

ESPUNYIDELLA GROGA

Galium verum L.

[1753, Sp. Pl. : 107]

$2n = 22, 42, 44, 66$



Galium verum. Imatge de CARL AXEL MAGNUS LINDMAN

NOMS POPULARS

- Alemanys:** Echtes labkraut/Echte labkraut / Gelbes labkraut / Käse-labkraut / Labkraut / Liebfrauenstroh / Liebkraut / Mundfäulkraut / Sternkraut / Wahre labkraut / Wegekraut
- Anglès:** Lady's bedstraw/Cheese-rennet / Cheese-running / Lady's bedstraw / Lady's / Maid's-hair / Our lady's bedstraw / Petty mugget / True bedstraw / Yellow bedstraw / Yellow lady's bedstraw / Yellow spring bedstraw
- Àrab:** جويستة خضراء
- Aragonès:** lagrimera, cera virgen, cuajaleches, yerba sanjuanera
- Armeni:** Սսկարդախոտ իսկական
- Basc/Euskera:** ciabelarra, gatzagi-esne, legarr-bedarr, ziabelar hori, ziabelar horia, ziabelar-horia, ziabelarr.
- Castellà:** Cuajaleche/Cuajaleches / Galio / Hierba sanjuanera / Presera / Sanjuanera/agana/ flor de San Juan/ Hierba cuajadera/ Yerba de la grana
- Català:** Espunyidella groga/Quallallet/ Herba colera/Herba de la mel/ Herba del mató/ Herba de Sant Joan/ Herba dels talls/ Herba mosquera/ Herba nuada
- Danès:** Jomfru marias sengehalm/Gul snerre
- Eslovac:** Lipkavec syridlový
- Eslovè:** Prava lakot/Lakota prava
- Estonià:** Hobumadar
- Finlandès:** Keltamatar
- Francès:** Caille-lait jaune/Gaillet jaune / Gaillet jaune caille-lait jaune / Gaillet vrai
- Gaèlic:** Boladh cnis
- Gal·lès:** Briwydd fele/Brigau y twynau / Briger t twynau / Briger y twynau / Briwydden felen / Ceilion / Ceulion / Cywer y llaeth / Llys y cywer / Llysiau'r cywer / Llysiau'r panwyr / Y felynllys
- Gallec:** agana, agano, callaleite, coalha-leite, erva-coalheira, erva-do-coalho, espunidella groga, espunidera groga, herba d'o rodesno, herba d'o rodicio, herba da agana, herba do agano, herba do rodesno, herba do rodicio, herba dos aganos, herva col, herva colera, herva de mato, preseira, presoira, presoiro, rodesno.
- Hebreu:** דבקה אמתיית
- Holandès:** Geel walstro/Echte walstro
- Hongarès:** Tejoltó galaj
- Islandès:** Gulmaðra
- Italià:** Caglio zolfino/Erba zolfina
- Japonès:** せいようかわらまつば
- Norueg:** Frøyagress / Jomfru marias sengehalm / Marifegra / Melkeyste / Modra / Ystegress / Gul maure
- Persa/Farsi:** شیرپنیر
- Polonès:** Przytulnia właściwa
- Portuguès:** Coalha-leite / Erva-coalheira / Erva-do-coalho / Galião/ Erva coalhadeira / Erva-coalheira
- Rus:** Подмаренник настоящий
- Serbi:** Ивањско цвеће/Жута броцика / Ивањско цвеће/ Ivanjsko cveće/ Ivanjsko cvece / Žuta brocika
- Suec:** Honungsgräs / Jungfru marie sänghalm / Trätogräs / Gulmåra
- Turc:** Hakiki yoğurtotu / Sarı yoğurtotu / Yoğurtotu
- Txec:** Svízel syřišťový
- Ucraïnès:** Підмаренник справжній
- Xinès:** 蓬子菜/ 篷子菜

