95 años).

Por motivo de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre (BOE, 2015), de Protección de Datos de Carácter Personal (I), se van a omitir los datos personales de los informadores y se tuvo especial cuidado en no recoger información estrictamente personal.

Número	Nombre	Duración de la entrevista	Edad	Sexo	Oficio	Lugar de residencia	Lugar de procedencia
1	Antonio García	5h 30min	81	Masculino	Jubilado	El Berro	El Berro
2	María Hernández	5h 30min	73	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
3	Trinidad Sánchez	2h 15min	73	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
4	Pedro Rosa	2h 15min	80	Masculino	Jubilado	El Berro	El Berro
5	María Sánchez	1h 30min	72	Femenino	Jubilada	Mazarrón	Lorca
6	Antonio Moreno	2h	66	Masculino	Pastor-Jubilado	El Berro	El Berro
7	Isabel Rosa	45min	87	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
8	María García	1h	72	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
9	Cecilia Hernández	3h 30min	70	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
10	Francisco García	3h 30min	75	Masculino	Jubilado	El Berro	El Berro
11	Eulalia López	4h 15min	70	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
12	Felipe López	4h 15min	38	Masculino	Informático	El Berro	El Berro
13	Francisco José Montalban	1h	20	Masculino	Panadero	El Berro	El Berro

Número	Nombre	Duración de la entrevista	Edad	Sexo	Oficio	Lugar de residencia	Lugar de procedencia
14	Germán Carpe	1h	22	Masculino	Trabaja en Fábrica	Alhama de Murcia	Alhama de Murcia
15	Belén Romero	1h	19	Femenino	Trabaja en Fábrica	Alhama de Murcia	Alhama de Murcia
16	Moises Rodriguez	1h	22	Masculino	Estudiante	Murcia	Murcia
17	Juan Gabriel Cava	1h 30min	21	Masculino	Estudiante	Mazarrón	El Berro
18	Santiago Hernández	30 min	82	Masculino	Jubilado	El Berro	El Berro
19	Juan López	1h	74	Masculino	Pastor-Jubilado	Pliego	Paraje La Acimbuca I
20	Iván García	20min	9	Masculino	Estudiante	Murcia	El Berro
21	Raúl García	20min	9	Masculino	Estudiante	Murcia	El Berro
22	Joaquina Cava	3h	72	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
23	Antonio Cava	2h 15min	96	Masculino	Jubilado	El Berro	El Berro
24	Angel Cava	1h 30min	66	Masculino	Agricultor-Jubilado	El Berro	El Berro
25	Antonio Navarro	30min	78	Masculino	Jubilado	Alhama de Murcia	El Berro
26	Rosalía García	4h	78	Femenino	Jubilada	El Berro	El Berro
27	Francisco Navarro	3h	46	Masculino	Sector Turístico	El Berro	Alhama de Murcia
28	María García	3h	45	Femenino	Sector Turístico	El Berro	El Berro
29	María Navarro	1h30min	16	Femenino	Estudiante	El Berro	El Berro
30	Pedro López	2h 15min	54	Masculino	Camionero	El Berro	El Berro
31	Dolores Ortega	2h 15min	54	Femenino	Trabaja en Almacén	El Berro	Fuente Librilla
32	Pedro López	2h	80	Masculino	Pastor - Jubilado	El Berro	El Berro
33	Josefina Peñalver	1h 25min	54	Femenino	Tendera	El Berro	Barqueros
34	Encarnación López	3h	52	Femenino	Limpiadora	Mazarrón	El Berro

Número	Nombre	Duración de la entrevista	Edad	Sexo	Oficio	Lugar de residencia	Lugar de procedencia
35	Mari Carmen Cava	1h 30min	17	Femenino	Estudiante	Mazarrón	El Berro
36	Sebastián Cava	3h	55	Masculino	Infraestructuras en agricultura	Mazarrón	El Berro

Tabla 1. Datos de los informadores y las entrevistas (número, nombre, duración de la entrevista, edad, género, oficio, lugar de residencia y lugar de procedencia).



3.- RESULTADOS

En este apartado se incluyen los resultados obtenidos en las entrevistas realizadas a cada uno de los informantes. Los datos han sido ordenados en base al nombre científico de las familias y especies y de manera alfabética. A continuación se expone el nombre o nombres populares de la especie en cuestión y los usos medicinales, de alimentación, cosméticos y de otros usos, así como las variedades de cada una, indicando cuales corresponden a cada informante.


Toda esta información ha sido recopilada mediante cuadros, en los que se incluye una foto original, realizada mediante la cámara de fotos de un teléfono móvil BQ Aquaris 5.0.

REINO FUNGI


FAMILIA AGARICACEAE

<i>Agaricus bisporus</i> (J.E. Lange) Imbach	
Nombre Popular	Champiñón (33)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none">• Se usan para cocinar en diversos platos (33).

FAMILIA PLEUROTACEAE

<i>Pleurotus eryngii</i> (De Cand) Gillet	
	
Nombre Popular	Setas de cardo (30, 31, 33)
Hábitat	Sierra, en llanos y cultivos sin cosechar
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none">• Se consumen fritas con muchas comidas (30, 31, 33).

FAMILIA RUSULACEAE

<i>Lactarius Deliciosus</i> L. ex Fr. Gray		
Nombre Popular	Níscalos (13, 14, 15, 16, 17, 19, 30, 31)	
Hábitat	Sierra, en espesura de pinos y enebros	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none">• Este hongo es utilizado como alimento (13, 14, 15, 16, 17, 19, 30, 31).	

REINO PLANTAE

CORMÓFITOS

ANGIOSPERMAS

FAMILIA ACTINIDACEAE


<i>Actinida deliciosa</i> (A. Chev.) C.F. Liang & A.R. Ferguson	
Nombre Popular	Kiwi (11, 12)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none">• Su fruto, el kiwi, se come (11, 12).

FAMILIA ADOXACEAE


<i>Sambucus nigra</i> L.	
Nombre Popular	Sabuco (1, 2, 26, 27, 28, 34, 36)
Hábitat	Sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none">• La infusión de tallos y hojas de sabuco se emplea para limpiarse las heridas (1, 2, 34, 36).• Las hojas se emplean en infusión para tratar el hinchazón de picaduras de avispa o abejorros (26, 27, 28).

	<p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se hacían collares con esta planta para los niños, para que a éstos les salieran los dientes (1, 2, 26, 27, 28).
--	--

FAMILIA AGAVACEAE

<p><i>Agave americana L.</i></p>		
Nombre Popular	Alzabara (22); Pitera (30, 31, 32);	
Hábitat	Márgenes de cultivos	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se aplica en las heridas de la piel (32). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para quitar la roña de los animales mediante la infusión de esta planta (22, 32). • Se emplea de adorno en jardines (30, 31). 	

FAMILIA AMARANTHACEAE

<p><i>Beta vulgaris L.</i></p>		
Nombre Popular	Acelga (13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26, 27, 28, 33); Acelga de campo (6, 9, 10, 11, 12, 33).	
Hábitat	Huertas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado (acelga) y Silvestre (acelga de campo)	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Esta planta se utiliza en la cocina como alimento (6, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26, 27, 28, 33). 	

<i>Beta vulgaris L. var. conditiva</i>	
Nombre Popular	Remolacha (13, 14, 15, 16, 17, 18, 32)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza para comer en ensaladas (13, 14, 15, 16, 17, 18, 32) • También para hacer azúcar (13, 14, 15, 16, 17).

<i>Spinacia oleracea L.</i>	
Nombre Popular	Espinaca (13, 14, 15, 16, 17, 33)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • La planta se emplea como alimento (13, 14, 15, 16, 17, 33).

FAMILIA AMARYLLIDACEAE

<i>Allium ampeloprasum L.</i>	
Nombre Popular	Puerro (8, 11, 12, 26, 27, 28, 33)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • El tubérculo, se utiliza como alimento (8, 11, 12, 26, 27, 28, 33).


<i>Allium cepa L.</i>	
Nombre Popular	Cebolla (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 32, 33)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Blanca (26, 27, 28)



	<ul style="list-style-type: none"> • Roja (26, 27, 28)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se come de diversas formas (3, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 32). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se pela y se corta la cebolla y se deja en un plato toda la noche en la mesilla, junto a la cama, y se alivia la tos (1, 2, 11, 12, 26, 27, 28, 29, 33). • Se emplea también para mejorar la circulación de la sangre (26, 27, 28, 29). • Se coloca una rodaja de cebolla sobre heridas de la piel para que mejoren (32).

<i>Allium sativum L.</i>	
Nombre Popular	Ajo (6, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 33); Ajo tierno (33)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se utilizan como alimento tanto crudos como cocinados (6, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Es bueno para el reuma (33).

FAMILIA ANACARDIACEAE

<p><i>Pistacia lentiscus L.</i></p> 	
Nombre Popular	Lentisco (32)
Hábitat	Sierra

Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> La esencia se emplea para los dolores musculares, mediante un masaje (32).

<i>Pistacia vera L.</i>	
Nombre Popular	Pistacho (1, 2, 3, 4, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Su fruto, los pistachos, se comen (1, 2, 3, 4, 33).


FAMILIA ANNONACEAE


<i>Annona cherimola Mill.</i>	
Nombre Popular	Chirimoyo (11, 12, 30, 31)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Su fruto, la chirimoya, se come (11, 12, 30, 31).

FAMILIA APIACEAE


<i>Apium graveolens L.</i>	
Nombre Popular	Apio (13, 14, 15, 16, 17, 22, 33).
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> El apio es utilizado como alimento (13, 14, 15, 16, 17, 22, 33). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> Es diurético (33).

<i>Daucus carota</i> L.	
Nombre Popular	Zanahoria (7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 26, 27, 28, 32, 33)
Hábitat	Huertas y Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Su tubérculo, la zanahoria, se utiliza como alimento (7, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 26, 27, 28, 32, 33).

<i>Eryngium campestre</i> L.	
	
Nombre Popular	Cardipan (1, 2, 23, 30, 31); Cardo setero (3, 4)
Hábitat	Cultivos, cultivos abandonados, márgenes de cultivos y caminos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se cortaba el tallo, y la gota de savia que desprende el tallo se echaba sobre las mordeduras de víboras (1, 2, 23). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Junto a ellos salen las setas de cardo, que se comen (30, 31). Se emplean para quitarle los piojos a las gallinas (3, 4).


<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.	
	
Nombre Popular	Hinojo (1, 2, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 34, 33, 36)
Hábitat	Márgenes de cultivos, caminos y zonas transitadas
Silvestre/Cultivado	Silvestre

Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se usa para hacer el pan de higo (1, 2, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17). • Se emplea en el arreglo de las olivas (1, 2, 7, 8, 11, 12, 34, 36). • Se usa el hinojo tierno como aliño para las comidas (7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22). • La matalauva, que se saca del hinojo seco, se emplea para aderezar las comidas y los dulces navideños (17, 30, 31, 34). • Se toma también en infusión, y tiene un sabor parecido al anís (7). • También se come fresco aliñado a modo de ensalada (8). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se toma en infusión para el dolor de estómago (1, 2, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 33). • Junto con orégano y tomillo se emplea para tratar el resfriado (9, 10). • También se toma hinojo seco a modo de infusión para aumentar las ganas de comer (22). • También en infusión para los gases, tanto la planta como el anís estrellado que se saca de esta (26, 27, 28, 34). • En infusión se emplea para tratar el resfriado (30, 31). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para lavar las tripas de los cerdos en las matanzas (30, 31).


<p><i>Petroselinum crispum (Mill.) Fuss</i></p> 	
Nombre Popular	Perejil (1, 2, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33)
Hábitat	Huertas y macetas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Los tallos y hojas se usan para condimentar comidas (1, 2, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33).

	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Comer perejil, como por ejemplo en tortilla, es bueno para la anemia (11, 12). • Se mastica el perejil para el mal aliento (33). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se le pone tallos de perejil a San Pancracio para que dé trabajo (1,2).
--	--

FAMILIA APOCYNACEAE


	<p><i>Nerium oleander L.</i></p> 
Nombre Popular	Adelfa (30, 31); Baladre (1, 2, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31, 32).
Hábitat	Ramblas y barrancos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para decorar en jardines (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17). • Es venenoso (1, 2, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31, 32). • En infusión para curar la sarna del ganado (32).

FAMILIA ARECACEAE

	<p><i>Phoenix dactylifera L.</i></p> 
Nombre Popular	Datilera (1, 2, 3, 4, 7, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31, 33); Palmera (1, 2, 3, 4, 7, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31)
Hábitat	Cultivos y márgenes de cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se comen los dátiles de diversas formas (1, 2, 3, 4, 13, 14, 15, 16, 17,

	30, 31, 33). <u>Otros usos:</u> • Para decorar los jardines (3, 4, 7).
--	--

FAMILIA ARIALACEAE

<i>Hedera helix L.</i>		
Nombre Popular	Hiedra (13, 14, 15, 16, 17)	
Hábitat	Ribazos y linderos, así como en jardines	
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Otros usos:</u> • Es útil para dar sombra en los patios de las casas (13, 14, 15, 16, 17).	


FAMILIA ASPARAGACEAE

<i>Ruscus aculeatus L.</i>	
Nombre Popular	Brusco (32)
Hábitat	Sierra, en márgenes de ramblas y barrancos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Muy raro
Usos	<u>Medicinal:</u> • En infusión se toma para el estómago (32).


