



Aviso legal: los contenidos de esta publicación podrán ser reutilizados, citando la fuente y la fecha en su caso, de la última actualización.

Esta obra se enmarca dentro de los trabajos del Inventario Español del Patrimonio Natural y la Biodiversidad que desarrolla el MAPAMA en el marco de la ley 42/2007, de 13 de diciembre, del Patrimonio Natural y la Biodiversidad.

Dirección técnica del proyecto: Subdirección General de Medio Natural.
Realización y producción: TRAGSATEC. Grupo TRAGSA.
Coordinación de la obra: Manuel Pardo de Santayana.
Edición de la obra: Manuel Pardo de Santayana, Ramón Morales, Javier Tardío y María Molina.
Coordinación general del proyecto: Elena Bermejo Bermejo y François N. Gilb Tapia.
Diseño y maquetación: María Calvar Cerecedo.
Cartografía: Esteban Marcos Ruiz, en colaboración con César López Leiva y los autores de las fichas.
Nombres vulgares: María Piedad Puchades Muñoz en colaboración con Inés Fernández-Ordóñez y los autores de las fichas.
Descripciones botánicas: Ramón Morales y Arturo Valdés, en colaboración con los autores de las fichas.
Referencias históricas: Esteban Hernández Bermejo, en colaboración con Expiración García Sánchez, Paqui Herrera Molina, Javier Tardío y los autores de las fichas.
Dibujos: Manuel Cifuentes, Celia García Hernández y Andrea García Pérez; extractados de *Flora iberica*: Juan Luis Castillo, Marta Chirino, Eugeni Sierra y Rodrigo Tavera.

A efectos bibliográficos la obra debe citarse como sigue:

Pardo de Santayana, Manuel; Morales, Ramón; Tardío, Javier & Molina, María (editores). 2018.
INVENTARIO ESPAÑOL DE LOS CONOCIMIENTOS TRADICIONALES RELATIVOS A LA BIODIVERSIDAD. FASE II (1).
Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente. Madrid. 404 pp.

Las opiniones que se expresan en esta obra son responsabilidad de los autores y no necesariamente del Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente. El uso que se haga de la información contenida en esta obra es responsabilidad única del lector.



MINISTERIO DE AGRICULTURA Y PESCA, ALIMENTACIÓN Y MEDIO AMBIENTE

Edita:
© Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente
Secretaría General Técnica
Centro de Publicaciones

Distribución y venta:
Paseo de la Infanta Isabel, 1
28014 Madrid
Teléfono: 91 347 55 41
Fax: 91 347 57 22

Diseño y maquetación: TRAGSATEC. Grupo TRAGSA
Fotografía de portada: Alonso Verde

Tienda virtual:
www.mapama.gob.es
centropublicaciones@mapama.es

Catálogo de Publicaciones de la
Administración General del Estado:
<http://publicacionesoficiales.boe.es/>

NIPO: 013-18-053-9 (papel)
NIPO: 013-18-055-X (línea)
ISBN: 978-84-491-1472-4
DL: M-6365-2018



Emilio Laguna

Asplenium trichomanes L.

Familia: Aspleniaceae

culantrillo menor,
auradelleta, sardin-belar, colondrillo

USOS PRINCIPALES



GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

Lista Roja: la subespecie *maderense* Gibby et Lovis se encuentra en la categoría DD

RD 139/2011: -

Catálogos autonómicos: -

Directiva Hábitats: -

NOMBRES VULGARES

Castellano: culantrillo menor (AN, AR, CL), culantrillo (CL), culantrillo chico (MC), hierba del contrillo (CL); sardineta (AR, PV), sardinica (NC); felecha (AS), helecho churrero, helecho pequeño (CL); cervuna (AR); flor del pozu (AS); hierba de las mujeres (NC); mermasangre (AR); zanca de morenilla, zanca ranilla (AN) [1-17].

Catalán: auradelleta, doradilla; costelles de paret; falguera, foguera, falzilla; herba de la pressió; herba fefera; herba pigotera; sardineta (CT) [18-21].

Euskera: sardin-belar; koxka-belar; iturri-belar (NC) [6,17].

Gallego: colondrillo, culantrillo, culandrillo, golondrillo (GA) [22-25].