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA

Galium verum és una herba vivaç que forma mates denses de fins 1.2 m d'alçària, glabra o una mica pubescent, amb rel gruixuda força reptant, tiges de fins més d'1 mm de gruix, ascendents o dretes, de secció arrodonida, ramificades. Entrenusos basals més curts que les fulles, però els del mig o del cim de la planta fins 4 cops més llargs. Tiges pubèrules amb tricomes de fins a 100 micres retrorsos, o bé de 150-400 micres, encrespats. Fulles linears, de 5-25 × 0.3-4, mucronades, de marges recargolats cap avall, en verticils de 8-12 força separats. Però fulles basals de fins a 2.4 mm d'amplada i lanceolades i ja pansides quan la planta floreix. Flors d'un groc viu, amb olor com de mel, molt nombroses, en panícules llargues, estretes, dretes, de 6.5-38 cm. Pedicels fructífers divaricats, pubèruls, una mica més llargs que la flor o el fruit. Els de darrer ordre amb 2-3 flors. Bràctees de la inflorescència de primer ordre de 2-18 × 0.3-0.7 mm en verticils de 4-12, erectes o reflexes, similars a les fulles, pubèrules. Les de segon ordre de 1.7-6.5 × 0.3-0.7 mm en verticils de 2-8 similars a les altres. Bractèoles de 0.9-3.5 0.1-0.65 mm, 1-4 per nus, planes, glabres. Corol·la de 2-4 mm de diàmetre amb 4 lòbuls mucronats, amb tub de 0.3-0.5 mm i lòbuls de 1-2 mm triangulars-ovals obtusos o apiculats amb mucró de fins 0.3mm, sobre pedicels de 0.6-2.6 mm. Fruits menuts, glabres, llisos, sobre pedicels de 1.5-2.3 mm, pubèruls. Estams 4 amb filaments de 0.4-0.8 mm i antereres de 0.3-0.6 mm oblongues, grogues. Ovari de 0.5-0.7 mm, ovoide o oblong. Estil de fins 0.9 mm. Estigmes globosos o capitats. Mericarpi de 0.8-1.8 mm oblongs o ovoides, negrosos, glabres o amb tricomes de 200 micres, llisos o una mica arrugadets.

Dins el gènere és fàcil determinar aquesta espècie perquè no és pas anual, ennegreix a l'assecar-se, té més de 4 fulles per verticil, persistents, no rasposes, amb flors rotàcies, grogues, amb lòbuls apiculats i fulles sense glàndules epidèrmiques d'1 mm d'ample, ovari glabre.

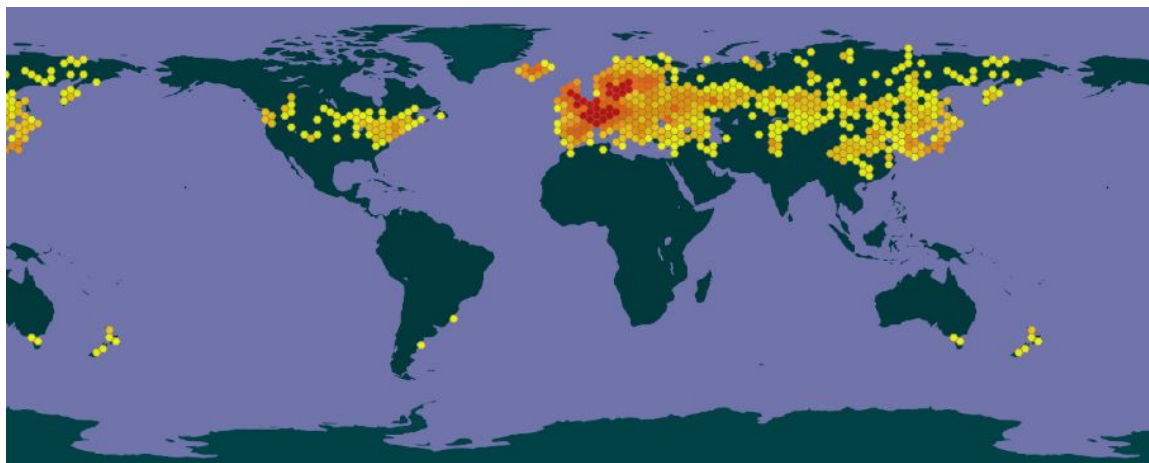
HÀBITAT I DISTRIBUCIÓ GEOGRÀFICA

Es fa en esquerdes rocoses adobades, o en prats grans poc adobats sobre sòls profunds, o en marges de camins amples herbosos, sempre en indrets ben assolellats i més aviat secs, però també en lleres de rius, marges de séquies, marges de bardisses. Poden acompanyar-lo:

Anthoxanthum odoratum
Arrhenatherium elatius
Brachypodium sylvaticum

Filipendula hexapetala
Origanum vulgare
Rubus caesius

Thymus serpyllum
Trisetaria flavescens
Vicia cracca



Galium verum al món, segons GBIF

Al món es fa a l'hemisferi Nord i també a Nova Zelanda. A la península es fa arreu llevat del SW, massa silícic. A Catalunya es fa a les muntanyes de Tarragona, i també a la Serralada Prelitoral, a la Serralada Transversal, Pirineus i els contraforts. Va des de la terra baixa fins l'estatge alpí. Abunda, per exemple, al Capcir, al peu de les pinedes de pi roig.