FAMILIA ASTERACEAE


<i>Cynara cardunculus L.</i>	
Nombre Popular	Cardo (26, 27, 28, 33); Cardo de Piña (32); Penca (6, 9, 10, 26, 27, 28, 30, 31).
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u>

	<ul style="list-style-type: none"> • Se comen de diversas formas (6, 9, 10, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Como alimento depura líquidos (26, 27, 28).
--	--

<i>Cynara scolymus L.</i>		
Nombre Popular	Alcachofa (9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36); Alcancil (9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36).	
Hábitat	Huertas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La flor sin abrir, la alcachofa o también llamado alcancil, se emplea como alimento (9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La flor temprana de la alcachofa se come, lo que resulta diurético (26, 27, 28, 29, 30, 31, 33). • Las hojas de la alcachofa, junto con el diente de león y el cardo mariano es depurativo en infusión para el hígado (17, 34). 	

<i>Helianthus annuus L.</i>	
Nombre Popular	Girasol (13, 14, 15, 16, 17)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las pipas que se obtienen de los girasoles se comen (13, 14, 15, 16, 17).


<i>Helichrysum decumbens</i> Cambess.		
Nombre Popular	Boja blanca (11, 12, 30, 31)	
Hábitat	Sierra y márgenes de cultivos de secano	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión se emplea para el dolor de estómago (11, 12, 30, 31). 	

<i>Lactuca sativa</i> L.		
Nombre Popular	Lechuga (7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 32, 33)	
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • Baby (26, 27, 28) • Romana (26, 27, 28) • Rizada (32) • Iceberg (33) 	
Hábitat	Huertas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Muy Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza para comer en ensaladas (7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 32, 33). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • La infusión de las hojas es buena para el bocio (11, 12). • También es buena para los dolores de garganta (11, 12). 	

<i>Matricaria chamomilla</i> L.	
Nombre Popular	Manzanilla (1, 2, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31,

	33, 34, 35, 36)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión para el dolor de estómago (1, 2, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33). • En infusión para lavar los ojos en caso de conjuntivitis (17, 30, 31, 34, 35, 36).

<i>Sonchus oleraceus (L.)L.</i>	
Nombre Popular	Cerrajón (11, 12, 26, 27, 28); Borraja (34)
Hábitat	Cultivos, cultivos abandonados, márgenes de cultivos y caminos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Las hojas de la planta se utilizan como alimento para ensaladas, cocidas o fritas (11, 12, 26, 27, 28). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se prepara 200 g de planta en un litro de aceite de oliva, y durante 40 días se guarda en un armario, después se emplea como regenerante de heridas o marcas de la piel (34).

<i>Sonchus tenerrimus L.</i>	
	
Nombre Popular	Borraja (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 33); Cerraja (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 36)
Hábitat	Cultivos, cultivos abandonados, márgenes de cultivos y caminos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Esta planta, también llamada borraja, es utilizada como alimento (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 36).

<i>Taraxacum officinale</i> (L.) Weber ex F.H. Wigg	
Nombre Popular	Diente de león (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 33)
Hábitat	Praderas de hierba baja
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Muy raro
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión para el colesterol (33). • En infusión también para la vesícula (33). También para no retener líquidos en infusión (11, 12). • En infusión también se usa para depurar el hígado (17, 34). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza para adornar jardines (13, 14, 15, 16, 17).


FAMILIA BERBERIDACEAE


<i>Berberis vulgaris</i> L.	
Nombre Popular	Agracejo (32).
Hábitat	Sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión es bueno para la memoria (32).

FAMILIA BETULACEAE

<i>Corylus avellana</i> L.	
Nombre Popular	Avellano (1, 2, 11, 12, 18, 30, 31, 33).
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las avellanas, se comen de muy diversas formas (1, 2, 11, 12, 18, 30, 31, 33).


FAMILIA BORAGINACEAE


<p><i>Echium creticum</i> L. subsp. <i>Coincyanum</i> (Lacaita) R. Fern.</p>		
Nombre Popular	Hierba de las Siete Sangrías (1, 2, 22, 23, 32); Hierba de la Sangre Recia (1, 2, 3, 4, 9, 10)	
Hábitat	Sierra, cultivos y márgenes de cultivos y caminos	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión se toma para el dolor de estómago (1, 2, 22, 32). • En infusión para controlar la circulación de la sangre (3, 4, 9, 10). • En infusión para darle fuerza a la sangre (23). 	

<p><i>Lithodora fruticosa</i> (L.) Griseb</p>		
Nombre Popular	Hierba de la sangre (22, 23, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34, 36); Hierba de la plata (34, 36); Hierba de la Sangre Fina (3, 4, 9, 10)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión para controlar la circulación de la sangre (3, 4, 9, 10, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 34, 36). • En infusión para rebajar la sangre (23). • En infusión se toma para el dolor de estómago para un novenario (32). • Se coloca debajo del gorro un tallo para aliviar el dolor de cabeza (32). 	

	<ul style="list-style-type: none"> También para reducir el colesterol en la sangre (34, 36).
--	---

FAMILIA BRASSICACEAE

<i>Brassica oleraceae L. var italica Plenck</i>		
Nombre Popular	Brócoli (13, 14, 15, 16, 17, 32, 33)	
Hábitat	Cultivos de regadío	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Esta planta se utiliza en las comidas, cocido, frito o crudo (13, 14, 15, 16, 17, 32, 33). 	

<i>Brassica oleraceae L. var. capitata L</i>		
Nombre Popular	Col (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 32, 33); Repollo (33)	
Hábitat	Cultivos de regadío	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se utilizan como alimento en ensaladas (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 32, 33). 	

<i>Brassica oleraceae L. var. botrytis L</i>	
Nombre Popular	Coliflor (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 32, 33)
Hábitat	Cultivos de regadío


Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> La coliflor se emplea como alimento de diversas maneras (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 32, 33).

<i>Brassica rapa L.</i>	
Nombre Popular	Nabo (13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 27, 28, 33)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> El tubérculo de la planta se utiliza como alimento (13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 27, 28, 33).


<i>Eruca vesicaria (L.) Cav.</i>	
Nombre Popular	Rúcula (32)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se come en ensalada (32).

<i>Raphanus raphanistrum subsp. sativus (L.) Domin</i>	
Nombre Popular	Rábano (7, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 27, 28, 32, 33)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> El tubérculo, rábano, se come (7, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 27, 28, 32, 33).

FAMILIA CACTACEAE

<p><i>Opuntia maxima</i> Mill.</p> 	
Nombre Popular	Chumbera (26, 27, 28, 30, 31); Palera (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 30, 31, 33)
Hábitat	Márgenes de cultivos y ribazos
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Sus frutos, los higos chumbos, se comen (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 27, 28, 30, 31, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Se comen cuando tienes diarrea, y la alivia (30, 31). La hoja de la palera se asa en el fuego, se le pone manteca y se aplica para los dolores (32).

FAMILIA CAPPARACEAE


<p><i>Capparis spinosa</i> L.</p> 	
Nombre Popular	Alcaparra (13, 14, 15, 16, 17); Tápena (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31).
Hábitat	Márgenes de caminos y cultivos
Silvestre/Cultivado	Silvestre y cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Se emplea para comer encurtidos sus frutos, tallos y flores cerradas (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31).


FAMILIA CAPRIFOLIACEAE

<p><i>Valeriana officinalis</i> L.</p>	
Nombre Popular	Valeriana (8, 26, 27, 28, 29)


Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivada
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Para tratar los nervios (26, 27, 28, 29). • También se emplea para ayudar a dormir (8, 26, 27, 28, 29).

FAMILIA CARYOPHYLLACEAE

<p><i>Paronychia argentea</i> Lam.</p> 	
Nombre Popular	Quebrantapiedras (1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, 19, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36)
Hábitat	Caminos, márgenes de estos y de cultivos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea en infusión para eliminar la piedra del riñón (1, 2, 3, 4, 5, 6, 11, 12, 19, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36).

<p><i>Silene vulgaris</i> (Moech) Garcke</p> 	
Nombre Popular	Colleja (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 33)
Hábitat	Cultivos, cultivos abandonados, márgenes de cultivos y caminos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Las hojas de la planta se utilizan como alimento para ensaladas, cocidas o fritas (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 33).

FAMILIA CISTACEAE

<i>Cistus albidus L.</i>		
Nombre Popular	Estepa (32)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se cuece y se pone en las heridas a modo de pomada (32). 	

FAMILIA CONVULVULACEAE

<i>Ipomoea batatas (L.) Lam.</i>	
Nombre Popular	Boniato (1, 2, 11, 12); Moniato (23, 24, 32)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se comen sus tubérculos asados (1, 2, 11, 12, 23, 24, 32).


FAMILIA CUCURBITACEAE

<i>Citrillus lanatus (Thumb.) Matsum. & Nohai</i>	
Nombre Popular	Sandía (9, 10, 11, 12, 20, 21, 22, 23, 24, 32); Melón de agua (9, 10)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Verde (32) • Negra (32)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza como alimento (9, 10, 11, 12, 20, 21, 22, 23, 24, 32).

<i>Cucumis melo L.</i>	
Nombre Popular	Melón de año (9, 10, 11, 12, 20, 21, 22, 23, 24, 32, 33)

Varietales	<ul style="list-style-type: none"> • Amarillo (9, 10) • Piel de Sapo (9, 10, 23, 32) • Negro (32)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se usa como alimento (9, 10, 11, 12, 20, 21, 22, 23, 24, 32, 33).

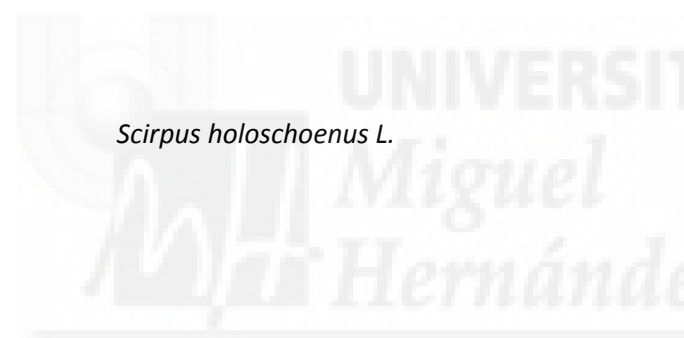

<i>Cucumis sativus L.</i>	
Nombre Popular	Pepino (6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 32, 33)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • El fruto, el pepino, se utiliza como alimento (6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 32, 33). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Los extremos del pepino se colocan en la frente para bajar la fiebre (26, 27, 28).

<p><i>Cucurbita maxima Duchesne</i></p> 	
Nombre Popular	Calabaza (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)
Varietales	<ul style="list-style-type: none"> • Totanera: redondas, para guisar (7, 9, 10, 26, 27, 28, 30, 31, 32) • Chirigaita: más amarillas, para freír y guisar (7, 9, 10, 11, 12, 23, 26, 27, 28, 30, 31, 32) • De cabello de angel (9, 10, 30, 31, 32) • Marranera (11, 12, 32) • Gallega (26, 27, 28)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente

Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> El fruto de esta planta se utiliza como alimento (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33).
------	---

<i>Cucurbita pepo L.</i>	
Nombre Popular	Calabacín (13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Este fruto se emplea en las comidas tanto crudo, como cocido o frito con otros alimentos (13, 14, 15, 16, 17, 18, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33).

FAMILIA CYPERACEAE


 <p><i>Scirpus holoschoenus L.</i></p>		
Nombre Popular	Junco (22, 32)	
Hábitat	Zonas húmedas, ramblas y barrancos	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> Extraes la savia del junco y te la aplicas sobre la berruga para que se te quite (22). La savia se aplica en las encías de los niños para tratar el dolor (32). 	


FAMILIA EBENACEAE

<i>Diospyros kaki L.f.</i>	
Nombre Popular	Caquintero (1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33); Pésimo (13, 14, 15, 16, 17)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente

Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Sus frutos, los caquis o pésimos, se comen (1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33).
------	--


FAMILIA ERICACEAE

<i>Arbutus unedo</i> L.		
Nombre Popular	Madroño (3, 4, 6, 30, 31)	
Hábitat	Sierra y jardines	
Silvestre/Cultivado	Silvestre y cultivado	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Sus frutos, los madroños, se comen (6, 30, 31). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se emplea para decorar los jardines (3, 4, 30, 31). 	


<i>Arctostaphylos uva-ursi</i> (L.) Spreng.		
Nombre Popular	Gayua (1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 18, 19, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se emplea la planta sin hojas en infusión para el dolor de estómago (1, 2, 3, 4, 18, 19, 22). También en infusión para los resfriados (18). Además se utiliza para la piedra del riñón en infusión, tomándose 	

	<p>en un novenario (6, 7, 9, 10, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 34).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se toma en infusión para tratar la infección de orina (7, 9, 10, 30, 31, 32, 33, 34). • También se toma en infusión para los problemas respiratorios (11, 12).
--	---

FAMILIA EUPHORBIACEAE

<p><i>Ricinus communis L.</i></p> 	
Nombre Popular	Ricino (13, 14, 15, 16, 17)
Hábitat	Márgenes de cultivos y jardines
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • El fruto del ricino es venenoso para animales y humanos (13, 14, 15, 16, 17).


FAMILIA FABACEAE

<p><i>Ceratonia siliqua L.</i></p> 	
Nombre Popular	Algarrobo (1, 2, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 32)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se mezcla con el chocolate para comer (11, 12, 20, 21, 32). • Para hacer dulces (26, 27, 28). • Se saca azúcar de la algarroba (32). • El fruto, la algarroba, se emplea como alimento (13, 14, 15, 16, 17, 20, 21).

