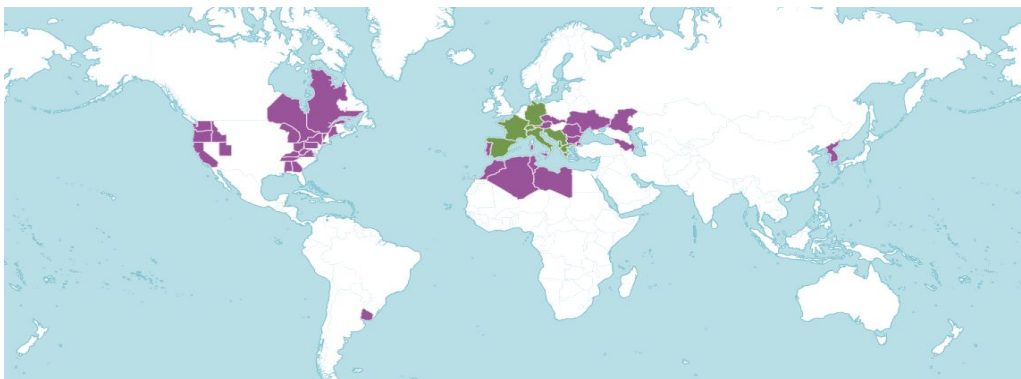


***SALVIA OFFICINALIS* L.**

Salvia officinalis L. [1753, Sp. Pl. : 23] $2n = 14$
(Família Lamiàcies o Labiades)

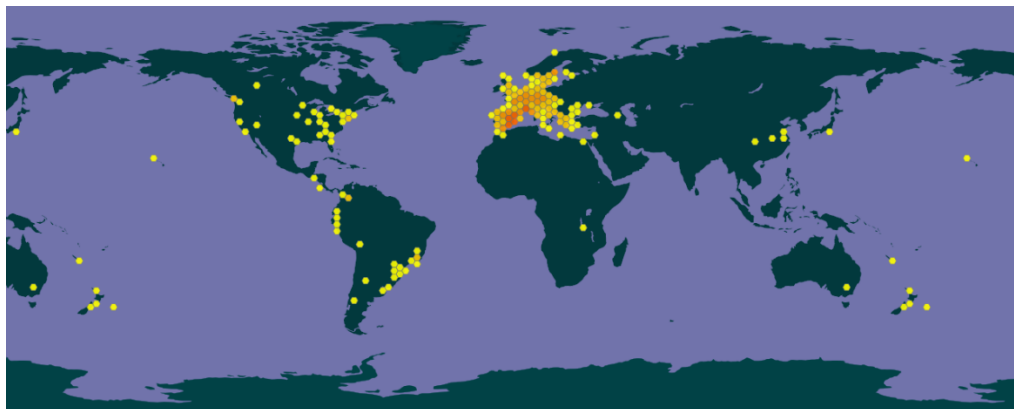


Il·lustració de KÖHLER



Salvia officinalis L. autòctona (en verd) o al·lòctona (en lila) al món, segons Plants of the World (Kew Garden)

Distribució de la **Salvia officinalis** L. segons the Global Biodiversity Information Facility



NOMS POPULARS DE LA SALVIA OFFICINALIS

Alemanys: Salbei, Echtersalbei, Edelsalbei, Gartensalbei, Altweiberschmecken / Echte salbei / Edelsalbei / Gschmackblatteln / Kreuzsalbei / Königssalbei / Muskatellerkraut / Salbei / Salf / Salfat / Salser / Scharleikraut / Selve / Sälvel / Zaffe / Zuffen / Zupfblatteln

Àrab: تفاح الشاهي / شاهي درنة / شاي الجبل / قصعين طبي أو مريمية

Armeni: եղեսպակ (egesfak)

Anglès: Sage, Sawge/ Culinary sage / Dalmatian sage / Garden sage / Golden sage / Kitchen sage / Purple sage / Red sage / Sage herb

Búlgar: chaj gradinski [чай градински]

Castellà: salvia blanca, salvia real, salvia oficinal, celima, hierba del mundo, mermasangre, savia, selima, salima fina, té de Grecia (ssp. *triloba*), hormigón de España, salvia oficinal, salvia real, salvia salvaje, salvia silvestre.