DESCRIPCIÓN

Helecho de rizoma pequeño, completamente cubierto de escamas color castaño; frondes hasta de 25 cm, con pecíolo corto y raquis oscuros y brillantes, con pinnas en disposición alterna y perpendicular al raquis, enteras, ovadas, suavemente dentadas y algo onduladas, con cuatro a diez soros alargados que nacen en las nervios laterales. Esporas hasta de 45 micras, color castaño.

HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Vive en grietas de roquedos calizos o silíceos, hasta 2000 m.

Puede fructificar durante todo el año.

Se encuentra en casi todo el mundo y en toda España peninsular e insular.

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

MEDICINA

Sistema circulatorio

La fronde se ha utilizado como **depurativo sanguíneo** y para **regular los latidos del corazón** en Navarra, Huesca y en el Montseny

(Cataluña) [4,13,20]. Solía mezclarse con otras mermasangres, como la sanguinaria (*Paronychia argentea* Lam.) en Salamanca [8], o con el helecho *Cystopteris fragilis* (L.) Bernh. en Aragón [16]. Se tomaba la decocción, normalmente en ayunas durante una novena [6,21].

Sistema digestivo

En Murcia se tomaba la infusión para calmar los **dolores del hígado** y también en caso de **dolor de barriga** [15,26].

Sistema genito-urinario

Se utilizaba en Lugo [22,23], Navarra [6], Salamanca [8] y Jaén [3,7,11] para calmar los dolores de la **menstruación** y para normalizar los ciclos, "para que fluyera la menstruación". Las mujeres "opiladas", que no les bajaba o se les cortaba el período, hacían uso de la infusión de la planta fresca para curarse [11]. En Navarra señalan que se tenía que tomar un número impar de días, uno, tres o cinco, y el número de tomas diarias tenía que ser también impar [6].

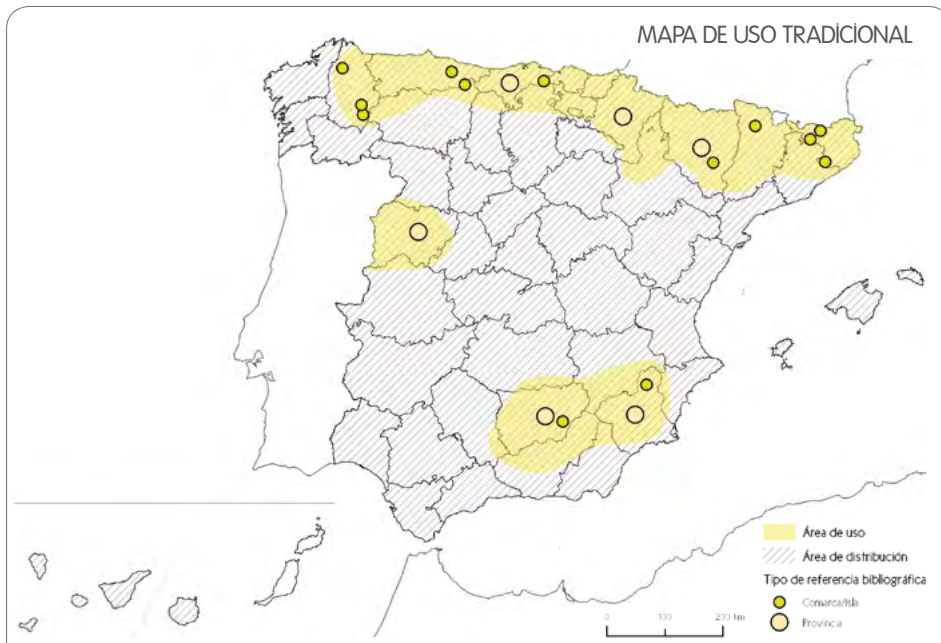
Asimismo se ha empleado para tratar las **infecciones de orina** y como **diurética**, en Cantabria [27], y como antiinflamatorio y depurativo renal en el Montseny [20]. Para este último uso se mezclaba a veces con otras plantas como la hepática (*Hepatica nobilis* Schreb.). Se tomaba la infusión durante una novena, se descansaba y luego se volvía a tomar. También se empleaba para disolver los cálculos o **piedras de riñón** y cuando se padecía de **próstata** [20].

Concepción, embarazo, parto y puerperio

En Miranda del Castañar y otros municipios salmantinos se empleó antiguamente como **abortiva** [8]. La tisana de la planta seca o fresca se dice que era efectiva si el embarazo no pasaba de dos meses [8]. En varias zonas de Lugo y Navarra también la utilizaban en el alumbramiento para ayudar a **expulsar la placenta** [6,24,25].