	<p><u>Cosmético:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se restriegan las algarrobas tiernas en las verrugas, y estas desaparecen (26, 27, 28). • La esencia elaborada a partir de la semilla de la algarroba se usa para el cuidado del cutis (32). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión para el resfriado (1, 2, 22). • La infusión de la hoja se utilizaba para que las mujeres abortasen (32). <p><u>Otros Usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Como alimento para el ganado (11, 12).
--	--

<i>Cicer arietinum L.</i>	
Nombre Popular	Garbanzos (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplean para comer cocidas o guisadas (7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 33).

<i>Erinacea anthyllis Link</i>	
Nombre Popular	Espino recio (32)
Hábitat	Cumbres y zonas altas de montaña
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión para la circulación de la sangre (32).


<i>Genista jimenezi Pan ex Munuera</i>	
	
Nombre Popular	Retamón (9, 10, 32)
Hábitat	Sierra

Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • A los tallos de esta planta se les prende fuego en las matanzas, y se usan para “achuscar” los pelos de los cerdos (9, 10). • Se cocía y se empleaba junto con harina para preparar veneno contra las ratas (32).

<i>Genista scorpius (L.) DC.</i>	
Nombre Popular	Aliaga (25).
Hábitat	Sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • No especificado.

<i>Glycyrrhiza glabra L.</i>	
Nombre Popular	Regalicia (32)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se mastica a modo de caramelo, porque está dulce (32).


<i>Lens culinaris Medik.</i>	
Nombre Popular	Lentejas (11, 12, 20, 21)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplean para comer cocidas o guisadas (11, 12, 20, 21).


<i>Medicago sativa L.</i>		
Nombre Popular	Alfalfa (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17)	
Hábitat	Cultivos de secano	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Para quitar el hambre se tomaba la alfalfa molida (11, 12). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Para dar de comer a los animales (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17). 	

<i>Phaseolus vulgaris L.</i>	
Nombre Popular	Alubias (23, 24); Bajocas (8, 11, 12); Habichuelas (6, 7, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 30, 31, 32); Judías (9, 10, 11, 12, 26, 27, 28, 30, 31, 33).
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • De Barco (30, 31, 32) • De Bajoca (32) • De Bajocón (32) • De Suelo (32)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplean las semillas para comer, la forma más común es guisadas (6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). <u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> • La piel que recubre a estas semillas se emplea cuando están secas en infusión para bajar el azúcar (6).

<i>Pisum sativum L.</i>	
Nombre Popular	Guisantes (9, 10, 11, 12, 33); Pésoles (6, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 26, 27, 28)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivado

Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se comen crudos o cocinados (6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 33).

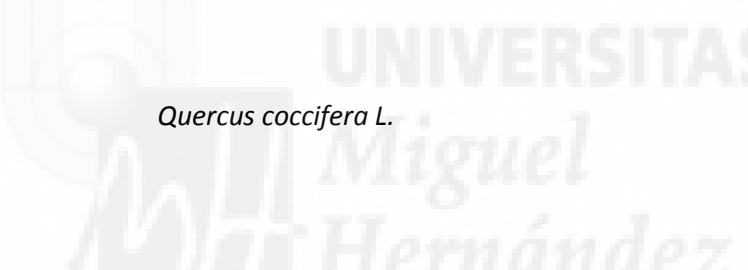

<p><i>Retama sphaerocarpa (L.)Boiss.</i></p> 	
Nombre Popular	Retama (9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 32)
Hábitat	Sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> El tallo se cuece y se cogen las verrugas con él, estrangulándolas y eliminándolas (32). Cuentas las verrugas que tienes y le haces al tallo de la planta tantos nudos como verrugas tienes, y desaparecen (32). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se usa para dar de comer a las bestias (9, 10). Se cocía y se empleaba junto con harina para preparar veneno contra las ratas (13, 14, 15, 16, 17, 32).

<p><i>Vicia faba L.</i></p> 	
Nombre Popular	Habas (1,2, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 33)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Frecuente

Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se emplean las semillas para comer, tanto crudas como guisadas (1,2, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 33).
------	--

FAMILIA FAGACEAE

<i>Castanea sativa Mill.</i>	
Nombre Popular	Castaño (13, 14, 15, 16, 17, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> El fruto de este árbol, la castaña, se come cruda o asada (13, 14, 15, 16, 17, 33).


 <p style="text-align: center;"><i>Quercus coccifera L.</i></p>		
Nombre Popular	Chaparra (1, 2, 26, 27, 28)	
Hábitat	Sierra y cultivos de secano y alrededores	
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> Si te comes una bellota de chaparra se te quita el hipo (1,2). Las bellotas también son empleadas para la acidez (26, 27, 28). 	

<i>Quercus robur L.</i>	
Nombre Popular	Roble (1, 2)
Hábitat	Sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Un año echa bellotas, que son amargas y se emplean para dar de comer al ganado (1,2) Otro año echa "pelotas", que se emplean para jugar con ellas a modo

	de canicas (1,2).
--	-------------------


<i>Quercus rotundifolia</i> Lam.	
Nombre Popular	Carrasca (1, 2, 6); Matacán (1, 2)
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • Amarga (6) • Dulce: para comer (6)
Hábitat	Cultivos de secano y alrededores
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las bellotas de carrasca son dulces y se pueden comer (1, 2, 6). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las bellotas son amargas y se emplean para darle de comer al ganado (1,2).

FAMILIA HYPERICACEAE


 <p><i>Hypericum ericoides</i> L.</p>	
Nombre Popular	Árnica (1, 2, 3, 4, 6, 19, 26, 27, 30, 31, 32, 34)
Hábitat	Roquedos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se usa picado a modo de pomada en las heridas (1, 2, 3, 4, 19, 30, 31). • Sirve para espesar la sangre (6). • Es buena para el riñón tomada en infusión (26, 27). • Para dar ganas de comer (30, 31, 32). • En infusión, junto con el espinoso amarillo, para tratar los esguinces dando frías (34). • También se hace alcohol de árnica, macerándola 21 días, y se usa para las inflamaciones al dar masajes (34).

<i>Hypericum perforatum</i> L.	
Nombre Popular	Hierba de San Juan (34)
Hábitat	Roquedos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se hace un aceite, empleando 200g de la planta y 1 litro de aceite de oliva, dejándolo macerar 40 días; este aceite se emplea como regenerante y se aplica a las zonas con heridas (34). • En infusión alivia la depresión (es estimulante) (34).

FAMILIA IRIDACEAE


<i>Crocus sativus</i> L.	
	
Nombre Popular	Azafrán (13, 14, 15, 16, 17, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Los “pelos” de la flor del azafrán se utilizan como especia para condimentar las comidas (13, 14, 15, 16, 17, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33).

FAMILIA JUGLANDACEAE

<i>Juglans regia</i> L.	
	
Nombre Popular	Noguera (1, 2, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)
Hábitat	Cultivos de secano y regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente


Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las nueces, se comen de muy diversas formas (1, 2, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las hojas de noguera se emplean en infusión para curar la infección de orina en las mujeres (26, 27, 28, 30, 31). • Para eliminar el colesterol (30, 31). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las cortezas de las nueces se empleaban para tintar la ropa (1, 2). • Las hojas de la Noguera en Infusión se les engargantaban a las hembras del ganado para expulsar la placenta después del parto (1, 2, 32).
------	---

FAMILIA LAURACEAE

 <p><i>Laurus nobilis L.</i></p>	
Nombre Popular	Laurel (1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 29, 32, 33, 34, 35, 36)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las hojas se emplean para condimentar las comidas (1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 29, 32, 33, 34, 35, 36). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se toman en infusión antes de comer para dar ganas de comer (26, 27, 28). • Se toma en infusión después de comer para los gases (26, 27, 28). • Se llena una bañera de agua caliente con hojas de laurel, y se dan baños durante tres días, entonces desaparecerán las piedras del riñón (34).


<i>Persea americana</i> Mill.	
Nombre Popular	Aguacate (13, 14, 15, 16, 17).
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> El fruto de este árbol, el aguacate, se come (13, 14, 15, 16, 17).


FAMILIA LAMIACEAE

<i>Ballota hirsuta</i> Bent.	
	
Nombre Popular	Manrubio (7, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34)
Hábitat	Márgenes de cultivos de secano y límites entre estos y sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> El manrubio blanco se toma en infusión para fortalecer los huesos (7). Se emplea en infusión para tratar el colesterol (13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28). Se usa en infusión para tratar el aliacán (30, 31). Se utiliza la hoja para ponerla encima de las heridas de la piel (32). Se seca la planta en general, y se escogen las flores, que en infusión se emplean para el dolor de estómago (17, 34).

<i>Clinopodium obovatum</i> (Ruiz & Pav.) Govaerts	
Nombre Popular	Ajedrea (7, 32); Zorija (1, 2, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 22, 32, 33, 34, 36)
Hábitat	Sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentario:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se utiliza para arreglar las olivas (1, 2, 7, 8, 11, 12, 22, 32, 33, 34, 36). Para aderezar algunas comidas (32). En ensaladas (32). <u>Cosméticos:</u>


	<ul style="list-style-type: none"> • Para sacar las esencias (32). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La infusión de esta planta se toma para el dolor de estómago (9, 10, 32).
--	--

	<p><i>Lavandula dentata L.</i></p> 
Nombre Popular	Lavanda (1, 2, 9, 10, 11, 12, 20, 21, 33)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Cultivada
Frecuencia	Raro
Usos	<p><u>Cosméticos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea la esencia de esta planta como ambientador, así como tallos, hojas y flores de la planta (1, 2, 9, 10, 11, 12, 20, 21, 33). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplean las flores para ornamentar las casas (1, 2). • También se cultivan en los jardines para decorar (1, 2).


	<p><i>Mentha Pulegium L.</i></p> 
Nombre Popular	Menta poleo (22)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivada
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para hacer infusiones (22).


<i>Mentha spicata L.</i>	
Nombre Popular	Hierba buena (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22, 33)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivada
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para condimentar las comidas (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17). • Para hacer infusiones (22). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión para los pulmones (33).


<i>Mentha x piperita L.</i>	
Nombre Popular	Menta (1, 2, 8, 13, 14, 15, 16, 17, 33)
Hábitat	Huerta
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivada
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se toma en infusión como si fuera un “té” (1, 2, 8). • Las hojas de esta planta se utilizan como condimento para dar sabor (13, 14, 15, 16, 17, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La planta, tanto tallos como hojas, se emplean para hacer infusiones que son beneficiosas para el estómago (13, 14, 15, 16, 17). • En infusión es buena para las vías respiratorias (33). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para decorar en jardines y macetas (33).

<i>Ocimum basilicum L.</i>	
	
Nombre Popular	Alábega (1, 2, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 22, 26, 27, 28); Albahaca (1, 2, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 22, 26, 27, 28)
Hábitat	Jardines y macetas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy frecuente


Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para condimentar las comidas, tales como pasta o ensaladas (1, 2, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 22). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se usa para decorar en maceta (3, 4, 5, 26, 27, 28). • Para espantar los mosquitos (26, 27, 28).
------	--


<p><i>Origanum vulgare L.</i></p>		
Nombre Popular	Orégano (1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 23, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34, 35, 36)	
Hábitat	Huertas y macetas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para condimentar las comidas (3, 4, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 23, 30, 31, 33, 34, 35, 36). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Junto con el tomillo y el eucalipto se emplean en infusión para el resfriado, haciendo mayor efecto juntos (1, 2). • La infusión del orégano, junto con el tomillo y el hinojo se emplea para tratar el resfriado (9, 10). • La infusión de los tallos y hojas se emplea para el resfriado (3, 4, 11, 12, 33). • También en infusión para la afonía (11, 12, 17, 26, 27, 28, 29, 34). 	

<i>Phlomis lychnitis</i> L.		
Nombre Popular	Torcía (32)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • La hoja se emplea para curar heridas de la piel (32). 	

<i>Rosmarinus officinalis</i> L.		
Nombre Popular	Romero (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, , 20, 21, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 36)	
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Romero Macho: tiene tallos enroscados y hojas más grandes (1, 2, 6, 9, 10) • Romero Hembra: tiene las hojas más finas y se riza (1, 2, 6, 9, 10) 	
Hábitat	Sierra, sobre todo en solanas	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Muy Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se usa para condimentar las comidas (1, 2, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 33). <u>Cosméticos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea en hacer alcohol de romero para esencias (1, 2, 6, 19, 25, 32). • Había calderas en las que se echaba el romero con agua, se cocía, y por un grifo salía la esencia (6). • También se utiliza la infusión del romero macho para tratar la caída del pelo (6). <u>Medicinales:</u>	


	<ul style="list-style-type: none"> • El alcohol de romero se emplea en masajes para los dolores musculares; se hace emplean 200g de romero con un litro de alcohol, y se deja macerar durante 21 días (1, 2, 7, 30, 31, 32, 34, 36). • El romero hembra se emplea en infusión (de tallos y hojas) para tratar los resfriados (3, 4, 5, 11, 12, 25, 26, 27, 28, 29, 33). • En infusión con miel o sacarina se emplea para dar fuerza a los huesos (34).
--	---

<i>Salvia officinalis</i> L.		
Nombre Popular	Salvia (7, 11, 12, 30, 31, 34)	
Hábitat	Cultivos y huertos de regadío	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión se toma para las infecciones de orina (7). • También esta infusión es empleada para problemas hormonales en las mujeres (11, 12). • Se emplea en infusión para evitar la retención de líquidos (30, 31). • En infusión se emplea para mejorar la circulación (34). 	