Català: Sàuvia, Sàlvia

Francès: Sauge Commune

Gallec: Salva, Erva-sacra, Cha-da-europa, Sarxa, Xarxa

Grec: Elelisphacos / Φασκόμηλο / Φασκομηλία / Φασκομηλιά / Φασκόμηλο δαλματίας

Hebreu: מרווה / רפואית מרווה

Hongarès: Orvosi zsálya

Italià: Salvia domestica

Polonès: Szalwia lekarska

Portuguès: Salva-das-boticas / Salva-comun/ Chá-da-Europa / Chá-da-França, Chá-da-Grècia / erva-sacra / grande-salva / salva/ salva-brava/ salva-da-Catalunha / salva-das-boticas / salva-mansa / salvetta

Rus: Shalfei Liekarstviennii

Turc: Adaçayı / Şifalı adaçayı / Tibbi adaçayı / Tıbbi adaçayı

Vasc/ euskara: Sobe, Zauri-Belar, Salbia, Sauia, Salbia sendakari

LITERATURA

- **Anglès:**

—«He that would live for aye must eat butter and sage in May»—.

—Cançó de SIMON & GARFUNKEL: «Scarborough Fair»—

<https://www.youtube.com/watch?v=-BakWVXHsug>:

«Are you going to Scarborough Fair?
Parsley, sage, rosemary and thyme
Remember me to one who lives there
For once she was a true love of mine
Have her make me a cambric shirt
Parsley, sage, rosemary and thyme
Without no seam nor fine needle work
And then she'll be a true love of mine

Tell her to weave it in a sycamore wood lane
Parsley, sage, rosemary and thyme
And gather it all with a basket of flowers
And then she'll be a true love of mine

Have her wash it in yonder dry well
Parsley, sage, rosemary and thyme
where water ne'er sprung nor drop of rain fell
And then she'll be a true love of mine

Have her find me an acre of land
Parsley, sage, rosemary and thyme
Between the sea foam and over the sand
And then she'll be a true love of mine

Plow the land with the horn of a lamb
Parsley, sage, rosemary and thyme
Then sow some seeds from north of the dam
And then she'll be a true love of mine

Tell her to reap it with a sickle of leather
Parsley, sage, rosemary and thyme
And gather it all in a bunch of heather
And then she'll be a true love of mine

If she tells me she can't, I'll reply
Parsley, sage, rosemary and thyme
Let me know that at least she will try
And then she'll be a true love of mine

Love imposes impossible tasks
Parsley, sage, rosemary and thyme
Though not more than any heart asks
And I must know she's a true love of mine

Dear, when thou has finished thy task
Parsley, sage, rosemary and thyme
Come to me, my hand for to ask
For thou then art a true love of mine.»

- **Castellà:** «Salvia salvadora, de la naturalesa conservadora, ¿porqué un hombre ha de caer muerto, si tiene salvia en su huerto?»
- **Català:** —«Qui té sàlvia dins l'hort, gran remei té a prop»—.

«Sàlvia jardinera» [JOSEP CARNER]:

«¡Oh flor de sàlvia, cosa divina,
blanca i morada, reina i benigne!
Véns a l'octubre per a sentir
que el cel s'esblaimi, que es dolgui el bri,
que s'arrauleixin les branques tortes
i que s'escampin les fulles mortes
en jardí.

¡Oh flor de sàlvia, cosa divina,
tan vellutada, tan femenina,
saps la ventada i el seu udol
(¡ai, la ventada que amaga el sol
i les carreres d'hivern afressa!
ets poesia de poetessa,
clara en el dol».

- **Francès:** —«Qui a de la sauge dans son jardin, ne laisse pas mourir son voisin»—.
- **Llatí:**
—«Cur moriatur homo cui Salvia crescit in horto? / Contra vim mortis non est medicamen in hortis»—.
—«Salvia cum ruta faciunt tibi pocula tua»—. [La ruda plantada al costat de la sàlvia fa que aquesta es pugui beure, per absència de petits animals que la ruda foragita].

Llegenda: Quan la Mare de Déu va haver de fugir amb el Nen Jesús, va demanar ajuda a totes les flors de camp; però cap li va concedir empara. En això que es va inclinar cap a la Sàlvia i va veure que hi podia trobar refugi. A sota de les fulles espesses es va amagar amb el nen, i així va estar ben protegida. Els esbirros d'Herodes van passar de llarg i no la van veure. Un cop acabat el perill, la Mare de Déu va sortir i, plena d'amor i gratitud, li va dir a la planta: «des d'avui i fins a l'eternitat seràs la flor preferida de l'home. Et dono la virtut per curar tots els seus mals; salva'ls de la mort, com ho has fet amb mi».

