

VINAGRERA

Rumex lunaria L.

NOMBRE-s VULGAR-es:
Acedera. Calcosa.

FAMILIA: POLYGONACEAE

Algo de la historia de la planta:

Se trata de una de las plantas más conocidas en medicina popular canaria por su presencia en todas las islas, porque está al alcance de todos los canarios pues crece casi en cualquier lugar: pedregales, barrancos, muros, bordes de caminos o carreteras; siempre cerca de los humanos, allí donde se necesite está; es además fácilmente reconocible por su apariencia, color y sabor agrio característico, finalmente sus virtudes terapéuticas son también muy demandadas y reconocidas; ante las picaduras ocasionales por ortigas o insectos, si levantamos la cabeza probablemente tengamos cerca el remedio: la vinagrera, si nos frotamos con sus hojas estrujadas la piel afectada.

Descripción

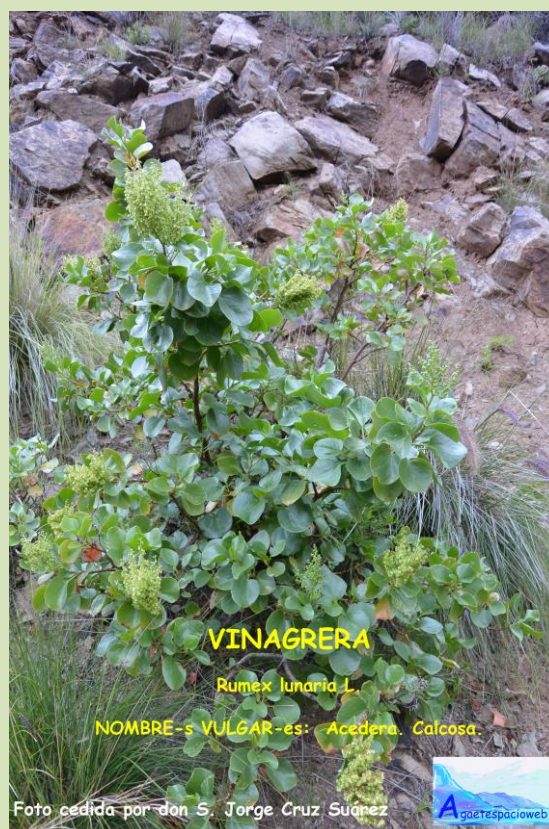
Arbusto muy ramificado de hasta más de un metro de altura; tallos redondos, nudosos, primero verdes y jugosos, luego marrones a rojizos; hojas pecioladas, alternas, de color verde brillante, también suculentas, acorazonadas; inflorescencias densas terminales de color verde; frutos también agrupados, pequeños y de color marrón..

Origen y ecología

Planta endémica de las Islas Canarias. No amenazada.

Localización

Crece silvestre, coloniza fácilmente cualquier lugar: bordes de caminos o carreteras, muros, barrancos. Muy común en las islas centrales occidentales y algo menos pero también muy presente en las orientales. L, F, C, T, P, G, H.



En Agaete: se encuentra fácilmente en los varios barrancos de Agaete, desde el Valle hasta Agaete, también en Guayedra y en El Risco, en El Sao y en El Hornillo.

Parte utilizada

Hojas y sumidades, raíz

Principios activos fundamentales

- ✓ Taninos
- ✓ Ácido oxálico
- ✓ Ácido crisofánico o rumicina
- ✓ Antraquinonas

Propiedades e indicaciones terapéuticas:

▪ *Derivadas de la experiencia de uso tradicional*

“El jugo de hojas de vinagrera sirve para descongestionar las mucosas nasales y curar llagas, heridas y costras. En casos de amigdalitis crónica, las gárgaras e infusiones de flores y hojas producen resultados sorprendentes. Las hojas asadas o majadas se aplican como cataplasma sobre la garganta y pecho inflamados”.

(Jaén Otero, José.. 1993).

