



USOS Y VIRTUDES DE LA SALVIA DE MARIOLA

LA PLANTA DE LA MUJER

Antonio Belda, Emili Laguna y Benito Zaragozaí

La salvia mariolenca (*Salvia lavandulifolia* subsp. *mariolensis*) es una planta aromática leñosa cespitosa, de tallo simple y con pelos glandulares. Las hojas son más o menos ovaladas y oblongas, dos o tres veces más largas que anchas, de color grisáceo o blanquecino. El cáliz es de tipo no bilabiado, con cinco dientes casi iguales, no reticulado entre las venas y con pelos glandulosos. La corola es de un color azul violáceo. Se trata de un arbusto bajo, que llega a medir entre 30 y 60 cm. Florece entre los meses de mayo y julio, ambos inclusive. Esta planta ofrece un olor muy agradable y un sabor intenso si bien un tanto amargo. La fragancia emana de los aceites esenciales contenidos en las numerosas glándulas que cubren buena parte de la planta, tanto asentadas sobre hojas y tallos, como dispuestas coronando los pelos antes mencionados.

La composición química de la salvia es conocida, si bien lo reflejado en la literatura correspondería principalmente a *Salvia officinalis* L. y *Salvia lavandulifolia* subsp. *lavandulifolia*, que varían sobre todo en la proporción de componentes. La hoja de salvia contiene: 1-2,5 % de aceite esencial constituido principalmente por alfa y beta-tujona (35-60 %), alcanfor y 1,8-cineol; taninos; ácido rosmarínico; flavonoides; diterpenos amargos (carnosol); triterpenos y estrógenos. La droga entera disecada contiene como mínimo 15 ml/kg de aceite esencial; la droga cortada, un mínimo de 10ml/kg, ambas calculadas respecto a la droga anhidra.

■ ECOLOGÍA

Esta planta es muy similar a la salvia común o de montaña (*S.*

«LA SALVIA ES UNA BUENA ALTERNATIVA A TRATAMIENTOS DE SUSTITUCIÓN HORMONAL A BASE DE ESTRÓGENOS SINTÉTICOS»

lavandulifolia Vahl subsp. *lavandulifolia*), si bien se encuentra fundamentalmente en territorio de las comarcas centrales del País Valenciano, pero también está presente en comarcas como el Valle de Ayora, el Alto Vinalopó y la Canal de Navarrés. Habita sobre sustrato básico (calizas y margas) y pedregoso, entre 700 y 1.200 metros de altitud, donde forma parte de matorrales heliófilos. En estos espacios naturales es relativamente abundante. La salvia de montaña es similar pero menos blanquecina y de tipo más erecto, y ocupa altitudes parecidas o un poco más elevadas desde el centro de Valencia hasta el norte de Castellón.

Existe una tercera salvia valenciana similar, *S. lavandulifolia* subsp. *approximata* (Pau) Figuerola, exclusiva del Ricón de Ademuz y sus alrededores; se trata de una mata apretada –incluso cuando se cultiva a baja altitud– y con flores rosadas. Una cuarta especie, la salvia oficial (*S. officinalis*) proviene del Mediterráneo oriental, se cultiva desde antaño y a veces se naturaliza; es una planta más elevada, de hojas verdosas y de fragancia muy diferente.

En el País Valenciano encontramos una serie de topónimos que hacen referencia a esta planta, como son el Tossal de la sàlvia (La Safor), el Maset de la sàlvia (Alcoleja), el Barranc de la sàlvia (Biar), la Font dels salviars o el Racó dels salviars en Carcaixent. Además, encontramos también 29 calles llamadas *Sàlvia* en la provincia de Alicante, seis en la de Valencia y otra en la de Castellón; pero probablemente solo los nombres alicantinos se refieren a la planta de Mariola.

Nombre científico:

***Salvia lavandulifolia* subsp. *mariolensis* (Figuerola) Alcaraz & De la Torre.**

Nombre popular:

Salvia, salvia de Mariola, salvia mariolenca, salvia, salvia de sierra, savia.

El nombre proviene del latín *salvus*, que significa “protegido”, “salvado”, en alusión a la acción regeneradora de la planta sobre el organismo. El epíteto *mariolensis* hace evidentemente referencia a la sierra de Mariola.