HISTÒRIA

A l'Antic Egipte la Sàlvia s'emprava per a promoure la fertilitat de les dones. TEOFRAST D'ÈRESOS (segle IV/III a. C) coneixia la planta amb el nom d'*elelispakon*, i aleshores ja es cultivava vora les cases com a medicinal, per allunyar els mals esperits, per protegir la fertilitat de les dones i per tractar les mossegades de serps i altres bestioles. M.V. AGRIPA (segle I a. C.) en deia l'herba sagrada, perquè el seu suc feia que les dones fossin plenament fèrtils. PLINI EL VELL (segle I) coneixia la planta amb el nom ja de sàlvia. Els romans l'empraven també com a diürètica, anestèsica local i astringent. DIOSCÒRIDES (segle I) la recomanava com a diürètica, hemostàtica, emmenagoga, ecbòlica, i tònica, a més de vulnerària per guarir nafres malignes, aturar els picors genitals, desintoxicar del verí de les picades de serps; i com a cosmètica per enfosquir el cabell canós. CARLEMANY (segle VIII/IX) imposava el seu cultiu als horts botànics dels monestirs. Al segle XIV, i potser gràcies a MARCO POLO, a la Xina es comença a emprar la *Salvia officinalis* com a substitut europeu del ginseng.

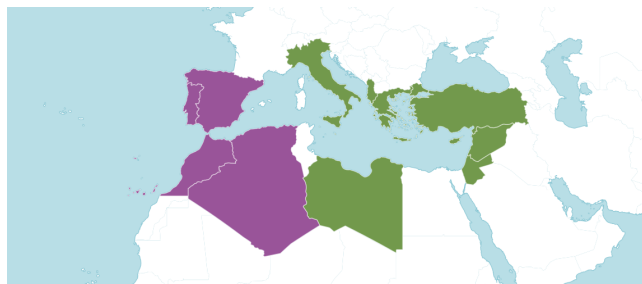
DESCRIPCIÓ BOTÀNICA

Dins la família de les Labiades, el gènere *Salvia* es distingeix perquè la corol·la té dos llavis ben marcats. Els estams són més o menys exerts, 2 fèrtils, i 2 avortats; i les fulles són oblongues, planes, peciolades; i el filet dels estams està dividit en dues branques arquejades al capdamunt. El gènere compta amb unes 900 espècies, la meitat de les quals és a Hispanoamèrica. Les espècies de la península hispànica tenen pèls tectors, pèls glandulífers (columna multicel·lular i pom unicel·lular), i glàndules esferoïdals sèssils o una mica pedunculades (columna unicel·lular i pom ja sigui unicel·lular, ja pluricel·lular). Hi ha un grup d'espècies subarbastives, perennifòlies, amb tiges llenyoses a la base, i un altre molt nombrós d'espècies totalment herbàcies, vivaces. A la península hispànica, dins el grup de les subarbastives hi ha:

—**S. candelabrum** Boiss. [*Matagallo Macho*]: (planta de fins a 2 m d'altura; fulles enteres, calze bilabiat, pèls glandulífers abundants de 0.2-1.2 mm, corol·la de més de 30 mm; inflorescència molt oberta en cima, amb 3 flors a l'extrem de les llargues rames). És de la

zona de Màlaga. Fa olor com a aiguarràs. S'empra com a febrífuga. És semblant a la espècie típica però més alta i gruixuda i forta. Fulles de 10 cm.

—***S. fruticosa*** Mill. (= ***triloba*** L. fil.) (Fins a 1.5 m d'altura; fulles oblongues, peciolades, amb 3-5 segments, amb marges crenulats; blanques per sota; calze dèbilment bilabiat, porpra; corol·la de 15-30 mm amb anell interior de pèls a la base del tub). És de la zona del Mediterrani oriental, però cultivada a Espanya (Algeciras, Ubrique), zona Sud de Portugal, Marroc i Argèlia. va ser citada per ESTANISLAU VAYREDA a Castelló d'Empúries. Té les fulles molt densament llanoses, especialment a la cara inferior, i dividides en dos o quatre lòbuls laterals petits a la base del peciol. De fulles oblongues lanceolades a l'apex i de làmina una mica ondulada als marges. Tiges joves de secció quadrada i peciols també recoberts per un toment blanc. El seu oli essencial conté poca thujona (5%) i molt cineol (60%). Planta especialment rica en àcid rosmarínic, salvigenina, carnosol, i àcid ursòlic. Sol ser importada de Turquia i sovint substitueix l'espècie típica als herbolaris. I ha un híbrid entre *S. fruticosa* x *S. officinalis* (= ***Salvia x auriculata*** Mill.)



