

RATONERA PICONA

Forsskaolea angustifolia Retz.

NOMBRE-s VULGAR-es:
Ratonera. Ratonera salvaje.

FAMILIA: URTICACEAE

Algo de la historia de la planta:

Planta bien conocida en el ambiente rural, tanto por sus características espinas en el borde de las hojas, como por su cercanía a zonas por donde andan los humanos y por sus cualidades medicinales sudoríferas y antiinflamatorias que veremos.

Descripción

Herbácea a arbustiva de hasta 1 metro de altura, de tallo leñoso muy ramificado desde la base, rojizo a morado; hojas alternas, estrechas, lanceoladas, aserradas y espinosas en los bordes, verde vivo en el haz y verde pálido y vellosas por el envés; diminutas flores agrupadas en inflorescencias.

Origen y ecología

Planta endémica de las Islas Canarias. No amenazada.

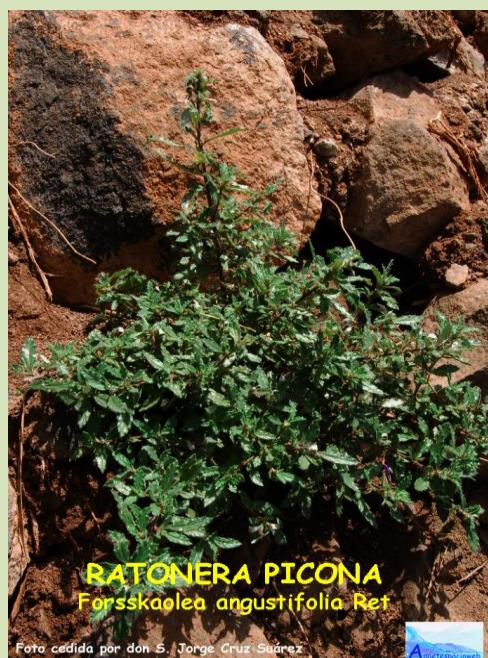
Localización

Especie ampliamente difundida en zonas cálidas y áridas de todas las islas, en bordes de caminos, carreteras, lugares incultos, etc. L, F, C, T, P, L, H.

En Agaete: en los mismos lugares además de en barrancos y montes

Parte utilizada

Planta entera: hojas, tallo y raíz.



RATONERA PICONA
Forsskaolea angustifolia Retz.

Foto cedida por don S. Jorge Cruz Sierra



Principios activos fundamentales

- ✓ Mucílago
- ✓ Taninos
- ✓ Sales minerales

Propiedades e indicaciones terapéuticas:

▪ *Derivadas de la experiencia de uso tradicional*

Tradicionalmente se le atribuyen propiedades terapéuticas como planta diurética y amiga de la vejiga y riñones inflamados en cistitis o cólicos nefríticos. Como sudorífica y para hacer bajar la fiebre. Como planta suavizante y antiinflamatoria sobre la piel.

- **Según el contenido en principios activos o ensayos farmacológicos**

Sus componentes activos y sus propiedades farmacológicas parecen apropiados para el uso que se le otorga en la medicina popular.

- **Derivadas de ensayos clínicos**
- **Avaladas por ESCOP o Comisión E u OMS**

Efectos adversos, incompatibilidades y precauciones

No existen datos empíricos ni estudios específicos clínicos o farmacológicos, sobre la toxicidad de esta planta. Debe entonces ser utilizada con precaución.

Dosis y forma de administración

A falta de referencias bibliográficas específicas aconsejamos para una infusión, la dosis estándar de 20 a 30 grs. de hojas secas para un litro de agua. Esto equivale a una cucharada de postre de 5mls.= 2-3 grs. para una taza de agua de 150 mls., para tomar 3 a 4 tazas/día. Se introduce la planta en el agua hirviendo, se apaga el fuego y se deja reposar durante 5 minutos; seguidamente, colar y tomar.

(*) Si utilizáramos la raíz o los tallos de ratonera, el procedimiento elegido debe ser la decocción, esto es: una cucharadita de las de café = 3 mls. = 2-3 grs., para una taza de agua de 150 mls.; mantener la

cocción a fuego bajo durante 5 a 10 min., dejar reposar por otros 5 a 10 mins., colar y tomar a razón de tres tazas al día.

Ejemplos de utilización

Infusión de ratonera y otras para los cálculos o arenillas renales

- Hojas y sumidades de ratonera mansa o picona, 30 grs.
- Hojas de diente de león, 30 grs.
- Hojas de rompe piedras, 30 grs.

Tomar una cucharada sopera de 10 mls. = 5 grs. de la mezcla; verter agua hirviendo sobre las plantas en una taza de agua de 150 mls.; dejar reposar tapada por 5-10 mins. para luego filtrar. Tomar tres veces al día.

Infusión de ratonera y otras para las infecciones urinarias o cistitis

- Hojas y sumidades de ratonera mansa o picona, 20 grs.
- Estilos de maíz, 20 grs.
- Tallos de cola caballo, 20 grs.
- Hojas de nogal, 20 grs.
- Frutos de anís verde, 10 grs.

Tomar una cucharada sopera de 10 mls. = 5 grs. de la mezcla; verter agua hirviendo sobre las plantas en una taza de agua de 150 mls.; dejar reposar tapada por 5-10 mins. para luego filtrar. Tomar tres veces al día.

Testimonios de los Sabios de Aqaete

- **D. Antonio Vega Rosario,**
“Có”: “*La ratonera mansa es mejor que la salvaje, nace mucho donde hay frío, donde hay agua*”.
- **Dª Celestina Hernández Jorge, “Tina”:** “*De siempre se ha utilizado La cola caballo y la ratonera, sobretodo picona, es la que más se utilizaba en las infecciones de la orina y de las partes de la mujer*”.
- **Dª María Jesús García Álamo:** “*La ratonera, la mansa y la picona, es buenísima para la irritación, la mansa es mejor, para la irritación, yo se las daba a mis cabritas*”.
- **Dª Carmen Jiménez Ramos:**
“*El toronjil para los dolores de estómago era lo mas que se usaba, y el poleo. La ratonera pa la barriga, pa los dolores de estómago, cuando guisaba me gustaba ponerle de todas un poquito. La hierba luisa sirve pa muchas cosas, se conformaba cuando tenía picás de estómago. La caña limón le echaba un*

poquito cuando estaban mal de estómago, y era buena”.



S. Jorge Cruz Suárez
“Más de 100 Plantas Medicinales en Medicina Popular Canaria”
Las Palmas. Obra Social de La Caja de Canarias. 2007.