La salvia de Mariola (*Salvia lavandulifolia* subsp. *mariolensis*) es una planta aromática presente en los territorios centrales valencianos y también en las comarcas valencianas del Valle de Ayora, el Alto Vinalopó y la Canal de Navarrés.

■ SALVIA, ETNOBOTÁNICA Y CULTURA

La salvia de Mariola es una planta que está considerada como panacea en la cultura popular del País Valenciano, ya que tiene una gran variedad de aplicaciones etnobotánicas, a menudo ligadas a las enfermedades de la mujer. El hecho de que la salvia contenga entre sus principios activos un estrógeno la convierte en una planta indicada para trastornos hormonales femeninos como las irregularidades menstruales (se considera una planta emenagoga), o incluso la infertilidad. También la salvia es una de las plantas más indicadas en la medicina popular para atenuar los efectos de la menopausia y es una buena alternativa a tratamientos de sustitución hormonal a base de estrógenos sintéticos —que pueden llegar a ser peligrosos—, porque alivia considerablemente los síntomas de la menopausia como sofocos, náuseas, vértigo, golpes de calor, sudores nocturnos y dolores de cabeza. Por el contrario, es una planta contraindicada durante los primeros meses de embarazo a causa de su propiedad emenagoga que estimula la menstruación. En cambio, tomada durante el último mes, se dice que ayuda a tener un parto más rápido y fácil. Por otro lado, las mujeres que están amamantando deben evitar ingerirla, ya que bloquea la producción de leche.

«LA SALVIA DE MARIOLA ES UNA PLANTA UTILIZADA EN LA LLAMADA JARDINERÍA MEDITERRÁNEA Y QUE TAMBIÉN SIRVE COMO PLANTA MELÍFERA»

Entre otros usos populares, se utiliza en forma de infusión como astringente y digestivo, en caso de indigestión, pesadez o malestar estomacal, virtud que comparte con otras plantas aromáticas de la misma familia botánica. También se utiliza como relajante después de vómitos, sirve como tranquilizante y ayuda a recuperarse de los mareos. Mejora la circulación sanguínea y, además, es hipotensora e hipoglucemiante. Tradicionalmente, la salvia también se ha utilizado para combatir afecciones respiratorias simples, como inflamación de las anginas, afonía, faringitis, gripe, laringitis, resfriados, tos, enfriamiento y también para rebajar la fiebre. Es diurética y desintoxicante. La hojas de salvia tienen acción antibacteriana y antifúngica, gracias sobre todo al aceite esencial, y acción antiviral debida, en parte, a los diterpenos. De esta virtud se deriva su uso tradicional como planta vulneraria que, aplicada directamente o en forma de compresas o cataplasmas, es cicatrizante e impide que las heridas se infecten, y



Emili Laguna

La salvia de Mariola destaca por su olor agradable, que emana de los aceites esenciales que contienen las diferentes glándulas que cubren buena parte de la planta, tanto en los pétalos, como en hojas y tallos.



Emili Laguna



La corola de la salvia mariolensa es de color azul violáceo. Su floración se produce entre los meses de mayo y julio.



Emili Laguna



Emili Laguna

La salvia mariolensa (*Salvia lavandulifolia* subsp. *mariolensis*, fotografía de la izquierda) es muy similar a la salvia común o de montaña (*S. lavandulifolia* subsp. *lavandulifolia*, fotografía de la derecha) pero más blanquecina y de tipo menos erecto.