—***S. lavandulifolia*** Vahl (= ***S. officinalis* ssp. *lavandulifolia***): [Estepera, Herba Sàvia, Sàlvia d'Aragó, Sàlvia Femella, Sàlvia Mascle, Sèlvia/ *Blanquilla*, *Jalvia*, *Manisierva*, *Mermasangre*, *Salvia de Aragón*, *Salvia de España*, *Salvia de la Alcarria*, *Salvia Fina*, *Salvia Menor*, *Selmia*]. (Fulles enteres o amb 2 aurícules a la base, calze regular dèbilment bilabiat amb dents bruscament estretides em punta llarga, flors subsèssils en verticils densos). És de la zona mediterrània de muntanya de l'interior del llevant espanyol. Mata de fulles estretament lanceolades fins a poc més de 10 cm de la base. Flors subsèssils formant verticils densos. Calze regular amb 5 dents gairebé iguals, tot ell amb puntets (glàndules), dèbilment bilabiat, amb dents triangulars estretides a la punta. Pràcticament no conté thujones; fa olor camforada. Com a principi actiu que la caracteritza hi ha la salvigenina i els seus derivats. ***Salvia lavandulifolia*** s.l. arriba a 70 cm d'alçada com a molt. Fulles simples (molt rarament pinnades), amb pèls glandulífers de 0.2- 0.6 mm, i pèls tectors de 0.2-2 mm; i amb glàndules esferoïdals sèssils. Limbe foliar de 1-5 x 0.4- 2.5 cm, el·líptic lanceolat agut o subobtús. Inflorescència de 5-25 cm. Espiciforme, simple (a vegades ramificada). Calze de 8-14 mm, regular, tubular campanulat, amb indument dens, i amb dents de 3-5 x 2-4 mm, triangulars, acuminades. Corol·la de 25-30 mm, de color entre rosa i violeta. 2n=14. Diürètica, sedant, antiasmàtica, aperitiva, febrífuga, antireumàtica, analgèsica, estomacal, descongestionant de vies respiratòries altes. Hi ha un híbrid entre *S. vellerea* i *S. officinalis* (= ***Salvia x accidentalis*** Sánchez Gómez & Ramon Morales). De ***Salvia lavandulifolia*** se n'han descrit les subespècies següents:

- **approximata (= lavandulifolia)** és del centre i Est d'Espanya. Calze 5-8 mm.
- **blancoana**, és de la Sierra de Cazorla i voltants.
- **mariolensis**, és d'Alacant.
- **oxyodon**, és de Granada i voltants.
- **pyrenaeorum**, és típica del Boumort. Similar a subsp. **approximata** però calze de 8-10 mm
- **vellerea**. (Cuatrecasas) Rivas Goday & Rivas Martínez [Mariselva] és del SE (Granada) i del llevant espanyol (Alacant, Castelló, Tarragona).

Clau (L. SAÉZ/ Flora Iberica) per a les subespècies de **S. lavandulifolia**

- 1.- calze glabrescent o amb pèls tectors majoritàriament antrorsos, sense pèls glandulífers.....2
—calze amb pèls tectors més o menys patents, i amb pèls glandulífers.....3
- 2.- calze (5-10 mm) normalment força pilós; dents del calze < 3 mm, aristatssubsp. **lavandulifolia** (calze 5-8 mm) & (calze 8-10 mm) **pyrenaeorum**
—calze glabrescent; dents > 3 mm, molt acuminats.....subsp. **oxyodon**
- 3.-inflorescència oberta, ramificada; bràctees persistents; calze amb molts pèls glandulífers; corol·la 25-40 mm.....subsp. **blanocana**
—inflorescència espiciforme, o poc ramificada; calze amb molts pèls tectors i glandulífers; corol·la de 21-30 mm.....4
- 4.- bràctees persistents; calze amb dents de 3-5 mm.....subsp. **vellerea**
—bràctees caduques; calze amb dents de 0.7-2.2 mm.....subsp. **mariolensis**

