

# PULMONÀRIA



Les plantes d'aquest gènere tenen les fulles una mica peludes, oblongues, agudes a la punta, i amb taques blanques a tot al limbe. Per la teoria de la signatura, aquestes taques recorden les dels pulmons afectats per la tuberculosi o malalties similars, i indiquen que la planta guarirà malalties pulmonars.

Pertany a la família de les boraginàcies. És una planta vivaç, que manté la soca gruixuda viva a l'hivern. Les flors són de color entre blau fosc i vermelloses. No tenen escates a l'interior, però sí 5 grups de pèls. Els raïms de flors van acompanyats de fulletes. La corol·la tubular és estreta i s'eixampla bruscament a l'àpex. El calze té els 5 lòbuls més curts que el tub. Els 4 carpels són llisos. Els 5 estams alternen amb els grups de pèls i són inclosos dins el tub de la corol·la.



## *Pulmonaria officinalis*

Detall dels tricomes de les fulles. El diàmetre mitjà va de les 10 a les 20 micres. La base pot arribar a les 50 micres. La longitud sol anar de 0.4 a 1 mm.



A Catalunya hi ha dues espècies. *Pulmonaria affinis* té el limbe foliar ample, oval-oblong, sobtadament contret a la base, i el pecíol estretament alat, més llarg o poc més curt que el limbe. Pota arribar a fer 50 cm d'alçada. Es troba més estrictament a la zona pirinenca. *Pulmonaria longifolia* té les fulles amb limbe insensiblement atenuat. El pecíol és alat i molt més curt que el limbe, que és estret. Pot arribar a fer 40 cm

d'alçada. Es troba a la zona pirinenca, prepirinenca i, més enllà, cap a la zona cantàbrica. Ambdues es fan al peu de petits relleixos de les roques o a les clarianes del bosc humit. A la Fenolleda —comarca del Rosselló, tocant al Conflent i a l'Aude, que alguns habitants consideren part de Catalunya— hi ha *Pulmonaria officinalis*. Té les fulles contretes brusquement, essent les radicals ovals i escotades en forma de cor a la base. Pot arribar a fer 30 cm d'alçada. Normalment els majoristes la compren als països balcànics (Iugoslàvia, Romania). Alguna vegada s'hi ha barrejat *Pulmonaria mollis*. Es distingeixen ambdues per la prova de l'hiperòxid en cromatografia de capa fina.

Si bé hi ha botànics que reconeixen a l'àrea boreoalpina late-europea només una vintena d'espècies (principals), segons la base de dades del Kew Garden (IPNI), n'hi hauria un centenar (comptant les menors).

NOMENCLATURA: (en negreta, les presents a Catalunya)

***Pulmonaria L.*** -- Sp. Pl. 1: 135. 1753 [1 May 1753] (IK)

*Pulmonaria affinis* Jord. -- Cat. Jard. Dijon (1848), 13. (IK)

*Pulmonaria longifolia* Bast. ex Boreau -- Fl. Centre France, ed. 3 [Boreau] 2: 460. 1857 (IK)

*Pulmonaria longifolia* Bast. ex Boreau subsp. *cevenensis* Bolliger -- Pulmonaria in Westeuropa (Phanerogam. Monogr., 8) 50 (1982). (IK)

*Pulmonaria longifolia* Bast. ex Boreau subsp. *delphinensis* Bolliger -- Pulmonaria in Westeuropa (Phanerogam. Monogr., 8) 57 (1982). (IK)

*Pulmonaria longifolia* Bast. ex Boreau subsp. *glandulosa* Bolliger -- Pulmonaria in Westeuropa (Phanerogam. Monogr., 8) 61 (1982). (IK)

*Pulmonaria mollis* Wolff ex F.Heller -- Fl. Wirceb. Suppl., 13. 1815 (IK)

***Pulmonaria officinalis L.*** -- Sp. Pl. 1: 135. 1753 [1 May 1753] (IK)

*Pulmonaria officinalis L.* subsp. *marzolae* G.Astuti, Peruzzi, Cristof. & P.Pupillo -- Phytotaxa 186(3): 155. 2014 [27 Nov 2014] [epublished]

Des del punt de vista medicinal, hom suposa que totes les espècies de *Pulmonaria* han de tenir els mateixos principis actius i les mateixes propietats, aproximadament, que la *Pulmonaria officinalis*.

**NOMS POPULARS** Associació Jardí Botànic  
Plantes Medicinals de Gombren

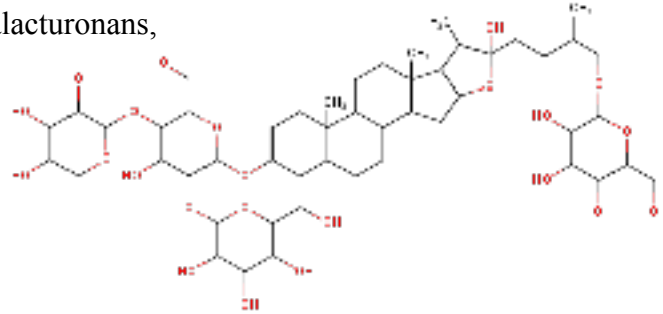
CATALÀ: Freixurera, Fulles de la Mare de Déu, Herba Anginera, Herba de la Freixura\*, Herba Freixurera, Llet de Maria, Pulmonària. [\*NOTA: la freixura són els pulmons.]

