

Plantas medicinales: La doradilla (*Caterach Officinarum*)

Rosa Maria Bueso Zaera

Se emplea frecuentemente en infusiones que se toman para eliminar los cálculos y arenilla del riñón y combatir la nefritis, la cistitis y la gota.

Conocida como Té de Málaga, hierba dorada o doradilla de campo, se trata de un pequeño helecho de entre 6 y máximo 20 cm de largo, que se encuentra en muros, grietas de zonas rocosas en terrenos calcáreos, se puede encontrar entre 0 y 2.500 metros de altitud, en casi toda la Península Ibérica y en algunos lugares como en Canarias está prohibido recolectarla porque está en peligro de extinción.

En concreto en Fortanete podemos verla en la zona de los huertos, en el puente de piedra y en paredes de la zona del calvario.



Una de sus características más peculiares es que en periodo seco sus hojas se enrollan dando la sensación de que está muerta, pudiendo quedar así largos periodos, pero en cuanto la lluvia aparece, absorbe el agua y recupera toda su vivacidad, quizá por eso se la conoce también como planta de la resurrección, rosa de Jericó o siempre viva.

Al parecer su nombre procede de que antiguamente se utilizaba para teñir de rubio los cabellos o por lo menos aclararlos. Es una planta muy conocida y utilizada en la medicina popular desde la antigüedad. Dioscórides, médico griego y Galeno hacen referencia a ella en relación su acción sobre las piedras de la vejiga y retención de orina y hablan de esta planta cuya función es impedir el embarazo, aunque dice Dioscórides, tiene que recogerse una noche después de la luna nueva. También Maimónides, médico andalusí, reconoce sus virtudes para las enfermedades del bazo y de las vías urinarias.

Los principios activos se encuentran en las hojas o partes aéreas. La recolecta se realiza de mayo a agosto.

Se emplea frecuentemente en infusiones que se toman para eliminar los cálculos y arenilla del riñón y combatir la nefritis, la cistitis y la gota. Es muy diurética y, en consecuencia, baja la tensión arterial, también se usaba como tónico en general, para regular la tensión y reducir la producción de bilis y también como desinfectante de la garganta y boca.

En el Mediterráneo se utiliza en la fabricación de licores, como la Ratafía en Cataluña o el Licor de Hierbas mallorquín.

Otro uso, es el de desinfectante, el cocimiento de las hojas o su jugo se utilizan para desinfectar heridas lavándolas varias veces al día y en Menorca se prepara un ungüento mezclando la planta con grasa de cerdo para utilizarlo de la misma manera.

La infusión se realiza, poniendo 1 litro de agua a hervir y cuando ya está en ebullición se añaden 20 gr de hojas, se saca del fuego y se deja reposar unos 10 o 15 minutos y una vez filtrada se toma un vaso, dos veces al día antes de las comidas y con una duración máxima de 6 días...ya que, en caso de toma excesiva, a causa de su efecto hipertensor puede producir sensación de cansancio.

Cuando la planta es escasa se puede reciclar, o sea una misma planta se puede utilizarse varias veces para hacer la infusión, y puede mezclarse con flor de naranjo o cola de caballo para luchar contra los cálculos renales.

Aunque no se conocen efectos secundarios perjudiciales, salvo en caso de abuso, la bajada de tensión con la consiguiente fatiga es aconsejable consultar un facultativo, podría darse el caso de hipersensibilidad individual.