S. officinalis (fulles enteres, pocs pèls glandulífers, calze bilabiat amb llavi superior tridentat i dents lanceolades alenades, flors pedicel·lades en verticils laxes, anell interior de pèls a la base del tub de la corol·la). Dins *S. officinalis*, la varietat **minor** seria la silvestre. Arriba a mig metre d'altura (comptant les tiges floríferes) estant les fulles concentrades a la base. La var. **major** seria la cultivada i pot arribar excepcionalment a 1 m d'alçada. A més, hi ha uns quants cultivars de jardí: *alba*, *berggarten*, *icterina*, *purpurascens*, *tricolor*. La tija de **Salvia officinalis** és llenyosa i una mica postrada en el seu origen. Després, molt ramificada, amb la majoria de branques verticals i tomentoses, especialment a la part distal. Pèls tectors de 0.2-1.5 mm, i glàndules esferoïdals sèssils. Fulles simples, enteres, oposades, de sabor càlid picant, amargant; de forma variable, entre lanceolades i oblongues, fisionades i amb una o dues aurícules a la base. Limbe de 1.8-7.7 x 0.8-3 cm; peciol de 0.4-5 cm, sempre més curt que el limbe, i quasi nul a les fulles superiors. Fulles sempre tomentoses blanquinoses, amb pèls corbats de 0.2-1.5 mm, i glàndules esferoïdals sèssils. Les flors clarament pedicel·lades són d'un blau anyil, netament bilabiades, de 2 a 3 cm, 2 a 3 vegades més grans que els calzes. Calzes pubescents no puntuat-glandulosos, però sí netament bilabiats (llavi superior quasi en angle recte), amb 17 nervadures, amb dents fusiformes. Calzes de 10-14 mm, bilabiats, lleugerament campanulats, verds o porpra, amb pèls tectors antrorsos de 0.2-1.2 mm, i amb glàndules

esferoïdals sèssils.; amb el llavi superior tridentat, aplanat en la fructificació, amb dents laterals de 5 mm, i el central de 2-3 mm, triangulars acuminats; i llavi inferior bidentat, amb dents de 3-4 mm, triangulars lanceolats, acuminats. Corol·la de 15-25 mm de color entre rosat i blau, amb llavi superior força recte, comprimit pels costats, amb tub de 8-14 mm, força recte, amb un anell interior de pèls a la base. Inflorescències de 10-40 cm, simples o amb 2 rames oposades a la base, amb verticil·lastres inferiors amb 4-12 flors. Bràctees de 23 x 7 mm, ovalades, acuminades, persistents, verdes o tenyides de porpra. Pedicels de 2-4 (10) mm, no comprimits, més o menys erectes o patents. Dos estams, cadascun amb només mitja antera, molt prominents, i dos amagats en el tub de la corol·la. El connectiu pot estar dilatat d'una banda (la que no porta antera per haver estat avortada). Inflorescència laxa, amb flors clarament pedicel·lades. Núcules de 2-2.5 x 1.8-2.5 mm subgloboses, de color marró fosc. Hàbitat: es fa en matollars àrids del llevant de la península hispànica, especialment en terrenys calcaris poc compactes, i fins en terrenys guixosos. És originària dels Balcans.

-Salvia officinalis ssp. minor (C.C. Gmelin) Gams in Hegi (**=gallica** W.Lippert). Llavi superior del calze tridentat; corol·la entre rosada i lilosa, calze molt poc reticulat, poc bilabiat.

-Salvia officinalis ssp. multiflora: dels Balcans i cultivada a l'Argentina. Contra el raquitisme en nens.

-Salvia officinalis ssp. officinalis (=major Gams in Hegi) (**=tomentosa** (Miller) P. Fourn.). Cultivada als jardins. Conté thujones epileptitzants.

Altres espècies del gènere **SALVIA** amb fulles estretes, blanquinoses i aromàtiques:

- **-Salvia apiana** Jeps. [*Salvia Blanca*]: del SW dels EEUU. Pot fer més d'1 m d'alçada. Fulles de 4 a 8 cm de longitud, lanceolades, amb marges dentats. Flors de 12-22 mm blanquinoses, amb betes blaves. Contra: indigestions, infeccions pulmonars; i com a depuratiu de l'aire i dels mals esperits (fumigacions).
- **-Salvia phlomoides** Asso [Maro]. Calze amb puntes rígides, fulles oblongo-linears. Del SE espanyol. Fulles basals entre oblongo-el·líptiques i linear-lanceolades. Flors blanques. Se n'ha descrit una subespècie: **boissieri** (amb fulles superiors linear-lanceolades, bràctees porpra; corol·la entre rosada o blavosa). Emprada contra dermatitis o infeccions.