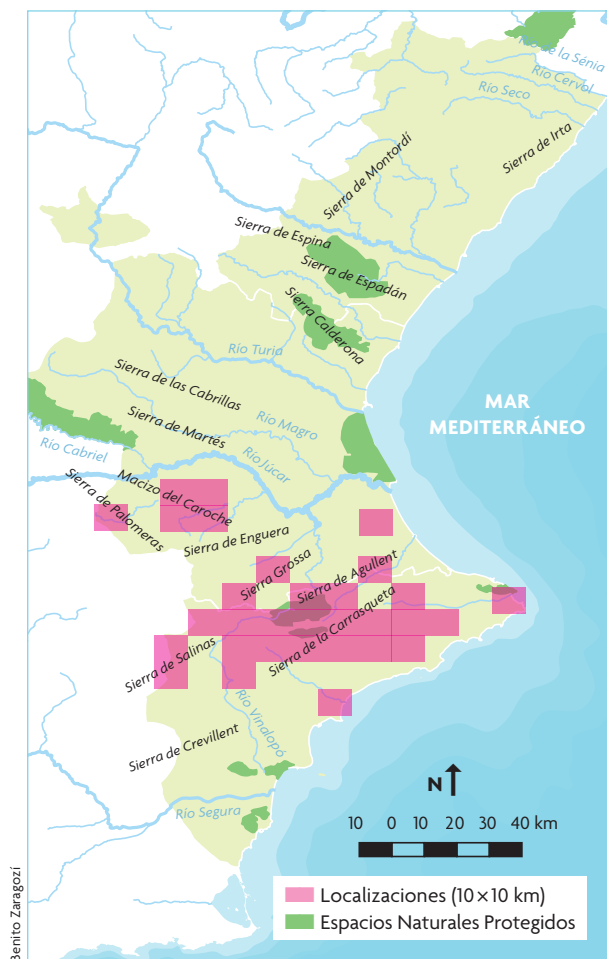


Antonio Belda

La salvia mariolensa es un arbusto bajo, de entre 30 y 60 cm, cuyas hojas son de color grisáceo o blanquecino.

por eso se utiliza para curar llagas y úlceras. La salvia, además, ayuda a conservar la acetilcolina, que es un neurotransmisor del que depende un mejor funcionamiento del cerebro.

En sus usos cosméticos, esta planta se utiliza, en forma de crema o loción, para la piel, la caída del cabello, la caspa, las canas y el olor corporal. También es un potente relajante muscular, recuperador de los esfuerzos físicos excesivos. Sus hojas pueden masticarse como dentífrico o para fortalecer las encías, curar heridas o úlceras de la boca y aliviar la halitosis. Los preparados a base de salvia tienen acción antiinflamatoria, a la cual contribuye el ácido rosmarínico, que resulta muy efectiva en caso de hemorroides. También tiene acción astringente, estimulante de las secreciones y antitranspirante, para casos de sudoración excesiva y maloliente. Es una de las plantas utilizadas para teñir el pelo de manera natural. Para usos medicinales se aconseja recogerla desde agosto hasta que florece en primavera, pero no



Tal y como muestra el mapa, la salvia mariolenca está presente fundamentalmente en las comarcas centrales valencianas, pero también en otras como el Valle de Ayora, el Alto Vinalopó y la Canal de Navarrés, entre los 700 y los 1.200 metros de altitud.

se recomienda hacerlo en lugares donde su presencia es más rara. Aquí, conviene respetarla hasta el final del verano para que pueda esparcir las semillas.

Las flores y hojas tiernas se utilizan también como alimento directamente en ensaladas o como planta aromática en variedad de guisados, salsas, quesos, carnes y pescado. Por otro lado, también sirve para hacer ramilletes con fines ornamentales y religiosos. Un buen ejemplo de esto son *les enramades* de salvia en la fiesta del *pa beneit* de la Torre de les Maçanes, que se celebra el 9 de mayo en honor a san Gregorio. En Biar también se celebra la festividad de la Mare de Déu de Gràcia, el 10 de mayo, donde la salvia adorna y engalana con su perfume todas las calles por donde pasa la imagen de la Virgen.

«ENTRE OTROS USOS POPULARES, LA SALVIA SE UTILIZA EN FORMA DE INFUSIÓN COMO ASTRINGENTE Y DIGESTIVO, EN CASO DE INDIGESTIÓN, PESADEZ O MALESTAR ESTOMACAL.»



En el País Valenciano encontramos dos especies más de salvia: *S. officinalis* —una planta elevada, de hojas más verdosas y aroma diferente (a la izquierda)— y *S. lavandulifolia* subsp. *approximata*, que presenta una mata apretada y de flores rosadas, tal y como podemos ver en la imagen central y en el detalle de la fotografía de la derecha.

Es una planta utilizada en la llamada jardinería mediterránea y que también sirve como planta melífera. Desafortunadamente, a pesar de su evidente potencial para el uso ornamental, solo es producida ocasionalmente por viveristas, al contrario que la salvia oficial, de la que hay numerosas cultivariedades.