<i>Salvia officinalis subsp. lavandulifolia</i> (Vahl) Gams		
Nombre Popular	Mariselva (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 11, 12, 18, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32)	
Hábitat	Claros entre pinos y cultivos de regadío	
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivado	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea en infusión para los dolores musculares (1, 2, 3, 4, 8). • En infusión también para el estómago (6, 18, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32). • En infusión para tratar las infecciones de orina (7). • En infusión para los problemas respiratorios (11, 12). 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Se toma en infusión para el riñón (22, 32). • En infusión para las personas que han sufrido una parálisis cerebral (23, 24).
--	---

<i>Sideritis leucantha Cav.</i>	
Nombre Popular	Rabo Gato (1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 11, 12, 17, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 36)
Hábitat	Solanas de sierra
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea en infusión para dar ganas de comer (1, 2, 3, 4, 7, 8, 11, 12, 17, 22, 30, 31, 34, 36). • En infusión también para tratar el resfriado (3, 4). • La infusión se emplea también para lavar las partes del cuerpo que se inflaman, bajando la inflamación, y también tomándose la infusión (6, 8). • Se utiliza para los dolores de estómago, un novenario de la infusión de esta planta (26, 27, 28, 32). • Y también para las heridas (26, 27, 28). • Se toma un novenario de esta planta en infusión para tratar el acné (33). • En infusión también para la anemia (34).


<i>Thymus hyemalis Langl</i>	
	
Nombre Popular	Tomillo (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34)
Hábitat	Sierra, sobre todo en solana
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se usa para condimentar las comidas (1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 26, 27, 28, 32, 33). • Se emplea en el arreglo de las olivas (1, 2).

	<p><u>Cosméticos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se hacen esencias con esta planta (1, 2, 6, 19, 32). • Habían calderas en las que se echaba el tomillo con agua, se cocía, y por un grifo salía la esencia (6, 11, 12). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Junto con el orégano y el eucalipto se emplea en infusión para el resfriado, haciendo un mayor efecto juntos (1, 2). • La infusión de tomillo, junto con orégano e hinojo se emplea para tratar el resfriado (9, 10). • La infusión de tallos y hojas se emplea para el resfriado (3, 4, 5, 7, 11, 12, 22, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33, 34). • En infusión se emplea para el dolor de estómago (1, 2, 18). • El Alcohol del tomillo se emplea en masajes para los dolores musculares (1, 2).
--	---

 <p><i>Thymus membranaceus</i> Boiss.</p>		
Nombre Popular	Mejorana (3, 4, 7, 8, 9, 10, 22, 25, 26, 27, 28, 32, 34, 36)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La infusión de esta planta (tallos, hojas y flores) se emplea para controlar la tensión (3, 4). • En infusión también para tratar el resfriado (7, 8). • También se toma en infusión para tratar los dolores de estómago (7, 22, 25, 26, 27, 28, 34, 36). • En infusión también es buena para tratar las afecciones a la vesícula (22). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para dar buen olor a la casa, se pone en unas bolsitas y se estruja de vez en cuando, e igualmente para el coche (8, 9, 10). 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Se extrae la esencia para hacer colonias (32).
--	--

FAMILIA LILIACEAE

<p><i>Asparagus acutifolius L.</i></p> 	
Nombre Popular	Esparraguera (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31, 33, 34, 35, 36)
Hábitat	Márgenes de cultivos y monte
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se comen los brotes tiernos de la planta (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 30, 31, 33, 34, 35, 36). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se utilizan para eliminar los líquidos retenidos (30, 31). • La raíz se mastica para quitar el dolor de muelas, aunque después se cae el diente (34, 36).

FAMILIA LYTHACEAE


<i>Punica granatum L.</i>	
Nombre Popular	Granado
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Agrijiro: echan granadas muy amargas de piñón duro. No se comen (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12, 26, 27, 28) • Agridulces: granadas con sabor entre agrio y dulce, con piñón tierno. Se comen (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 26, 27, 28) • Dulces: granadas dulces, muy buenas. <ul style="list-style-type: none"> - De piñón duro (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12) - De piñón tierno (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p>Agrijiro</p> <p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea para echárselas al hervido y las ensaladas (9, 10). <p><u>Otros usos:</u></p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Junto con naranjas y limones escurridos, y sal se emplea para limpiar las tripas de los cerdos en las matanzas (1, 2, 6, 7, 11, 12, 26, 27, 28). <p>Agridulces</p> <p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se comen su fruto, las granadas, que todas son de piñón tierno (1, 2, 7, 9, 10, 11, 12). <p>Dulces</p> <p>-De piñón duro</p> <p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se come su fruto, las granadas (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 26, 27, 28, 30, 31). <p>-De piñón blando</p> <p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se come su fruto, las granadas (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 12).
--	---


FAMILIA MALVACEAE

<i>Gossypium sp. L.</i>	
Nombre Popular	Algodón (20, 21)
Hábitat	Campos de cultivo
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy raro
Usos	<p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • El algodón sacado de la planta se utiliza para curar las heridas (20, 21).

FAMILIA MORACEAE

	<p><i>Ficus carica L.</i></p> 
Nombre Popular	Higuera (1,2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Blanca: da brevas muy grandes e higos (1, 2, 3, 4, 32)

	<ul style="list-style-type: none"> • Lñoral: son menos verdes, y se suelen secar para hacer pan de higo y para comérselos secos (1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 26, 27, 28, 32) • Negra: brevas e higos muy grandes (1, 2, 3, 4, 11, 12, 32) • Pajarera: es la más dulce de todas. Se secan los higos para hacer pan de higo (1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 32) • Pellejo de toro (9, 10, 26, 27, 28, 30, 31, 32) • Verdal: se comen los higos frescos, y no echa brevas (1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32) • Vernisea: se comen los higos frescos, secos no valen. No echa brevas (1, 2, 32)
Hábitat	Cultivos, tanto de regadío como de secano
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se comen los higos y las brevas de todas las clases de higueras (1,2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36). • También se comen secos junto con frutos secos (1,2). • También se emplean para hacer el Pan de Higo (1, 2, 26, 27, 28). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se usan los higos secos en infusión para la tos y el resfriado junto con miel y limón (1, 2, , 8, 22, 34, 36). • Para eliminar las verrugas se emplea la savia de la higuera (26, 27, 28). • Se cuecen 9 higos hasta reducir el agua, y entonces se ponen los higos en una plancha (de cocina) para calentarlos, y se chupan como si fueran caramelos para eliminar la tos (34, 36). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Con los higos se engorda a los cerdos (6).


<p><i>Morus alba L.</i></p> 	
Nombre Popular	Morera (13, 14, 15, 16, 17)
Hábitat	Jardines y orillas de carreteras y caminos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro

Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • El fruto, las moras, se comen (13, 14, 15, 16, 17).
------	--

FAMILIA MUSACEAE


<i>Musa x paradisiacal L.</i>	
Nombre Popular	Platanera (11, 12)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, el plátano, se come (11, 12).


FAMILIA MYRTACEAE

<p style="text-align: center;"><i>Eucalyptus camaldulensis Dehnh.</i></p> 	
Nombre Popular	Eucalipto (1, 2, 3, 4, 5, 17, 22, 33, 34, 36)
Hábitat	Márgenes de cultivos y poblaciones
Silvestre/Cultivado	Silvestre y Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Junto con el tomillo y el orégano se emplean en infusión para el resfriado, haciendo mayor efecto juntos (1, 2). • En infusión de las hojas y tallos para tratar el resfriado (3, 4, 5, 17, 34, 36). • En infusión se utiliza para recuperar la voz cuando estás afónico (1,2). • En infusión se emplea para tratar la fiebre (3, 4, 5). • El eucalipto se cuece y los vapores que desprende son inhalados para curar la tos (22, 33) • Con vino y con sal se emplea para el dolor de muelas, utilizando las hojas impares en cocción (33) • Los vapores de eucalipto cocido se emplean tapándose la cara con una toalla para tratar el asma (34) • También para la descongestión de la nariz (34).

<i>Syzygium aromaticum</i> (L.) Merr. & L.M. Perry	
Nombre Popular	Clavo (26, 27, 28)
Hábitat	Campos de cultivo
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Como condimento para varias comidas (26, 27, 28).


FAMILIA OLEACEAE

<i>Jasminum officinale</i> L.	
	
Nombre Popular	Jazmín (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 33)
Hábitat	Jardines
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Cosmético:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Del jazmín se extraen esencias para aromatizar perfumes y otros productos (11, 12). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • La infusión de las flores se aplica a los ojos en caso de conjuntivitis (11, 12, 30, 31). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza como adorno en jardines (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 33).

<i>Olea europea</i> L.	
	
Nombre Popular	Acebuché (13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28); Olivera (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9,

	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Arberquina (9, 10, 11, 12, 30, 31, 32) • Blanquilla: pequeña, muy buena para aceite. Cuando madura es blanca y rosada (6, 7, 9, 10, 11, 12, 17, 30, 31, 32) • Cornicabra: grande y alargada, buena para salar (3, 4, 7, 9, 10, 11, 12, 17, 30, 31, 32) • Hojiblanca (6, 32) • Manzanilla (3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 32) • Malteña (6) • Picual (6, 9, 10, 11, 12, 17, 30, 31, 32) • Royal (6, 9, 10, 11, 12, 30, 31, 32) • Saladera : para echar en sal y comer en ensalada (3, 4, 9, 10, 32)
Hábitat	Campos de cultivo
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las olivas, se comen (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36). • Además, de las olivas se obtiene el aceite de oliva, que se emplea en casi todas las comidas (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36). <p><u>Cosmético:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se usa el aceite de oliva junto con la hoja de rosal y la lima para darle brillo al pelo (1,2). • El aceite de oliva se emplea para desenredar el pelo (3). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La infusión de los tallos de acebuche (olivera salvaje) sirve para bajar la tensión y regularla (11, 12). • Se hace una infusión con nueve hojas de olivera, que sirve para bajar la tensión y regularla (34, 36).


FAMILIA PAPAVERACEAE

<p><i>Papaver rhoeas L.</i></p> 	
Nombre Popular	Amapola (11, 12, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 34, 35, 36); Babaol (9, 10, 22, 26, 27, 28, 32)
Hábitat	Campos de cultivo
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión se toma para tratar el sarampión (9, 10, 22, 26, 27, 28, 32, 34, 36). • El capullo de la amapola se preparaba en infusión y se lo tomaban las madres en lactancia para que los bebés durmiesen toda la noche (30, 31). • Para cuando estás resfriado, se utilizan los pétalos en infusión y calma la tos; se arrancan los pétalos y se estiran para que no se peguen y se sequen bien, y una vez secos se pueden utilizar (17, 34, 35, 36). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para decorar las casas (11, 12). • Los estigmas son venenosos (17, 34, 36).


FAMILIA PEDALIACEAE

<i>Sesamum indicum L.</i>	
Nombre Popular	Sésamo (13, 14, 15, 16, 17)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las semillas son utilizadas para las comidas (13, 14, 15, 16, 17).

FAMILIA POACEAE

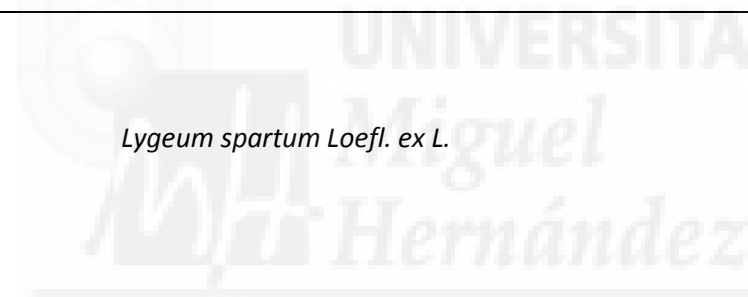

<i>Arundo donax L.</i>	
	
Nombre Popular	Caña (13, 14, 15, 16, 17, 19)
Hábitat	Márgenes de ramblas, barrancos y otros cursos de agua
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • El tallo es utilizado para hacer secadores de chorizo en las matanzas de los cerdos (13, 14, 15, 16, 17). • También para hacer canastillos con los tallos de las cañas (19).

<i>Avena sativa L.</i>	
Nombre Popular	Avena (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 32)
Hábitat	Cultivos de secano
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Junto con el trigo se emplea para hacer harina para pan (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 32). <p><u>Cosméticos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea en geles y lociones para la piel (11, 12).

<i>Cynodon dactylon (L.) Pers.</i>	
	
Nombre Popular	Gramma (30, 31)
Hábitat	Cultivos de secano
Silvestre/Cultivado	Silvestre


Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea la parte subterránea para diluir la sangre mediante infusión (30, 31).

<i>Hordeum vulgare</i>	
Nombre Popular	Cebada (1, 2, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 32, 33)
Hábitat	Sierra y transición entre sierra y cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se torran los granos de cebada, junto con los de trigo para hacer “café” (1,2, 9, 10). • Se usan los granos molidos para la preparación de alimentos (13, 14, 15, 16, 17, 32, 33).


 <i>Lygeum spartum</i> Loefl. ex L.		
Nombre Popular	Albardín (32)	
Hábitat	Sierra y transición entre sierra y cultivos	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Las hojas, al igual que el esparto, se emplean en orfebrería (32). 	

<i>Oryza sativa</i> L.	
Nombre Popular	Arroz (30, 31, 33)
Hábitat	Cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se come en diversos tipos de comida, sobre todo en paella (30, 31, 33).

	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Para cuando tienes diarrea (30, 31).
--	--

<i>Piptatherum miliaceum (L) Coss.</i>		
Nombre Popular	Triguera (22)	
Hábitat	Márgenes de cultivos y caminos	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se empleaban los tallos a modo de aguja para enseñar a las jóvenes a hacer punto (22). 	