Sistema respiratorio

Para tratar los síntomas de la **gripe**, así como en casos de **constipados, dolor de garganta, tos, mucosidad** y **afecciones bronquiales**, se empleaba la infusión de la fronde en el valle de Camprodon, Gerona



[19], el Alto Aragón [2] y en algunas zonas del País Vasco [9]. En Lugo la utilizaban para curar la faringitis haciendo gárgaras con la infusión [25], en ocasiones mezclada con malvela (*Glechoma hederacea* L.), manzanilla (*Anthemis arvensis* L.), raíz de grama (*Agrostis stolonifera* L.), una ramita de pino y otra de romero [24].

Piel y tejido subcutáneo

En Hecho (Huesca) utilizaban las frondes para evitar la caída del pelo [16]. Con el agua de la cocción se masajaba el cuero cabelludo y así prevenían la alopecia. En el valle de Camprodon hervían la plan-



Asplenium trichomanes. Fronde con soro. Emilio Laguna

ta para lavarse el pelo con la decocción resultante, aunque no se especifica que la usaran para la caída del cabello [19].

Órganos de los sentidos

En el Pallars (Lérida), se tenía como medicamento de gran efectividad y se utilizaba la decocción de la fronde junto con la infusión de la parte aérea de la sanguinaria (*Paronychia kapela* subsp. *serpyllifolia* (Chaix) Graebn. in Asch. & Graebn.) para curar las infecciones oculares [21]. Se aplicaba la tisana directamente en el ojo cuando se había enfriado.

VETERINARIA

Concepción, embarazo y parto

En zonas de Cantabria si no asentaban al toro, es decir, si no conseguían quedarse preñadas las vacas, se las introducía un trocito por la vagina [27].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

Para curar la viruela de los cerdos, en la comarca leridana del Pallars usaban la tisana de la fronde como paliativo oral [21,28].

USO ORNAMENTAL

Patios, huertos y jardines

En Piloña (Asturias), puede encontrarse este helecho como ornamental en los patios de algunas casas, ya sea porque se plantó o porque creció espontáneamente y no se eliminó [10].

USOS SOCIALES, SIMBÓLICOS Y RITUALES

Rituales del ciclo anual

En Asturias se usa como elemento secundario para la decoración del belén de Navidad, aunque su uso es actual, ya que antiguamente solo se ponía en la iglesia [10].

Literatura oral popular

En la sierra de Cazorla (Jaén), se recoge un refrán que alude al uso medicinal como emenagogo de este especie allí denominada zanca de morenilla: "Para las opiladas traigo remedio: zanca de morenilla y lengua de ciervo" [11].

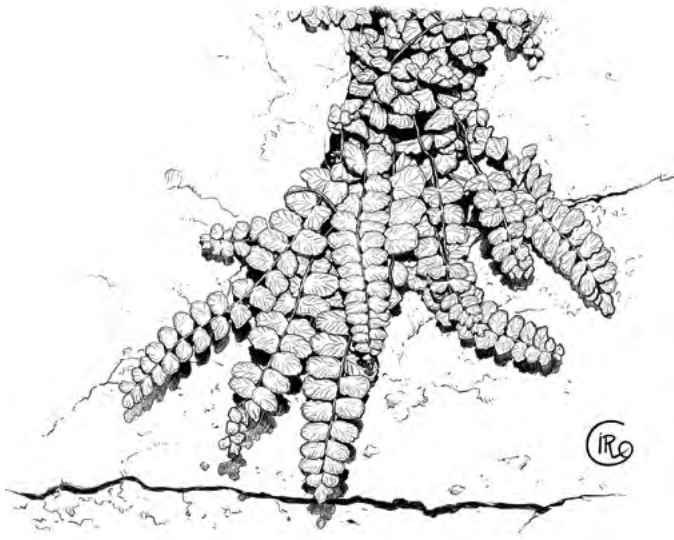
MANEJO DE LAS ESPECIES

Cultivo

Se ha cultivado ocasionalmente por sus usos ornamentales y medicinales, pero sobre todo se ha favorecido el crecimiento de los ejemplares que nacen espontáneamente en huertos y jardines. En cualquier caso, no es una práctica muy frecuente [29].