Los escritores valencianos también utilizaron la salvia en sus textos, como es el caso de Enric Valor en *Temps de batuda* («me parecía percibir singularmente fuerte la fragancia a salvia») o en *La idea de l'emigrant* («En aquella umbría había salvia, aliaguetas, coronas de reina agarradas a las rocas, y durante el buen tiempo, no se terminaba nunca una hierba jugosa muy grata para los rebaños»). Por su origen alicantino, la salvia que Valor tenía en mente era sin duda la de Mariola; en otros casos, sobre todo en textos antiguos, resulta imposible distinguir entre

esta especie y otras parecidas. El mestre Robert en su *Llibre del Coch* nos habla, por ejemplo, del *salviat*, que era una tortilla de salvia típica de la cocina medieval. Además, en el libro de cosmética natural del siglo XIV llamado *Tresor de beutat*, aparece la salvia en dos recetas: una para el dolor de cabeza y otra para las llagas en general.



Además, en la comarca de L'Alcoià-El Comptat se elabora un licor, llamado popularmente *salvieta* o *licor de salvia*, con fines digestivos. Para preparar un litro se utilizan tres cuartos de anís dulce y un cuarto de caza-lla, una cucharada de miel, dos o tres ramitas de salvia y dos o tres más de poleo blanco. De la misma manera, la salvia también se utiliza para elaborar el *herbero*, hecho junto con otras hierbas aromáticas y medicinales.

En definitiva, la salvia de Mariola es una planta característica del territorio central valenciano y muy arraigada en la cultura valenciana por sus múltiples virtudes. Por este motivo, es necesario tanto conservar la planta en sí como todo el patrimonio inmaterial asociado, para evitar que se pierda y quede en el olvido. Por tanto, es el momento de aprender a apreciar el legado que nos dejan nuestros antepasados y conservarlo, para que el día de mañana las nuevas generaciones puedan disfrutarlo. ☺

REFERENCIAS

- Belda, A., & Bellod, F. J. (2006). *Plantas medicinales de la Serra de Mariola*. Alicante: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Alicante.
- Belda, A., Bellod, F. J., & Ríos, S. (2004). Avance sobre la flora medicinal en la Serra de Mariola. *Flora Montiber*, 28, 29–48.
- Belda, A., Zaragoza, B., Belda, I., Martínez, J., & Seva, E. (2012). Traditional knowledge of medicinal plants in the Serra de Mariola Natural Park, South-Eastern Spain. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, 10(2), 299–309.
- Conca, A., & Oltra, J. E. (2005). *Plantas medicinales y comestibles*. Ontinyent: Caixa Ontinyent.
- Pellicer, J. (2000). *Costumari botànic. Recerques etnobotàniques a les comarques centrals valencianes*. Picanya: Edicions del Bullent.

Antonio Belda. Técnico del departamento de Ciencias de la Tierra y el Medio Ambiente de la Universidad de Alicante.

Emili Laguna. Jefe de sección en el Servicio de Vida Silvestre de la Generalitat Valenciana.

Benito Zaragoza. Investigador del Laboratorio de Geomática del Instituto Interuniversitario de Geografía de la Universidad de Alicante.



PASAJES 49

ITALIAN THEORY: CAMBIO DE PARADIGMA EN LA FILOSOFÍA POLÍTICA CONTEMPORÁNEA

Roberto Esposito, German Philosophy, French Theory, Italian Thought / Nerea Miravet, Giacomo Marramao y la secularización / Salvador Feliu, Ontología y política. ¿Negri o Spinoza? / Matías L. Saidel, De la nuda vida al uso / Juan Sánchez Mandingorra, El *movimento di pensiero* de Giuseppe Duso entre historia conceptual y filosofía política / Sandro Chignola, ¿Italian Theory? Elementos para una genealogía // **DIÁLOGO** ¿Qué es la Italian Theory? Un diálogo entre Giacomo Marramao, Roberto Esposito y Dario Gentili // **TEMAS** Manuel Jiménez Redondo, Realidad y ficción en política / Jorge Alemán, Sujeto y neoliberalismo / David Montero, La ambigüedad de la culpa y la vergüenza y las técnicas de dominación **PASAJES 49 • Publicacions de la Universitat de València • Arts Gràfiques, 13 • 46010 València • pasajes@uv.es**