<i>Secale cereale L.</i>	
Nombre Popular	Centeno (6, 11, 12)
Hábitat	Cultivos de secano
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Junto con el trigo, se emplea para hacer harina para pan (11, 12). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Se muelen los granos para hacer harina, con la que se engorda a los cerdos (6).

<i>Stipa tenacissima L.</i>		
Nombre Popular	Esparto (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 30, 31, 32)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	

Usos	<u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Sus hojas se utilizan para hacer trabajos manuales (orfebrería) (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 30, 31, 32).
------	--

<i>Triticum astivum L.</i>	
Nombre Popular	Trigo (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 32, 33)
Hábitat	Cultivos de secano
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se torran los granos de trigo, junto con los de cebada para hacer "café" (1, 2, 9, 10). Se muele para hacer harina, y con esto se hace pan (6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 32, 33).

<i>Zea mays L.</i>	
Nombre Popular	Maíz (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17); Panizo (6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 33)
Hábitat	Sierra
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se muelen los granos de maíz para hacer harina para hacer migas (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17). También se ponen los granos de maíz en una sartén para hacer palomitas (flores) (9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21). Se come en ensalada (9, 10). Se emplea para comer, tanto asando las mazorcas, o cociendo los granos (6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 33). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se utilizan los granos como pienso para dar de comer a los animales, como gallinas o cerdos (6, 9, 10, 11, 12). Se muele junto con la cebada para hacer piensos para engordar a los cerdos (9, 10).

FAMILIA POSIDONIACEAE


<i>Posidonia oceanica (L.) Delile</i>	
Nombre Popular	Algas (34)
Hábitat	Fondos marinos

Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	No presente en la zona
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Cuando el alga está verde, se macera en alcohol durante nueve días, agitándolo todos los días; a este recipiente no puede darle el sol, y al noveno día se cuele y se le echan nueve aspirinas. Esto se emplea para dar fuerza al hueso (34).


FAMILIA RHAMNACEAE

<i>Ziziphus lostus (L.) Lam.</i>	
Nombre Popular	Jinjolero (1, 2, 3, 4, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 33)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, los jínjoles, se comen (1, 2, 3, 4, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto estríñe, y por tanto corta la diarrea (23, 24).


FAMILIA ROSACEAE

<p><i>Cydonia oblonga Mill.</i></p> 	
Nombre Popular	Membrillero (1,2, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 18, 22, 26, 27, 28, 30, 31)
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • Membrillo: más dulce y redondo (1, 2, 6, 9, 10) • Membrilla: más grande y alargados los membrillos, aunque menos dulces (1, 2, 6, 9, 10)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se come el fruto, tanto crudo como hecho “carne de membrillo” o en conserva (1,2, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 18, 22, 26, 27, 28, 30, 31).

	<u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Los membrillos y membrillas (frutos del membrillero) son aromáticos, para dar aroma a las habitaciones (11, 12).
--	---

<i>Eriobotrya japonica (Thumb.) Lindl.</i>		
Nombre Popular	Nisporero (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)	
Hábitat	Huertas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, los nísperos, se comen (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). 	


<i>Fragaria x ananassa (Duchesne ex Weston) Duchesne ex Rozier</i>	
Nombre Popular	Fresal (13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 26, 27, 28, 33)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Sus frutos, las fresas, se comen de diversas maneras (crudas, en mermelada, etc.) (13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 26, 27, 28, 33).


<i>Malus domestica Borkh.</i>		
Nombre Popular	Manzano (1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)	
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • Manzana francesa: la normal, de color amarillo (1, 2) • Coloradas: de color rojo (1, 2, 6, 17) • Blanca (6) 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Manzana de la sidra: más verdosas. Se comen pero están más ásperas y amargas (1, 2) • Manzana enana: manzana muy pequeña, dulce y blanca. El manzano enano se hace de grande como un romero (1, 2, 32) • Golden (17, 32) • Reinata (32)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las manzanas, se comen (1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Para cuando tienes diarrea se come (30, 31).


<i>Mespilus germanica L.</i>	
Nombre Popular	Nispola (1, 2, 3, 4, 32)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las níscolas, se comen (1, 2, 3, 4, 32).

<i>Prunus armeniaca L.</i>	
Nombre Popular	Albaricoquero (7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Marranero: albaricoques pequeños y muy dulces (26, 27, 28, 30, 31)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, al albaricoque, se come crudo, en conserva o en mermelada (7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33)

<i>Prunus cerasus L.</i>		
Nombre Popular	Cerezo (1, 2, 3, 4, 5, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 26, 27, 28, 33)	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Se come su fruto, la cereza (1, 2, 3, 4, 5, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 26, 27, 28, 33). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Se echan las cerezas en un bote con anís, y se toman cuando te duele el estómago, de forma que te las comas nones (impares) (1,2). 	

<i>Prunus domestica L.</i>		
Nombre Popular	Ciruelo (1, 2, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)	
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> Blanco: echa ciruelas blancas (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 18, 26, 27, 28, 30, 31, 32) Negra: ciruelas de color negro (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12, 17, 18, 26, 27, 28, 30, 31, 32) Claudia: ciruelas blancas y gordas, tirando a doradas cuando maduran (1, 2, 32) De huevo de toro: alargadas, rojas por fuera y amarillas por dentro (1, 2, 9, 10, 11, 12, 17, 32) Tardías: alargadas, rojas por fuera y amarillas por dentro. Echan ciruelas a finales de agosto (1, 2, 11, 12) 	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u>	


	<ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las ciruelas, se comen (1, 2, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 22, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para el estreñimiento (30, 31).
--	--


<p><i>Prunus dulcis</i> (Mill.) D.A.Webb</p> 	
Nombre Popular	Almendro (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> • Del Alto (3, 4, 9, 10, 11, 12, 19, 32) • Atocha (6, 9, 10, 19, 30, 31) • Marcona (3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 17, 18, 19, 30, 31, 32) • Mollares (3, 4, 7, 9, 10, 11, 12, 19) • Progreso (6, 9, 10, 11, 12, 17, 19, 32) • Dominga: la más antigua, muy parecida a la marcona, redonda y con cáscara dura (3, 4, 7, 32) • Ramillete (9, 10, 11, 12, 17, 18, 19, 32) • Desmayo (9, 10, 32) • Piedad (9, 10, 11, 12, 19) • Candelaria (9, 10, 32) • Blanqueta (9, 10, 11, 12, 19, 32) • Alicantina (9, 10) • Garriga (11, 12, 19, 30, 31, 32) • Paraleja (19) • Guara (19, 32) • Colorada (19, 32) • Del Cinc (32) • Ramirez (32) • Pleguera (32)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las almendras, se comen de muy diversas formas (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Las almendras amargas son buenas para emplearlas como simiente


	(1, 2). Se usan sus tallos para hacer varas (1, 2).
--	---

<i>Prunus persica (L.) Batsch</i>	
Nombre Popular	Melocotonero (1, 2, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 30, 31, 32, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> Su fruto, los melocotones, se comen (1, 2, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 30, 31, 32, 33).


<i>Prunus persica (L.) Batsch var. nectarina</i>	
Nombre Popular	Nectarino (8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las nectarinas, se comen (8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 33).


<i>Pyrus communis L</i>	
	
Nombre Popular	Peral (1, 2, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 32, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las peras, se comen (1, 2, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 32, 33).

<i>Pyrus cordata</i> Desv.		
Nombre Popular	Peretero (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 32, 33)	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, las peretas, se comen (1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 18, 20, 21, 23, 24, 26, 27, 28, 32, 33). 	

<i>Rosa</i> sp.		
Nombre Popular	Rosal (6, 8, 11, 12, 17, 18, 20, 21, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 35)	
Hábitat	Cultivos y jardines	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Cosméticos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • La hoja del rosal se emplea junto con aceite de oliva y la lima para darle brillo al pelo (1, 2, 13, 14, 15, 16, 17). • También para hacer perfume (20, 21). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • La infusión de los pétalos de rosa se emplea para lavarse los ojos cuando se tiene conjuntivitis (17, 34, 35). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Para decorar casas y jardines, tanto la planta entera como las flores 	

	(6, 8, 11, 12, 18, 20, 21, 26, 27, 28, 30, 31, 33).
--	---


<i>Rubus ulmifolius</i> Schott	
	
Nombre Popular	Zarzamora (13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31)
Hábitat	Ramblas y barrancos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, la zarzamora o mora, se come (13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31).

<i>Sorbus domestica</i> L.	
	
Nombre Popular	Serbal (1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Muy Raro
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • El fruto, las serbas, se comen (1, 2, 3, 4, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Para cuando tienes diarrea (30, 31). • Bueno para el cólico (32).

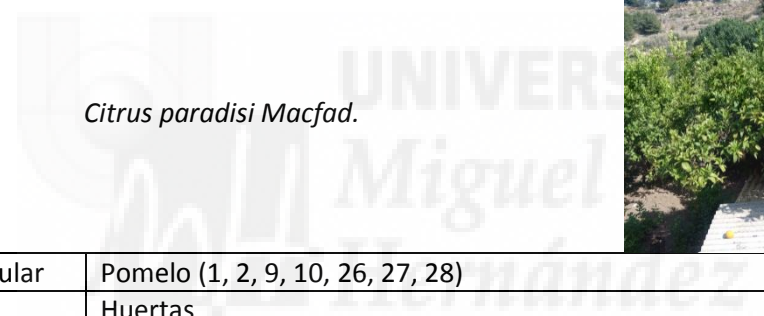

FAMILIA RUBICACEAE

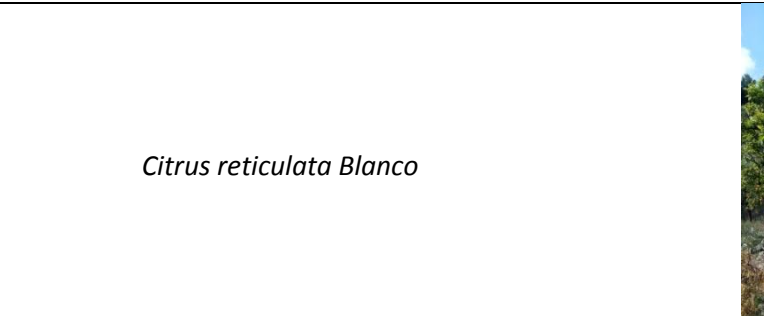

<i>Rubia peregrina</i> L.	
Nombre Popular	Rubia peregrina (3)
Hábitat	Márgenes de huertas y cultivos de regadío
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Raro
Usos	<u>Cosmético:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se utiliza para teñir el pelo (3).

FAMILIA RUTACEAE


<p><i>Citrus limon</i> (L.) Osbeck</p> 	
Nombre Popular	Limonero (1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> Verna: echa muchos limones, que son alargados. Tiene tres cosechas: el cosecha, el segundo y rodrejo. Con estas tres cosechas tienes limones durante todo el año (1, 2, 6, 9, 10, 11, 12) Normal: limones más finos y redondos. Tienen solo una cosecha (1, 2, 6, 9, 10)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Su fruto, los limones, se comen (1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33). Las hojas del limonero se emplean para hacer paparajotes (26, 27, 28, 29). <u>Cosméticos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se emplea el zumo de limón en el pelo a modo de "gomina", para peinarse (1,2). <u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> Se escurren los limones en la tierra, haciendo barro, y éste se echa en las heridas, para que cicatricen mejor (1,2). También se escurre el limón en los ojos de los niños recién nacidos para eliminar los posibles restos que puedan causar infecciones (1,2).

	<ul style="list-style-type: none"> • Las flores del limonero (azahar del limonero) se toman en infusión para los sustos (8). • También la infusión de estas flores se toman para el dolor de estómago (11, 12). • La infusión de la piel del limón es buena para los dolores de garganta (11, 12). • Las hojas del limonero son medicinales (18). • Limón escurrido con miel e higos secos para tratar el resfriado (22). • Con el zumo de limón junto con miel se hacen gárgaras para tratar las placas de pus de la garganta (34). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Los limones y naranjas escurridos, junto con las granadas agrijierras y sal se emplea para limpiar las tripas de los cerdos en las matanzas (1,2).
--	---


		
<i>Citrus paradisi Macfad.</i>		
Nombre Popular	Pomelo (1, 2, 9, 10, 26, 27, 28)	
Hábitat	Huertas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Muy Raro	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, el pomelo, se come (1, 2, 9, 10, 26, 27, 28). 	

		
<i>Citrus reticulata Blanco</i>		
Nombre Popular	Mandarino (1, 2, 9, 10, 20, 21, 30, 31)	
Hábitat	Huertas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	


Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Su fruto, las mandarinas, se comen (1, 2, 9, 10, 20, 21, 30, 31).
------	--

<p><i>Citrus sinensis (L.) Osbeck</i></p> 	
Nombre Popular	Naranja (1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 35, 36)
Variedades	<ul style="list-style-type: none"> Dulces: naranjas dulces y muy buenas (1, 2) Sanguino: por fuera naranja, pero de carne roja (1, 2, 6, 8, 9, 10, 26, 27, 28) De bombilla: naranjas más ácidas (1, 2, 7) De ombligo: naranjas más grandes y tienen como un ombligo en la parte de abajo (1, 2, 6, 7, 11, 12, 17, 26, 27, 28) Verna (6, 8, 9, 10, 11, 12, 26, 27, 28) Cañadú(6, 9, 10, 17, 26, 27, 28)
Hábitat	Huertas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> Su fruto, las naranjas, se comen (1, 2, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 35, 36). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> Las flores del naranjo (azahar del naranjo) se toman en infusión para los sustos (8). También esta misma infusión se toma para el dolor de estómago (11, 12) Su flor en infusión se usa para calmar los nervios (30, 31). La miel que se obtiene de las flores de azahar es relajante (34). La infusión de los pétalos de azahar se emplea para lavarse los ojos cuando se tiene conjuntivitis (17, 34, 35). <u>Otros usos:</u> <ul style="list-style-type: none"> Las naranjas y limones escurridos, junto con las granadas agrijierras y sal se emplea para limpiar las tripas de los cerdos en las matanzas

	(1,2).
--	--------


<i>Ruta angustifolia Pers.</i>		
Nombre Popular	Ruda (1, 2, 11, 12, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34)	
Hábitat	Márgenes de cultivos, caminos y carreteras	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión es un método de aborto para las mujeres (1, 2, 32). • También sirve para el dolor de muelas en infusión, enjuagándose la boca (19). • En infusión es anestésico (34). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión es un método para que las hembras del ganado expulse la placenta tras parir (1, 2, 11, 12, 23, 24, 30, 31, 32, 34). • Se emplea para espantar los malos espíritus (26, 27, 28). 	