Espècies de *Salvia* cultivades als jardins, molt diferents:

- *Salvia farinosa*: flors blaves en inflorescències compactes allargades, mata baixa.
- *Salvia leucantha*: flors blanques i flors blaves, mata alta arbustiva.
- *Salvia microphylla*: flors vermelles en inflorescències menudes, mata alta arbustiva.
- *Salvia splendens*: flors vermelles en inflorescències grans, mata baixa.

Espècie de *Salvia* centreamericana molt coneguda (per les llavors) en dietètica com a «CHÍA»: *Salvia hispanica*.

CULTIU DE LA SALVIA OFFICINALIS

S'adapta bé a diferents sòls. Tolera inclús el guix. Prefereix sols calcaris poc compactes i assolellats. En cultius urbans agraeix un 0.6% de polímer d'hidrogel al substrat, per resistir millor la sequera. És curiós que essent una planta de secà toleri bé la inundació durant mesos. Però un cop acostumada a la humitat permanent ja no tolera després la sequera o la tolera molt mala ment, essent víctima aleshores de *Fusarium monoxysporum* i/o *Sclerotinia sclerotiorum*.

Pot reproduir-se per llavors, esqueixos, capficats o per divisió de peus. Mil llavors pesen una mica més de 8 grams, i germinen en un 85 % a 25 °C en càmera climàtica en 20 dies. Absorbeixen un 50% en pes d'aigua. Per augmentar i accelerar la germinació valen ajudes com àcid giberèl·lic al 1 per mil, un camp magnètic de 15 mT, o irradiació amb làser de 650 nm a 200 mW. La sembra es fa en planter o en terreny definitiu si no és massa sec. Esqueixos de 12 cm amb 4 borrons, plantats a 4 x 40 cm, en viver. En la plantació calen almenys dues bines i dues escardes. Els romans recomanaven plantar-la al costat de mates de ruda. Les rels inoculades amb rizobacteris (*Pseudomonas fluorescens* i *P. putida*) faciliten que la planta sigui més robusta i més productora de principis actius. Inoculant-les amb *Agrobacterium rhizogenes* produeixen més àcid rosmarínic. La salinitat de l'aigua de reg afecta la composició dels principis actius volàtils de les plantes de *Salvia officinalis*. Un mes regant amb aigua amb 100 mM de clorur sòdic fa que les plantes continguin molt més 1,8 cineol, càmfora i beta-thujona. En canvi fa que s'abaixin les concentracions de borneol, viridiflorol. Les de manool no queden afectades. Salinitats menors de l'aigua de rec no afecten totes aquestes concentracions. Però regant amb aigua amb 75-100 mM de NaCl, això fa incrementar les concentracions de carnosol i d'àcid 12-O-metoxi-carnòsic. Amb tot, una salinitat de 50 mM (de NaCl) ja no altera res d'això. Per altra banda, 10 microM de cinetina fan que la planta resisteixi millor la salinitat del sòl. En cultius *in vitro*, els brots creixen més a poc a poc amb 150mM de salicilat sòdic, però contenen més àcid rosmarínic i carnosol però la meitat d'àcid carnòsic (que de carnosol). La planta pot sucumbir a l'atac del fong *Phytophthora cryptoea*. O pot estar infectada superficialment amb *Golovinomyces biocellatus*. No semblaria adient sembrar ni enciam (*Lactuca sativa*), ni Murritort (*Lepidium sativum*), ni Raves (*Raphanus sativus*) sota la Sàlvia, ja que els seu oli essencial, a dosi del voltant d' 1 microg/mL, inhibeix el creixement de les arrels i la germinació de les llavors d'aquests hortalisses. En canvi, l'extracte de *Salvia officinalis* ajuda les parres a lliurar-se del mildiu (*Plasmopara viticola*), si no plou en els dies després. Aplicar adob foliar al 3 per mil amb N P K (20:20:20) i amb oligoelements, a més d'inocular les arrels amb *Glomus intraradices*, això millora l'estat de les plantes de *Salvia officinalis*, i fa que el llur oli essencial sigui de més qualitat (més 1,8 cineol i més alfa-thujona). La colonització sola amb *Glomus* estimula la concentració de bornil-acetat, 1,8-cineol, alfa-thujona i beta-thujona; i la fertilització foliar sola incrementa la concentració de bornil-actetat i de càmfora. L'aplicació foliar d'àcid giberèl·lic incrementa l'expressió genètica de les sintases de monoterpens, directament responsables de la formació de càmfora i 1,8-cineol. Les thujones no es regulen per aquest procés de transcripció i no s'incrementen amb l'àcid giberèl·lic.