REFERENCIAS HISTÓRICAS

Casi todos los autores de la antigüedad manifiestan cierta confusión entre este culantrillo menor y el de pozo (*Adiantum capillus-veneris* L.), de los que acaban muchas veces reconociendo análogas propiedades medicinales. Así, Teofrasto (siglos IV-III a.C.) cita un culantrillo



Asplenium trichomanes. Manuel Cifuentes



Asplenium adiantum-nigrum. Emilio Laguna

blanco (VII, 14, 1), que dice ser bueno contra la estranguria (cistitis) [30]. Dioscórides (siglo I) también habla de ese culantrillo (IV, 138), del que menciona propiedades parecidas a las reconocidas para *Adiantum capillus-veneris* [31].

En la Edad Media andalusí, podría estar incluido en la *ʿUmda* de Abū l-Jayr (siglos XI-XII), entre los diversos *ʿuq̣rubān* que trata (3456), pero nos inclinamos más bien por identificarlo como uno de los *kuzbara* mencionados (2573), tal vez al referirse a alguna de las variedades denominadas *dafāʿir al-ḡinn*, literalmente trenzas de genios o *raqʿa ṣaḡriyya*, es decir recompostura de roca, nombre que alude a su capacidad para sujetar o unir fracturas [32]. Ibn al-Bayṭār (siglo XIII) analiza y mantiene la confusión entre las dos especies citadas de helechos [33].

Laguna (siglo XVI) en su traducción del Dioscórides se refiere también a los dos culantrillos, *Adiantum* y *Asplenium*, de los que dice ser "helechuelos que se muestran dulces, agudos y amargos al gusto y su raíz es acerba, con las cuales cualidades tiene vigor de hacer renacer presto los cabellos caídos y de darles agradable tinctura" [31].

Quer (siglo XVIII) recoge que Bauhin duda de la supuesta eficacia de los culantrillos "para desobstruir el hígado, limpiar los pulmones y conductos de la orina y resistir el veneno" [34].

■ VALORACIÓN

Aunque no es una especie muy importante, sí es conocida en bastantes zonas de España. Sus usos principales son los medicinales, sobre todo para tratar enfermedades genitales, urinarias, respiratorias y circulatorias, aunque la mayoría parecen estar abandonados.

■ ESPECIES RELACIONADAS

Asplenium adiantum-nigrum L.

GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

-

■ NOMBRES VULGARES

Castellano: fainta, faleito, faletina, faleto, halecho (CL), helecho (CB) [5,27].

Catalán: falguera, foguera, foguera borda, foguera de la cama-negra; cama-negra; herba cançera; herba felera (CT) [20,35,36].

■ DESCRIPCIÓN / HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Rizoma rastrero y frondes de hasta 30 cm, dispuestas densamente, con largo pecíolo negro y lámina bipinnada, con hojas y hojillas triangular ovadas, dentadas y con cuerpos fructíferos por el envés a cada lado de los nervios. Vive en grietas de rocas silíceas hasta 3000 m. Fructifica durante todo el año. Se encuentra en toda la zona templada del hemisferio norte y en España sobre todo en su mitad norte.

■ CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

Utilizada en Cantabria para el dolor de muelas y como diurético [27]. La decocción de las frondes se empleó como abortiva en el Alt Empordà, Gerona [36].

Asplenium fontanum (L.) Bernh.

GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

Catálogos autonómicos: subespecie *fontanum* (MC)



Asplenium fontanum. Emilio Laguna



■ **NOMBRES VULGARES**

Catalán: doradilla (CT) [21].

■ **DESCRIPCIÓN / HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA**

Tiene un rizoma robusto, y frondes hasta de 25 cm, con pecíolo corto, verde, y lámina dos o tres veces pinnada, con hojillas alternas, las medianas mayores, y soros junto al nervio medio. Vive en rocas calizas, entre 300-2200 m, fructifica de marzo a noviembre y se encuentra en las montañas centroeuropeas y la mitad este de España.

■ **CONOCIMIENTOS TRADICIONALES**

En el Pallars (Pirineo leridano), daban a los cerdos la tisana de las frondes para curar la **viruela**, aunque consideran que es más efectiva la de la *doradilla* (*Ceterach officinarum* Willd.). A veces se utilizaban juntas las dos especies [21].

Asplenium hemionitis L.

GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

Lista Roja: NT

Directiva Hábitats: IV

RD 139/2011: LESRPE



Asplenium hemionitis. Emilio Laguna

■ **NOMBRES VULGARES**

Castellano: helecha (CN) [37].