FAMILIA SMILACACEAE


<i>Smilax aspera L.</i>		
Nombre Popular	Zarzaparrilla (1, 2, 11, 12, 30, 31)	
Hábitat	Ramblas y barrancos	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se hace una infusión de tallos y hojas para el dolor de estómago (1, 2, 11, 12). 	


	<ul style="list-style-type: none"> • En infusión para diluir la sangre (30, 31).
--	---


FAMILIA SOLANACEAE


<p><i>Capsicum annuum L.</i></p> 	
Nombre Popular	Pimiento (3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 32, 33)
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • Blanco (6, 9, 10) • Choricero: fino y largo (6, 9, 10) • Italiano: son largos (6, 9, 10, 11, 12, 23, 24, 26, 27, 28, 32) • Morrón: más gordo, picante (6, 9, 10, 11, 12, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 32) • Ñora (6, 9, 10, 11, 12, 22, 23, 24, 26, 27, 28) • Piquillo (9, 10) • Padrón (17) • Mallorcaín (32)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, el pimiento, se come (3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 32, 33).

<i>Capsicum annuum L. var. aviculare</i>	
Nombre Popular	Guindilla (1, 2, 9, 10, 26, 27, 28)
Hábitat	Cultivos
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Raro
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplean para condimentar comidas (1, 2, 9, 10, 26, 27, 28).

<i>Nicotiana tabacum L.</i>		
Nombre Popular	Tabaco (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22)	
Hábitat	Cultivos y macetas	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Raro	
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Se cuecen las hojas de la planta del tabaco y esa infusión se la bebe para arrancar de la garganta las sanguijuelas (22). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Las hojas se utilizan para fabricar tabaco secándolas y triturándolas después. El tabaco se puede fumar mediante pipa o en cigarro (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17). 	


<i>Solanum melongena L.</i>		
Nombre Popular	Berengena (6, 8, 9, 10, 20, 21, 22, 23, 24, 32, 33)	
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> Blanca (32) Roja (32) 	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentario:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Se usa como alimento (6, 8, 9, 10, 20, 21, 22, 23, 24, 32, 33). 	

<i>Solanum tuberosum L.</i>		
Nombre Popular	Patata (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)	
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • Coloradas (11, 12, 32) • Blancas (11, 12, 32) 	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Muy Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su tubérculo (la patata) se come, tanto frito, como asado o cocido (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33). <p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se restriegan las patatas partidas sobre las quemaduras, para aliviarlas (33). 	


<i>Lycopersicon esculentum Mill.</i>		
Nombre Popular	Tomatera (3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33)	
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • De flor de baladre (6, 9, 10, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 32) • Negros (9, 10, 17, 32) • Mucha Miel (9, 10, 11, 12, 17, 26, 27, 28) • De Pera (9, 10, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 32) • Cherry (9, 10, 17, 18, 26, 27, 28, 32) • Ras (17, 32) 	
Hábitat	Huertas y cultivos de regadío	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Muy Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Su fruto, el tomate, se emplea en alimentación (3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 	

	32, 33).
--	----------

FAMILIA THEACEAE



<i>Camellia sinensis (L.) Kuntze</i>		
Nombre Popular	Té (1, 2, 11, 12, 22, 34)	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Medicinales:</u> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión, la flor, para el intestino y para la pesadez del estómago (1, 2, 11, 12, 22). • En infusión se emplea para subir la tensión (34). 	

FAMILIA URTICACEAE


<i>Urtica urens L.</i>		
Nombre Popular	Ostiga (13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35)	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Esta planta se come en ensalada y en tortilla (26, 27, 28). <u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Esta mala hierba es utilizada para curar la tos mediante la respiración del vapor que desprende su cocción (13, 14, 15, 16, 17). • También se toma la infusión porque es diurética (26, 27, 28). • En infusión para diluir la sangre (30, 31, 33). • La tomaban en infusión las mujeres para abortar (32). 	

	<ul style="list-style-type: none"> • En infusión para tratar los cálculos del riñón (33). • Para el dolor de la menstruación en las mujeres se toma en infusión (33). • En infusión para las infecciones cutáneas (33). • En infusión para la soriasis (33). • También para el reuma (33). • En infusión se toma para dar fuerza a los huesos, puesto que tiene mucho zinc (17, 34, 35). <p><u>Cosmético:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La infusión se emplea para tratar la caída del pelo (26, 27, 28, 33). • También para la caspa en infusión (33). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se engargantaba la infusión de las ostigas a las hembras del ganado para que expulsaran las parias tras el embarazo (32).
--	--


FAMILIA VERBENACEAE

 <p><i>Aloysia citriodora Palau</i></p>		
Nombre Popular	Hierba Luisa (9, 10, 11, 12, 26, 27, 28, 30, 31, 33, 34, 36)	
Hábitat	Cultivos	
Silvestre/Cultivado	Cultivado	
Frecuencia	Raro	
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se toma en infusión para el estómago (11, 12, 26, 27, 28, 33). • En infusión para los nervios (11, 12, 30, 31). • En infusión se combina con otras plantas para tratar cualquier afección (34, 36). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea como ambientador en las casas porque huele muy bien (9, 10). 	

FAMILIA VITACEAE

<p><i>Vitis vinifera</i> L.</p> 	
Nombre Popular	Parra (1, 2, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33); Vid (26, 27, 28)
Varietades	<ul style="list-style-type: none"> • Negra: uva de color negro (9, 10, 30, 31) • Blanca: uva de color blanco (9, 10, 30, 31)
Hábitat	Cultivos de regadío y secano
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • el fruto, la uva, se utiliza como alimento (8, 9, 10, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 23, 24, 26, 27, 28, 30, 31, 33). • También se utiliza para hacer el vino (26, 27, 28). <p><u>Cosméticos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Del fruto (la uva) se obtiene el vinagre, que se utiliza como suavizante para el pelo (1, 2). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Del fruto (la uva) también se obtiene el vino, y éste caliente se emplea para calmar la tos (1, 2).

FAMILIA XANTHORRHOEACEAE


<p>Aloe vera (L.) Burm.f.</p> 	
Nombre Popular	Aloe Vera (3, 4, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33)
Hábitat	Jardines y macetas
Silvestre/Cultivado	Cultivado
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Cosméticos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para crema de manos, jabón, etc. (33).

	<ul style="list-style-type: none"> • Para cualquier tipo de producto cosmético, pues es bueno para la piel (6, 11, 12). • Se usa para tratar el acné (6). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplea el tallo cortado para los quemados, restregando la savia en éstos (3, 4, 6, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 33). • También se emplea para curar heridas (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17). • La Infusión de las hojas de esta planta es buena para el estómago (6). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Para decorar casas y jardines (3, 33).
--	--


<i>Asphodelus cerasiferus J. Gay</i>	
Nombre Popular	Gamón (1, 2, 32)
Hábitat	Bordes de caminos y cultivos
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La raíz se utiliza para aliviar el picor de los sabayones, restregándolas contra estos (1, 2). • La savia de las raíces se aplica sobre las almorranas (32).

GIMNOSPERMAS


FAMILIA CUPRESSACEAE

<i>Cupressus sempervirens L.</i>	
Nombre Popular	Ciprés (13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 26, 27, 28, 32)
Hábitat	Sierra, jardines
Silvestre/Cultivado	Cultivado y Silvestre
Frecuencia	Frecuente


Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La esencia de ciprés se aplica al músculo para dar fuerza (32). <p><u>Ornamental:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Este árbol es utilizado como decorativo (13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 26, 27, 28). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • También sirve para ponerlo alrededor de una casa y de esta manera se cubre el interior (13, 14, 15, 16, 17). • También para hacer leña (26, 27, 28).
------	--

<p><i>Juniperus oxycedrus L.</i></p>		
Nombre Popular	Enebro (1, 2, 3, 4, 7, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 25, 26, 27, 28, 30, 31, 32, 34)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Alimentación:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se utiliza para cocinar en salsas (32). <p><u>Medicinales:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se quema la planta y se coloca el pie encima del humo para aliviar la picadura de los escorpiones (1,2). • Los frutos se toman en infusión para quitar el hipo (1,2). • También se toma la infusión de los frutos para controlar la tensión (3, 4, 13, 14, 15, 16, 17). • También se emplea en infusión para tratar la diabetes (para bajar el azúcar); se hacen en infusión nueve “bolas” de enebro (7, 26, 27, 28, 34). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Como ambientador de armarios, se pone un trozo de madera seca en el armario, entre la ropa (11, 12). 	


	<ul style="list-style-type: none"> • Las bolas del enebro (fruto) se utilizan para hacer ginebra (13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31). • Con las cepas del enebro se ahuyentan las serpientes (25). • Con estas cepas se elabora la miera, con la que se ahuyentan las serpientes (32). • También se emplea para hacer leña (25). • Además la madera de enebro para poner en los armarios y ahuyentar las polillas (26, 27, 28, 30, 31, 32).
--	---

<i>Juniperus sabina L.</i>		
Nombre Popular	Sabina (3, 4, 25, 30, 31, 32)	
Hábitat	Zonas de alta montaña	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Frecuente	
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • La esencia de la sabina se emplea aplicarla sobre un tendón agarrotado (32). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se emplean para quitar los piojos a las gallinas, el día de San Juan (3, 4, 25, 30, 31). 	

FAMILIA PINACEAE


<i>Pinus halepensis Mill.</i>		
Nombre Popular	Pino (7, 13, 14, 15, 16, 17, 20, 21, 26, 27, 28, 30, 31, 32)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Muy Frecuente	
Usos	<u>Alimentación:</u>	

	<ul style="list-style-type: none"> • El pino piñonero (<i>Pinus pinea</i>), su fruto que son los piñones, se utilizan como alimento (13, 14, 15, 16, 17, 20, 21). <p><u>Otros usos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Del pino carrasco (<i>Pinus halepensis</i>), su tronco y ramas son utilizados para hacer leña (7, 13, 14, 15, 16, 17, 26, 27, 28, 30, 31, 32). • Para sacar resina (32). • El chisparrón, es decir, la corteza, para el tinte de las redes (32).
--	---

<i>Pinus pinea</i> L.		
Nombre Popular	Doncel (23, 24)	
Hábitat	Sierra	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión se emplea para enfermedades de la vista (23, 24). 	

PTERIDÓFITOS

FAMILIA ASPLENIACEAE

<i>Ceterach Officinarum</i> Willd.		
Nombre Popular	Doradilla (1, 2, 22, 23, 26, 27, 28, 32)	
Hábitat	Roquedos de umbrías y zonas húmedas	
Silvestre/Cultivado	Silvestre	
Frecuencia	Raro	
Usos	<u>Medicinal:</u> <ul style="list-style-type: none"> • En infusión se toma para el resfriado (1, 2, 23, 26, 27, 28). • También en infusión para el dolor de muelas (1, 2). • En infusión para el hinchazón de pies (22). 	

	<ul style="list-style-type: none"> • Se pone la planta encima de las heridas para curarlas (32).
--	---

FAMILIA EQUISETACEAE

<i>Equisetum ramosissimum</i> Desf.	
Nombre Popular	Cola de caballo (6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 22, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36)
Hábitat	Márgenes de huertas y de acequias, zonas húmedas
Silvestre/Cultivado	Silvestre
Frecuencia	Frecuente
Usos	<p><u>Medicinal:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Se toma en infusión la planta entera para tratar las afecciones al riñón (6). • La infusión también es buena para mejorar la circulación de la sangre (9, 10). • También la misma infusión es buena para desinfectar heridas de la piel (11, 12). • El tallo de la planta en infusión se usa para la pérdida de líquidos (13, 14, 15, 16, 17, 22, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36). • También en infusión para tratar la fiebre (22). • Y en infusión para el estómago (22). • En infusión es buena para disminuir los niveles de colesterol en sangre (30, 31).

4.- DISCUSIÓN

Se han obtenido un total de 3 especies de hongos y 160 especies distintas de plantas, de las cuales 158 pertenecen a Cormófitos y 2 a Pteridófitos. Los Cormófitos se distribuyen en 153 especies de Angiospermas y 5 especies de Gimnospermas. La distribución por familias y taxones superiores se expresa en la figura 6.