ESOTERISME

A Escandinàvia és coneguda com a herba de la deessa Frigg, que ajudava en els parts a tenir menys dolors, cas que se'n tinguessin. La planta es posava a sobre el jaç. Una altra versió relaciona la planta amb la Maredeu que la va posar al jaç del Nen Jesús perquè sabia que els porcs i les ases no la volen menjar, per més que els encanta a les vaques, i calma la son dels nens petits.

PROPIETATS MEDICINALS

- anticoagulant
- antiespasmòdica
- antioxidant
- cardioprotectora
- depurativa
- diürètica
- febrífuga
- immunomoduladora
- mucolítica
- preventiva de butllofes als peus (posant-l'hi)
- repel·lent de mosques
- sedant (presa o posant-la a la coixinera)
- sudorífica
- vulnerària (+ mantega)

USOS MEDICINALS

- abscessos
- acne
- afonia
- anèmia
- angina de pit
- barbs
- càncer de laringe
- càncer de llengua
- càncer de pell (de coll i cap)
- càncer de timus
- càncer de tiroides
- *Candida* sp.
- cistitis
- convulsions
- corea
- dermatitis
- diarrea
- dolors als braços UE
- edemes
- enteritis
- erisipela
- espasmes
- estómac delicat
- ferides
- fetge delicat
- furúncols
- gastritis
- goll (gargarismes)
- hemorràgies
- histèria
- indigestions
- mal als peus
- melsa delicada
- metritis
- nafres
- pàncreas delicat
- pell resseca
- polls al cabell
- refredat
- retenció d'orina
- ronyons delicats (+ *Solidago* + *Lamium galeobdolon*: infusió a 80°C només)
- tumors al paladar
- úlceres canceroses

PREPARATS

Curiosament és de les poques plantes que millora si s'asseca malament. Si mentre s'ha estès per assecar-la a l'exterior rep aigua de pluja i després s'asseca una segona vegada, aquesta fermentació l'ajuda a atènyer més propietats medicinals.

Per quallar la llet de cara a fer mató es posa com si fos herba-col un grapatet de la planta en remull en aigua tèbia durant 2 hores i després s'afegeix aquesta aigua a la llet (crua).

Per tenyir els teixits de vermell s'empra la rel, i per tenir-los de groc les flors. Sempre amb alum com a mordent.

PRINCIPIS ACTIUS

- 1,3-dihidroxi-2-metil-antraquinona
- 2-hidroxi-1,3-dimetoxi-antraquinona
- 2-hidroxi-1,3-dimetoxi-antraquinona
- 2,5-dihidroxi-1,3-dimetoxi-antraquinona
- àcid cítric
- àcid clorogènic
- àcid gàl·lic
- àcid rubifòlic
- àcid rubiclòric
- àcid silícic
- àcid tànnic
- àcid ursòlic
- agents tànnics
- aldehid ursòlic
- antraquinona
- asperulòsid
- aucubina
- clorogenina
- derivats de l'àcid hidroxi-cinàmic 4%
- epi-pinoresinol
- fiscion
- flavonoides 0.4%
 - 3,5,7,3',4',3'',5'',7'',3''',4'''-decahidroxil-[8-CH(2)-8'']-biflavona
 - diosmetina
 - diosmetina-7-O-alfa-l-rhamnopiranosil-(1-2)-[beta-D-xilopiranosil-(1-6)]-beta-D-glucopiranosid
- diosmetina-7-O-beta-D-glucopiranosid
- iso-rhamnetina
- iso-rhamnetina-3-O-alfa-L-rhamnopiranosil-(1-6)-beta-D-glucopiranosid
- quercetina-3-O-beta-D-glucopiranosid
- rutina
- glucòsids
- iridoides
- iso-rhamnetina
- medio-resinol
- oli essencial
- pinoresinol-4,4'-O-bois-beta-D-glucopiranosid
- piperlongumina
- piperonal
- polifenaols 4%
- polisacàrids 6-5%
- quercetina-3-O-beta-D-glucopiranosid
- rutina
- saponines
- tanins
- vainillina

OLI ESSENCIAL

- 2-metil-benzaldehid 26% FUL
- germacrè D 28 % FLO

MÉS INFORMACIÓ

Pàgines 35,36 i 37 de l'obra de MARIA TREBEN: «Salud de la botica del Señor». Ed. Ennsthaler, Steyer (Àustria). (1999)

<https://latierraquepisamos.files.wordpress.com/2016/02/maria-treben-salud-de-la-botica-del-sec3blor.pdf>