■ **DESCRIPCIÓN / HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA**

Tiene las frondes hasta de 35 cm, palmeadas y los soros lineares. Fructifica en junio; vive en roquedos basálticos en Canarias y otras islas macaronésicas, norte de África y un pequeño enclave en Estremadura portuguesa.

■ **CONOCIMIENTOS TRADICIONALES**

Para tratar los síntomas del **catarro**, en Tenerife se tomaba la infusión de la fronde, a veces en combinación con otras especies [38].

Asplenium onopteris L.

GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

-



Asplenium onopteris. Emilio Laguna

■ **NOMBRES VULGARES**

Castellano: farfalecha (CL), helecha (CN), helecho (CM); cochina, cochinita (CN); culantrillo, culantrillo del monte (CN); hierba sardina, sardina (CB); penco de risco, penquito (CN) [27,37,39-41].

Catalán: falzia negra (IB), foguera borda (CT); cama-negra (CT); herba cançera (CT); herba felerera (CT) [42-44].

■ **DESCRIPCIÓN / HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA**

Rizoma rastrero, ramificado y frondes hasta de 45 cm, persistentes con largo pecíolo, tres o cuatro veces pinnadas, con pinnas pecioladas, las pinnulas dentadas y con soros dispersos. Se encuentra en bosques umbríos y roquedos, sobre sustratos ácidos, hasta 1900 m. Fructifica durante todo el año. Vive en el oeste de Europa y toda la región mediterránea hasta el oeste de Asia y en la región macaronésica; y en toda España peninsular e insular.

■ **CONOCIMIENTOS TRADICIONALES**

Utilizado como alimento para los **animales** en La Gomera [40].

En Cantabria, las frondes se utilizaban para el **dolor de muelas** [27]. Igualmente en la comarca catalana del Montseny se realizaban enjuagues con la infusión de este helecho contra el "mal blanco", un **hongo** que aparece en la boca de los bebés [20]. En esta misma comarca la infusión por vía interna de las frondes se ha empleado para tratar trastornos hepáticos como la **ictericia**, coloración amarilla de la piel por el aumento de la bilirrubina en la sangre, y para el dolor de **vesícula** [20]. También se utilizaba en veterinaria para tratar la **ictericia** en las aves de corral [20]. Como **antiparasitario** para las gallinas **pioques**, que son las que están tristes y hacen las heces blancas, se les daba de beber la infusión de la parte aérea durante tres o cuatro días [20]. En la isla canaria de El Hierro, en cambio, se advierte de la **toxicidad** de este helecho para los animales: "se le corta la sangre a los animales que lo comen" [37].

En Cantabria se conoce a esta especie por los nombres de sardina o hierba sardina, probablemente por usarse en los **juegos infantiles** de comiditas [27]. En el Parque Nacional de Cabañeros (Ciudad Real), se ha **cultivado** ocasionalmente en algunos jardines por su valor **ornamental**, aunque indican que pocas personas lo cultivan pues requiere buenas condiciones y muchos cuidados [41].

Asplenium ruta-muraria L.

GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL



Asplenium ruta-muraria. Manuel Parado de Santayana

■ NOMBRES VULGARES

Castellano: escolondrillo (CB); maneta (AR); mermasangre (AR) [2,16,27,45].

■ DESCRIPCIÓN / HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Tiene rizoma muy ramificado, con frondes de hasta 15 cm, con largo pecíolo con tres a cinco hojillas levemente crenadas, y soros alargados en el envés de la hoja. Vive en grietas de rocas básicas, hasta 2600 m. Fructifica durante todo el año. Se encuentra en toda Europa, y gran parte de la zona templada norte y el norte de África. No está en la región macaronésica. En España en la mitad norte y en las montañas del sur.

■ CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

El cocimiento de la fronde fresca se ha utilizado como **hipotensor** y para **rebajar la sangre** y hacerla más fluida en Huesca [2,16]. En el valle de Hecho (Huesca), se ponía en el pecho como emplasto para ablandar los **bronquios** [16]. En veterinaria popular, el cocimiento de este helecho se les daba de beber a las vacas para que **expulsaran la placenta** en Cantabria [27,45].

Asplenium septentrionale (L.) Hoffm.

GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

Catálogos autonómicos: CN; VC



Asplenium septentrionale. Emilio Laguna

■ NOMBRES VULGARES

Catalán: herba prima (CT) [20,42,46-49].