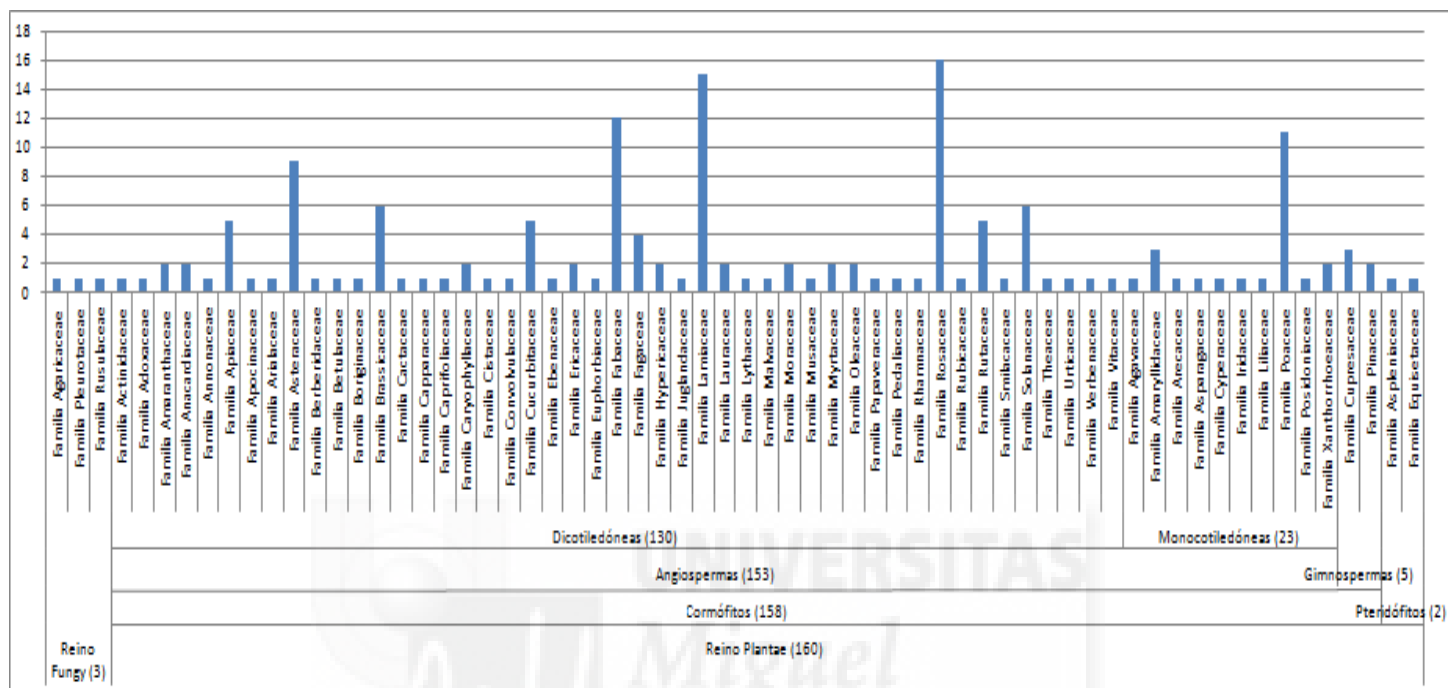


Figura 6. Abundancia de Especies de plantas por familias y agrupadas por taxones

Podemos observar que la familia mayoritaria es la Rosaceae, seguida de la Lamiaceae, Fabaceae, Poaceae y Asteraceae. Esto es debido a que a la familia Rosacea pertenecen muchos árboles frutales, de los cuales se saca probecho y por tanto se cultivan (almendro, manzano, melocotonero, etc). La familia Lamiaceae es la segunda en abundancia de especies debido a sus abundantes usos tradicionales medicinales y cosméticos (romero, tomillo, mejorana, etc). La familia Fabaceae es también importante por sus amplios usos en agricultura (Alfalfa, habas, habichuelas, etc), al igual que la Poaceae (trigo, centeno, maíz, etc). Por último, la familia Asteraceae es tan importante debido a sus abundantes usos tanto en agricultura como en medicina tradicional y cosmética (manzanilla, girasol, lechuga, etc).

En cuanto a los usos tradicionales que se les dan a estas plantas, se han obtenido un total de 2357 usos, de los cuales 728 son medicinales, 1406 de alimentación, 47 cosméticos y 176 de otros usos. Estos datos se resumen en la tabla 2, especificando el número de usos citados por cada informador.

Informador	Nº Total Usos	Usos Medicinales	Usos alimentación	Usos Cosméticos	Otros Usos
1	110	40	44	8	18
2	110	40	44	8	18
3	45	16	25	1	3
4	42	16	24	0	2
5	22	5	17	0	0
6	71	19	40	2	10
7	43	14	27	0	2
8	51	14	36	0	1
9	75	11	57	0	7
10	75	11	57	0	7
11	135	32	90	4	9
12	135	32	90	4	9
13	7	3	4	0	0
14	7	3	4	0	0
15	7	3	4	0	0
16	7	3	4	0	0
17	115	23	84	0	8
18	53	6	47	0	0
19	16	6	5	2	3
20	37	0	35	2	0
21	37	0	35	2	0
22	110	33	64	1	12
23	39	14	23	0	2
24	26	6	19	0	1
25	18	4	10	1	3
26	114	39	65	2	8
27	109	34	65	2	8
28	109	39	60	2	8
29	61	10	51	0	0
30	107	41	57	1	8
31	107	41	57	1	8
32	120	51	49	2	18
33	119	38	79	2	0
34	69	53	13	0	3
35	17	8	9	0	0
36	32	20	12	0	0
Total	2357	728	1406	47	176

Tabla 2. Usos totales, medicinales, de alimentación, cosméticos y otros usos por cada informador y totales

Estos datos se ilustran en la figura 7.

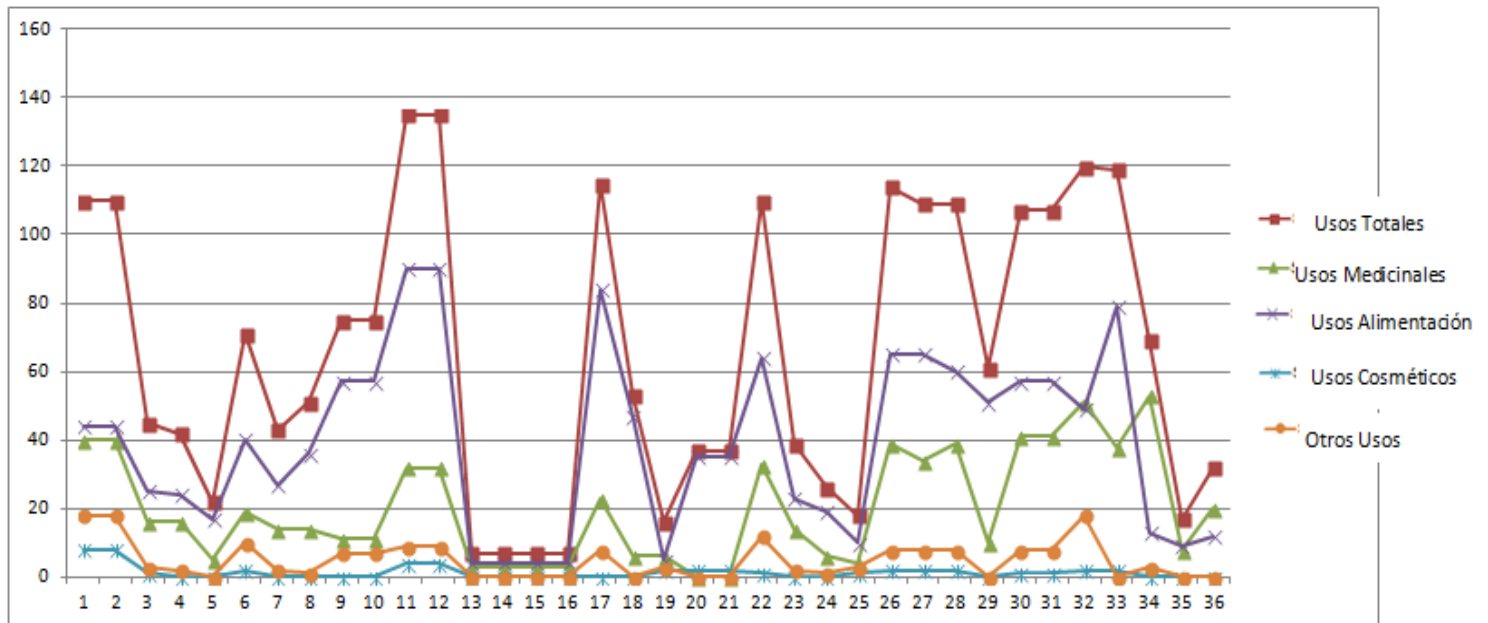


Figura 7. Nº usos totales, medicinales, de alimentación, cosméticos y otros usos por informador

Podemos observar que los informadores que más número de usos de plantas totales conocen son los informadores 11 y 12, seguidos de los informadores 32 y 33. Así mismo, los informadores que más usos medicinales de plantas conocen son los informadores 34 y 32, los que más usos en alimentación conocen son los informadores 11, 12 y 17, los que más usos cosméticos manejan son los informadores 1y 2, y los que han citado más número de otros usos han sido los informadores 1, 2 y 32. Sabemos que todos estos informadores son de avanzada edad (mayores de 65 años), exceptuando el informador nº 12 que se encuentra en el rango de edad de 30 a 40 años, todos ellos viven o han vivido en El Berro y han tenido una relación muy estrecha con el medio natural y rural de este.

A continuación se muestra la tabla 3, en la que se distribuyen el número de usos conocidos por los habitantes de El Berro según rangos de edad, especificados en dicha tabla.

Rangos de Edad (años)	nº total usos	nº total usos medicinales	nºtotal usos alimentación	nº total usos cosméticos	nº total otros usos
0 a 10	74	0	70	4	0
10 a 20	78	18	60	0	0
20 a 30	143	35	100	0	0
30 a 40	135	32	90	4	9
40 a 50	218	73	125	4	16
50 a 60	434	193	218	4	19
> 60	1275	377	743	31	114
Total	2357	728	1406	47	158

Tabla 3. Usos conocidos por rango de edad.

Estos datos se ilustran en la figura 8.

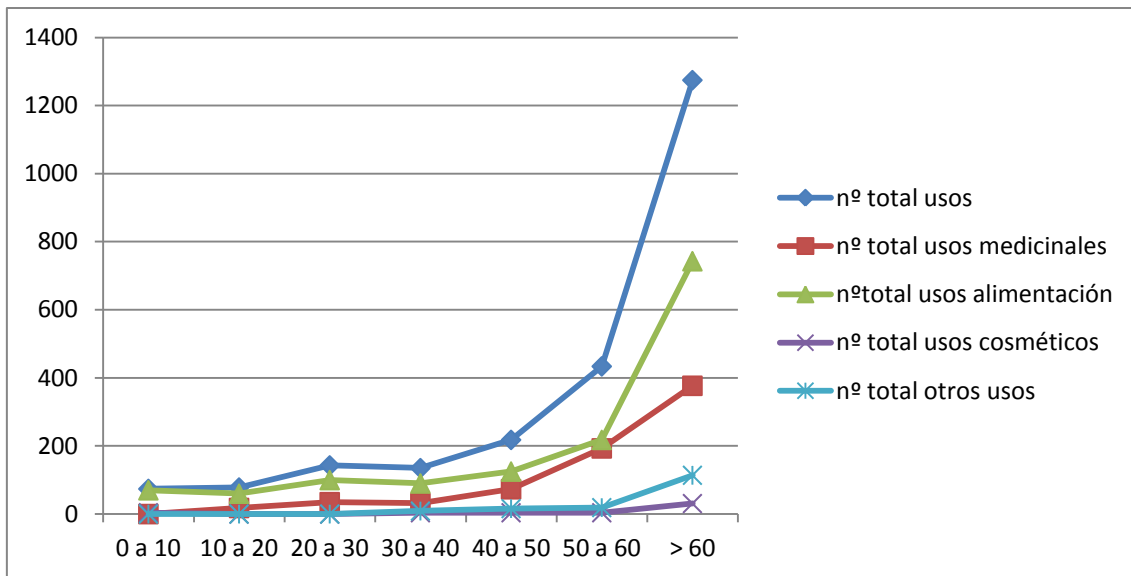


Figura 8. Uso conocidos por rangos de edad.

Como podemos observar, según avanza la edad hay un claro aumento en el número de usos conocidos por los individuos. Esto es debido a una mayor experiencia y dedicación de estas personas a lo largo de su vida con el medio natural y rural.

Pero esto no es del todo así, puesto que el número de individuos entrevistados es mayor conforme avanza la edad, y habría que tener en cuenta el número de usos medios conocidos por persona dentro de cada rango de edad. Esto se ha tenido en cuenta en la tabla 4.

Rangos de Edad (años)	media nº total usos	media nº total usos medicinales	media nº total usos alimentación	media nº total usos cosméticos	media nº total otros usos
0 a 10	37	0	35	2	0
10 a 20	39	9	30	0	0
20 a 30	28,6	7	20	0	0
30 a 40	135	32	90	4	9
40 a 50	109	36,5	62,5	2	8
50 a 60	86,8	38,6	43,6	0,8	3,8
> 60	67,1	19,8	39,1	1,6	6
Total	65,5	20,2	39,1	1,3	4,4

Tabla 4. Número de usos medios por rango de edad.

Estos datos se ilustran en la figura 9.