“Una infusión hecha de las hojas es un útil diurético que se usa asimismo como tónico de la sangre. Con las raíces en polvo se hace un té que se dulcifica con miel. Este preparado se usa como expectorante, y el jugo de las hojas como gotas descongestivas de las fosas nasales”.

(Bramwell, David. 2004).

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

“La presencia de pequeñas cantidades de antraquinonas.. permite que la vinagrera canaria pueda utilizarse como laxante suave, e igualmente convierten a esta planta en una cura muy efectiva cuando se aplica como cataplasma de las hojas en desórdenes de la piel, tales como la soriasis...La presencia de rumicina (ácido crisofánico) le da a la planta propiedades antiinflamatorias”.

(Bramwell, David. 2004).

La acción de los taninos es probablemente responsable de los efectos terapéuticos en las afecciones inflamatorias de la boca o la garganta, hemorroides, etc.



En el presente año de 2006, en la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, se ha presentado una tesis doctoral bajo el título: “Efectos farmacológicos y cicatrizantes de extracto de *Rumex lunaria L.*” de la que se obtiene, entre otras importantes conclusiones, la verificación de la eficacia de la utilización popular de la vinagrera en

los problemas de cicatrización de úlceras cutáneas y bucales. Según esta tesis la aplicación del extracto etanólico de *Rumex Lunaria L.* a dosis bajas (220 mgs.), muestra una mayor capacidad de reparación tisular, tanto histológica como en premura de la cicatrización, en heridas cutáneas en el animal de experimentación; se obtiene además una clara ventaja terapéutica al combinar la aplicación del extracto por vía tópica y por vía oral, traduciendo una sinergia farmacológica.

(Rodríguez Vera, Bienvenida del Carmen. 2006)

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

Efectos adversos, incompatibilidades y precauciones

No existen datos empíricos ni estudios específicos, farmacológicos o clínicos, sobre la toxicidad de esta planta. Seguir las “precauciones fundamentales en la utilización popular de las plantas medicinales” indicadas en el apartado correspondiente del capítulo de “Introducción y Generalidades”.

El contenido en ácido oxálico la contraindica en presencia de litiasis o cálculos renales; tampoco es adecuada para personas que padezcan enfermedades reumáticas.

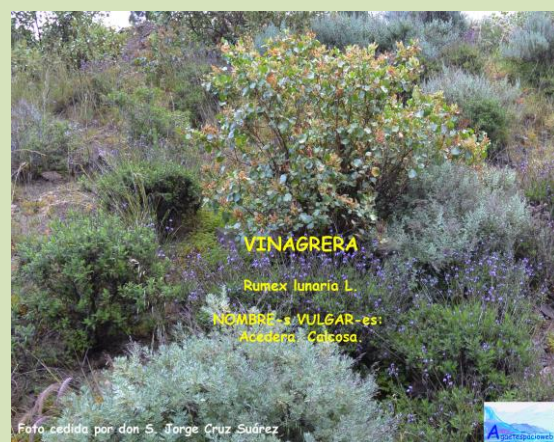
Dosis y forma de administración

A falta de referencias bibliográficas específicas aconsejamos para una infusión, la dosis estándar de 20 a 30 grs. de planta seca 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.

Ejemplos de utilización

Jugo de vinagrera para uso externo:

La forma tradicional para obtener el jugo de esta planta es picar unas hojas dentro de un mortero y majarlas para luego añadir agua, remover y filtrar el líquido resultante y queda ya disponible para aplicar directamente en lavados o en forma de compresas sobre llagas, úlceras, heridas, hemorroides y picaduras de insectos u ortigas.



Testimonios de los Sabios de Agaete

➤ D. Antonio Vega, “CÓ”:

“La brujilla es pa los catarros, junto con la vinagrera, Perico el cura me enseñó como hacerlo, El Sao está lleno de Vinagrera”

CRUZ SUÁREZ, S. JORGE *Más de 100 Plantas Medicinales en Medicina Popular Canaria*. Las Palmas. Obra Social de La Caja de Canarias, 2007.