■ DESCRIPCIÓN / HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Presenta las frondes hasta de 15 cm, con largo pecíolo y lámina con pocos segmentos lineares cubiertos de soros por el envés. Vive en rocas de carácter ácido, entre 100-3000 m. Fructifica de marzo a septiembre. Se encuentra en toda Europa y hasta Asia central, norte de África y oeste de Norteamérica. En España en la mitad norte y en Sierra Nevada.

■ CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

En el Montseny (Cataluña) se utilizaba en la elaboración de la **ratafia**, un licor hecho a base de plantas y frutos macerados normalmente en aguardiente, que se sigue elaborando según la receta tradicional [20,46]. Se tomaba como revitalizante. Actualmente se consume como licor digestivo después de las comidas o como bebida social por sus cualidades organolépticas. En esta misma comarca señalan que el **ganado** que es capaz de alcanzar las grietas de las rocas donde nace, come con deleite este helecho, por ejemplo **cabras y ovejas** [20].

La decocción de las frondes se tomaba para **depurar la sangre**, como **diurético**, **antiinflamatorio** y **depurativo renal** y como **antiprostático** [20,42,46]. Por sus propiedades diuréticas, en varias zonas de Cataluña se usaba como coadyuvante para dietas de **adelgazamiento**, combinada a veces con cola de caballo (*Equisetum arvense* L.). Durante la dieta se suministraba una taza de la decocción en ayunas todas las mañanas [20,47,49]. En la Cerdanya (Pirineo catalán) se usaba la decocción de la parte aérea para la **diabetes** [48].

Es conocido que crece entre las rocas [20,47]. En el Montseny ha sido un helecho muy apreciado y recolectado, a pesar de su escasez y dificultad de recolección [20].



Asplenium viride Huds.

GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

-

■ NOMBRES VULGARES

Castellano: h.elecha (AS); mermasangre (AR) [2,12].

■ DESCRIPCIÓN / HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Tiene frondes hasta de 20 cm, con pecíolo corto con raquis verde y pinnas ovadas, levemente dentadas y soros dispersos por los nervios laterales. Vive en roquedos calizos, entre 900-3300 m. Fructifica de mayo a septiembre. Se encuentra en gran parte del hemisferio norte, pero no está en África. En España en los Pirineos, montañas cantábricas y en Sierra Nevada.

■ CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

En el valle de Gistaín (Huesca), se utilizaba para **rebajar la sangre** y curar **constipados** [2]. Señalan que cuesta mucho cogerlo porque hay que subir hasta los puertos [16].

■ REFERENCIAS

1. Román Tendero 2012; 2. Palacín *et al.* 1984; 3. Nieto 1992; 4. Fernández 1981; 5. Esgueva & Llamas 2005; 6. Akerreta *et al.* 2013; 7. Fernández Ocaña 2000; 8. Velasco *et al.* 2010; 9. Menendez Baceta *et al.* 2014; 10. San Miguel 2004; 11. Guzmán 1997; 12. Lastra 2003; 13. Ferrández & Sanz 1993; 14. Akerreta *et al.* 2010; 15. Rivera *et al.* 2008; 16. Villar *et al.* 1987; 17. Akerreta 2009; 18. Rigat *et al.* 2013; 19. Rigat 2005; 20. Bonet 2001; 21. Agelet 1999; 22. Romero Franco *et al.* 2013; 23. Blanco *et al.* 1999; 24. Anllo 2011; 25. Blanco 1996; 26. Rivera *et al.* 1994; 27. Pardo de Santayana 2004; 28. Agelet & Vallès 2001; 29. Agelet *et al.* 2000; 30. Teofrasto 1988; 31. Laguna 1555; 32. Abū l-Jayr 2004-2010; 33. Ibn al-Baytār 1877-1883; 34. Quer 1762-1764; 35. Bonet 1991; 36. Parada 2008; 37. Perera López 2006; 38. Álvarez Escobar 2011; 39. García Jiménez 2007; 40. Perera López 2005; 41. Verde *et al.* 2000; 42. Bonet & Vallès 2003; 43. Bonet & Vallès 2007; 44. Moll 2005; 45. Pardo de Santayana 2008; 46. Bonet & Vallès 2002; 47. Selga 1998; 48. Muntané 1991; 49. Bonet *et al.* 1999.