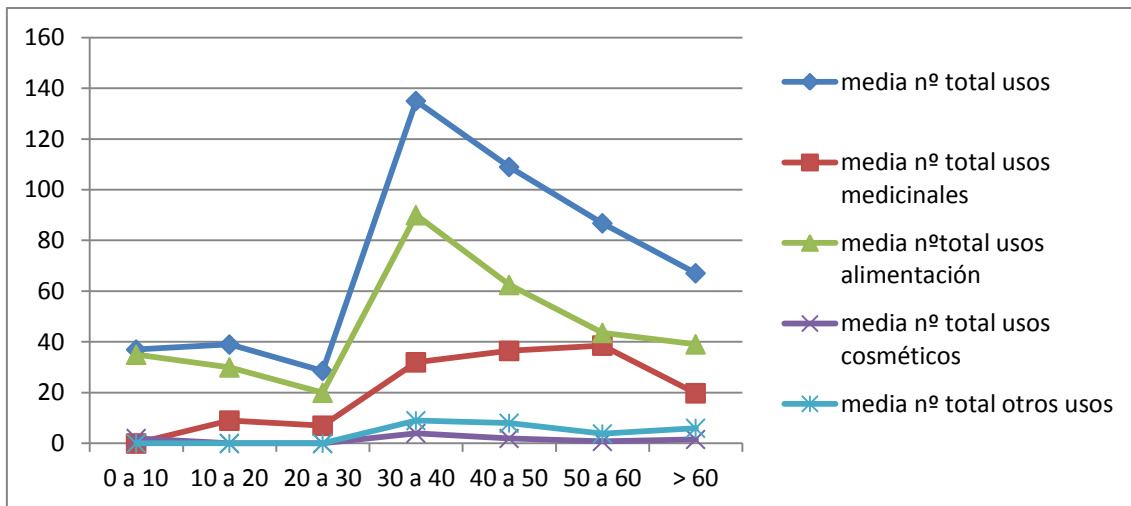


Figura 9. Número de usos medios por rango de edad.

Como se puede observar, según los usos medios conocidos por cada persona de cada rango de edad, no existe una relación significativa creciente de conocimiento conforme aumenta la edad de los informadores. Esto puede ser debido al buen funcionamiento de la transmisión verbal de la información generación tras generación. Aunque si existe un gran salto, correspondiente a la barrera existente entre los rangos de edad de 20-30 años y 30-40 años, que puede ser debido a la falta de experiencia y de relación con el medio natural y rural que estos individuos presentan.

A continuación se muestra la tabla 5, en la que se distribuyen el número de usos conocidos por los habitantes de El Berro según sexo.

Sexo	nº usos medicinales	nº usos alimentación	nº usos cosméticos	nº otros usos	Total usos
Mujeres	396	698	29	79	1202
Hombres	332	708	26	97	1163

Tabla 5. Número de usos según sexo.

Estos datos se ilustran en la figura 10.

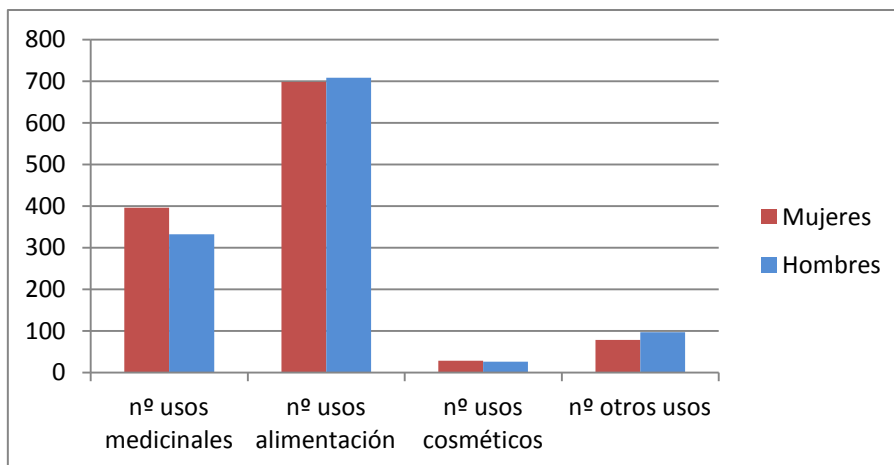


Figura 10. Número de usos según sexo.

Como se puede observar, las mujeres tienen un mayor conocimiento de usos totales de especies de plantas, superando a los hombres en usos medicinales y cosméticos de especies de plantas, aunque son superadas por los hombres en el número de usos en alimentación y otros usos de especies de plantas. Esto puede ser debido a una situación de la mujer tradicional como ama de casa y principal “cuidadora” de la familia, lo que las han obligado a tener una mayor relación con el medio natural y rural, y, por tanto, con las especies de plantas que en este habitan.

Pese a todo, no existe una gran diferencia entre ambos géneros, masculino y femenino, y, por tanto, no existe una diferencia significativa entre los conocimientos de usos de especies de plantas de estos.

A continuación se muestra la tabla 6, en la que se distribuyen el número de usos conocidos por los habitantes de El Berro según su mayor o menor relación con la pedanía de El Berro, teniendo en cuenta si es su origen y/o residencia la población de El Berro o no.

Residentes y/o con Origen en El Berro	nº usos medicinales	nº usos alimentación	nº usos cosméticos	nº otros usos	Total
Si	708	1372	45	173	2298
No	20	34	2	3	59

Tabla 6. Número de usos según la mayor o menor relación con la pedanía de El Berro de los informantes.

Estos datos se ilustran en la figura 11.

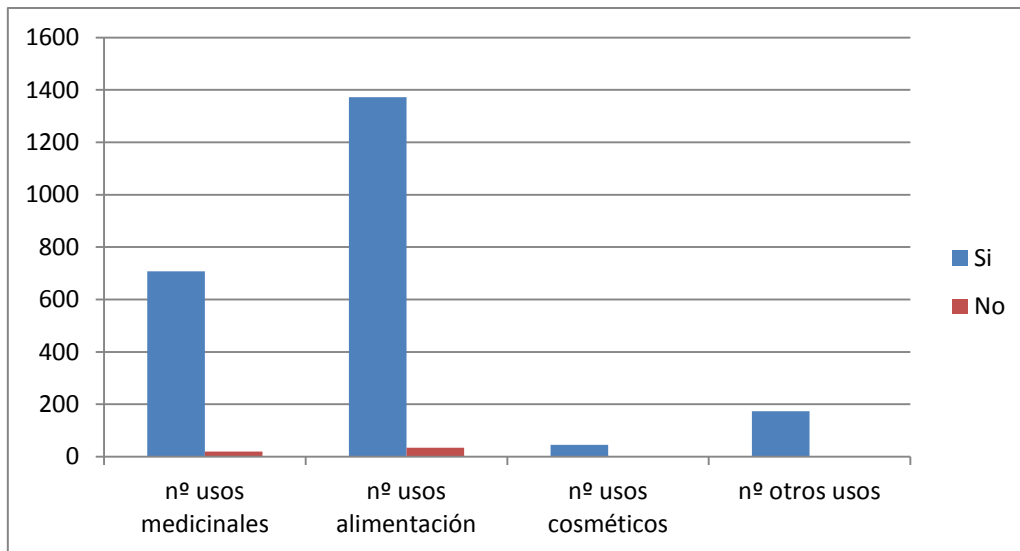


Figura 11. Número de usos según la mayor o menor relación con la pedanía de El Berro de los informantes.

Como se puede observar, existe una gran diferencia entre estas dos subpoblaciones de informadores, siendo mucho mayor el número de usos de plantas de los informadores que es su origen y/o residencia la pedanía de El Berro y los que no lo son. Esto podría ser debido a su mayor relación con el medio natural y rural de los informadores que tienen su origen y/o residencia en El Berro.

Aunque tendríamos que tener en cuenta que el número de informadores que no cumplen estas condiciones, es decir, que no es su origen y/o residencia El Berro, es mucho menor.

5.- CONCLUSIONES

El Estudio recoge un total de 163 especies identificadas, de las cuales 160 son plantas y 3 son hongos. De las especies de plantas identificadas, 158 son cormófitos (153 angiospermas y 5 gimnospermas) y 2 son pteridófitos.

Se han recopilado un total de 2357 usos de especies de plantas. De estos usos, 728 son medicinales, 1406 son de alimentación, 47 son cosméticos y 176 son otros usos.

La familia con más número de especies identificada es la familia Rosaceae, con un total de 16 especies identificadas.

Los informadores que más número de usos recogen son los informadores 11 y 12. Los que mayor número de usos medicinales conocen son los informadores 34 y 32, de alimentación 11, 12 y 17, cosméticos 1 y 2 y de otros usos 1, 2 y 32.

Se utilizan todas las partes de la planta, siendo las más usadas los frutos, las hojas y las flores.

Se emplean casi siempre en infusión, en el caso de usos medicinales de especies de plantas.

No todas las plantas citadas se encuentran en la zona, aunque si la inmensa mayoría.

El conocimiento de los habitantes de El Berro de los usos tradicionales medicinales, en alimentación, cosméticos y de otros usos de las especies de plantas presentes en la zona es extenso y variado, llegando a veces a consenso por parte de los informadores en cuanto a cuáles son los usos y su forma de aplicarlos, y otras veces no. Esto nos indica que la transmisión verbal de la información no siempre es tan eficaz como nos gustaría.

Han sido numerosos los factores que han influido en el resultado de este estudio, tanto la edad, el sexo, el lugar de residencia, o incluso las distintas estaciones del año en que se han llevado a cabo las entrevistas, puesto que en función de la época del año, los informantes recordaban las plantas que en ese momento estaban presentes en los alrededores de la localidad de El Berro, mientras que solían olvidar otras que no estaban presentes. También ha influido bastante la predisposición de los informadores a la hora de revelar sus conocimientos, siendo algunos sabidos por todos y otros muy concretos y familiares, e incluso algunos temas tabú (como por ejemplo el aborto, ya sea del ganado o de las mujeres).

Pero a pesar de estos numerosos factores, es inevitable darse cuenta de la pérdida de conocimientos en los usos tradicionales de las plantas que sucede con el paso de las generaciones. Que puede deberse, por ejemplo, a una mayor facilidad para adquirir medicamentos, en el caso de los usos de plantas medicinales, lo que conlleva una falta de interés, o un aumento en las últimas décadas de la industria agroalimentaria, que ha hecho más fácil y cómodo para las personas disponer cuando se quiera, e incluso sin importar la época del año, de alimentos de origen natural, sin olvidar la bollería industrial y comidas preparadas, que ha ocupado un claro lugar en la dieta del día a día de las personas y ha desplazado estas costumbres tradicionales de conocimiento de usos en alimentación de las especies de plantas. Otra razón podría ser la necesidad de emigrar fuera de la localidad y con ello la pérdida de la transmisión verbal entre generaciones.

6.-Bibliografía

Alcaraz F., Botías M., García, R., Ríos, S., Rivera D., Robledo, A. 2003. *Flora básica de la Región de Murcia*. Murcia: Sociedad Cooperativa de Enseñanza Severo Ochoa.

Anónimo. 2015. El Berro, Pedanía y Entorno Natural. www.elberro.es.tl (último acceso 20/7/2015).

BOE. 2015. Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal. <https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-199-23750> (último acceso 23/7/2015).

Egea, J.M., Egea, J.M. 2013. *Libro rojo de variedades locales de la Región de Murcia I. Hortícolas de fruto, hortícolas de hoja y leguminosas*. Murcia: La Red de Agroecología y Ecodesarrollo de la Región de Murcia (RAERM).

Google Maps. 2015. Google Maps. <https://www.google.es/maps> (último acceso 23/7/2015).

Obón C. 2014. *La Etnobotánica Aplicada al Desarrollo Rural*. Orihuela. Apuntes de la Asignatura Etnobotánica y gestión de flora y biodiversidad en los sistemas agroecológicos. Máster en Agroecología, Desarrollo Rural y Agroturismo. Universidad Miguel Hernández.

Obón C. 2014. *La Etnobotánica y la Agroecología*. Orihuela. Apuntes de la Asignatura Etnobotánica y gestión de flora y biodiversidad en los sistemas agroecológicos. Máster en Agroecología, Desarrollo Rural y Agroturismo. Universidad Miguel Hernández.

Obón C., Rivera, D. 1991. *Las Plantas medicinales de nuestra Región*. Murcia: Editora Regional de la Región de Murcia.

Rivera D. 2010. *Las plantas medicinales en Murcia: diversidad, conservación y uso*. Murcia: Academia de Farmacia de Santa María de España de la Región de Murcia. 38 Sánchez P., Guerra, J eds. 2007. *Nueva Flora de Murcia. Plantas Vasculares*. Murcia: Diego Marín Librero Ed.

TAM. 2015. Alhama de Murcia Pedanías. www.turismo.alhamademurcia.es/pedantias.asp (último acceso 20/7/2015).

TPL. 2013. The Plant List A working list of all plant species. www.theplantlist.org (último acceso 18/7/2015).



7.- Agradecimientos

En primer lugar, me gustaría expresar mi agradecimiento a mi tutora del Trabajo Fin de Máster, la Dra. Concepción Obón de Castro, por su infinita paciencia, dedicación y orientación a la hora de realizar el estudio.

A los Informantes, sin cuya ayuda no habría sido posible la realización de este estudio, por compartir su sabiduría y conocimientos y abrirme las puertas de sus casas.

Al Dr. Diego Rivera Núñez, por su inspiración y ejemplo en mis años de alumno interno como estudiante de Biología y los años siguientes.

A mi familia, por apoyarme siempre en mis decisiones y gustos, y por inculcarme la pasión por el mundo vegetal desde mis primeros años.

Y por último a Marisol, sin quien no podría ni siquiera tener confianza en mí mismo para seguir adelante en este mundo tan bonito que es el Reino Vegetal, por acompañarme siempre y darme los consejos más útiles que te pueden dar, por su sinceridad y franqueza, siempre necesarias, y sobre todo por su constancia.