ANGLÈS: Lungwort, Jerusalem Sage.

## PRINCIPIS ACTIUS

- Àcid silícic
- Àcids fenòlics (clorogènic, rosmarínic)
- Àcid gàl·lic (2.5-3 % (sobre fulla seca)
- Àcids grassos (estearic, palmític, miristínic)
- Àcid silícic (2.5%)
- Àcids resínics
- Al·lantoïna (ciclitols)
- Alcaloides pirrolizidíns (possiblement només traces)
- Alcohol cerílic
- Calci
- Coure

- Ferro
- Fitosterina
- Flavonoides 0.4% (astragalina, isoquercitrina, kaempferol, hiperosid, quercetina, quercetol, quercitrina, rutina)
- Flobafè
- Fòsfor
- Fructans
- Glicopèptid (anticoagulant)
- Manganès
- Matèria inorgànica (15%) [La planta pot acumular selectivament Coure, Fòsfor, Ferro i Manganès]
- Mucíl·l·ags (arabinogalactans, poligalacturonans, rhamnogalacturonans)
- Oficinalisina II: cf. imatge →
- Polifenols
- Polisacàrids heterogenis
- Potassi
- Rosaponina
- Saponina (poc hemolítica)
- Tanins (10%)
- Vitamina A
- Vitamina C
- Vitamina D (ergosterol).



## PROPIETATS

- Antibiòtica
- Antigonadotròpica (anticonceptiva)
- Antihemorràgica
- Antiinflamatòria
- Antioxidant (almenys contra peroxinitrits)
- Antiespasmòdica
- Antituberculosa
- Astringent
- Bèquica
- Cicatritzant
- Diürètica
- Emol·liant
- Fluïdificant
- Immunostimulant
- Pectoral
- Protectora del teixit conjuntiu
- Remineralitzant (cabell, ossos, pell, ungles)
- Secretagoga de vies respiratòries
- Sialagoga
- Sudorífica
- Vulnerària

**AFECCIONS QUE SOL GUARIR (UE= ús extern)**

- Acne UE
- Afonia
- Aftes bucal UE
- Al·lèrgies respiratòries
- Amigdalitis
- Asma (cataplasma sec, homeopatia, tisana)
- Blennorràgia
- Boca seca
- Bronquiectasi
- Bronquitis
- Càlculs renals
- Càncer de pulmó
- Catarro
- Cistitis
- Conjuntivitis UE
- Contusions UE
- Diarrea (homeopatia)
- Disenteria (homeopatia)
- Displàsia pulmonar
- Durícies
- Emfisema pulmonar
- Enteritis UE
- Esquerdes a la pell UE
- Faringitis UE (gàrgares)
- Febre
- Ferides UE
- Furúncols UE
- Gastritis
- Gingivitis UE
- Glossopeda (al bestiar)
- Gota UE
- Grip
- Hemoptisi
- Hemorroides UE
- Herpes UE
- Incontinència urinària
- Irritabilitat
- Mal de coll
- Nefritis
- Ossos trencats
- Osteoporosi
- Palpitacions
- Penellons UE
- Pulmonia
- Pulmonitis
- Reuma
- Ronquera
- Tabaquisme
- Tatxes a la boca (=aftes)
- Tos
- Tos ferina
- Traqueïtis
- Tuberculosi
- Úlcères a la llengua
- Uretritis

Associació Jardí Botànic  
Plantes Medicinals de Gombrèn

**AVÍS:** degut a que alguns suposen que a vegades la planta conté alcaloides pirrolizidínics —de cadena oberta—, els experts aconsellen no prendre'n més de 9 dies seguits. En tot cas, aconsellen no prendre'n si estàs embarassada o dones el pit. Tampoc seria aconsellable per als qui pateixen del fetge.

### PREPARATS

- Amanida (barrejada) (amb oli i suc de llimona)
- Barreja pectoral de MARIA TREBEN: *Plantago major* + ***Pulmonaria*** + *Tussilago farfara* + *Veronica officinalis* + sucre candi. Bullir uns 5 minuts i reposar 10.
- Barreja pectoral de l'Empordà: *Abies alba* (brots) + *Malva sylvestris* + *Plantago major* + ***Pulmonaria*** + *Sambucus nigra* (flor). Bullir uns 5 minuts i reposar 10.
- Càpsules de planta en pols micronitzada.
- Decocció: bullir la planta (seca) 3 g/ ½ L durant uns 2-3 minuts. Reposar 15 minuts. Prendre durant el dia.
- Extracte fluid (2-4 mL al dia).
- Extracte sec
- Farcits
- Puré (amb mantega)

- Sopes
- Suc: una culleradeta petita al dia.
- Tintura 40 gotes x 3 cops al dia.
- Tisana: per a nen petits, deixar en infusió uns 10 minuts (sense seguir bullint) una culleradeta de la planta seca per tasseteta.
- Verdura cuita (fulles)
- Vermut
- Vi: posar les flors dins el vi per aromatitzar-lo.
- Xarop (Anís + Farigola + Liquen Blanc + **Pulmonària** + Regalèssia + aigua + mel)



Associació Jardí Botànic  
Plantes Medicinals de Gombren