PROPIETATS DE LA SALVIA OFFICINALIS

- acaricida [*lavandulifolia*]
- afrodisíaca femenina
- analgèsica
- antiangiogènica
- antibiòtica (OE) (especialment contra Gram-positius)
 - ❖ *Aeromonas hydrophila*,
 - ❖ *Aeromonas sobria*,
 - ❖ *Campylobacter jejuni*
 - ❖ *Enterobacter*
 - ❖ *Enterobium*
 - ❖ *Enterococcus faecalis* & resistent a vancomicina
 - ❖ *Escherichia coli*
 - ❖ *Helicobacter pylori*
 - ❖ *Klebsiella oxytoca*,
 - ❖ *Klebsiella pneumoniae*,
 - ❖ *Listeria monocytogenes*,
 - ❖ *Morganella morganii*
 - ❖ *Porphyromonas gingivalis*
 - ❖ *Proteus mirabilis*
 - ❖ *Pseudomonas*
 - ❖ *Pseudomonas aeruginosa*
 - ❖ *Pseudomonas morganii*,
 - ❖ *Rickettsia*
 - ❖ *Salmonella anatum*,
 - ❖ *Salmonella enteritidis*,
 - ❖ *Salmonella typhi*,
 - ❖ *Shigella sonnei*,
 - ❖ *Staphylococcus aureus* & MRSA
 - ❖ *Staphylococcus epidermidis* [*Salvia triloba*]
 - ❖ *Streptococcus mutans*
 - ❖ *Streptococcus hemolyticus*
 - ❖ *Streptococcus pneumoniae* & resistent a penicil·lina
 - ❖ *Yarrowia lipolytica*
- anticancerosa *¹
- antiflogística
- antigalactògena
- antigenotòxica (protegeix ADN)
- antimigratòria (metàstasi)
- antimutagènica
- antioxidant biològic (incrementa activitat de SOD i CAT als glòbuls rojos) i protector de l'acer
- antisèptica preventiva en epidèmies (vinagre en UE), conservadora de dents extreïdes
- antisudorífica
- antitumoral
- antivírica HIV1
- aperitiva
- astringent
- broncodilatadora (activa canals K⁺ /inhibeix fosfodiesterases)
- carminativa
- cicatritzant
- citotòxica
- condiment (caça, sopes, salses)
- conservant en embotits
- cordial
- cosmètica
- dentífrica
- depurativa
- desintoxicant
- desodorant
- digestiva
- diürètica
- emmenagoga
- emol·lient del tracte respiratori
- estrogènica (regularitza la regla)
- euforitzant (flors)
- febrífuga
- fertilitzant (en dones augmenta fecundació; en homes augmenta quantitat i vitalitat, però no mobilitat dels espermatozous)
- fungicida (OE):
 - *Alternaria alternata*
 - *Aspergillus flavus*
 - *Aspergillus niger*
 - *Botrytis cinerea*,
 - *Candida albicans*,

- *Candida glabrata*,
 - *Candida krusei*,
 - *Candida parapsilosis*
 - *Fusarium oxysporum*
 - *Rhizoctonia solani*
- hemostàtica
 - hepatoprotectora
 - hipertensiva
 - hipocolesterolemiant
 - hipoglucemiant **2
 - hipolipidèmica
 - hipotensora
 - hipoviscosant sanguínia
 - immunoestimulant: incrementa expressió d' Hsp70 als limfòcits
 - inhibidora de l'acció col·lagenolítica de *Porphyromonas gingivalis*
 - insecticida natural i sinèrgic amb artificials
 - larvicida (*Aedes*, *Spodoptera*, *Tribolium*)
 - lipolítica (OE)
 - mucolítica
 - neuroprotectora [*lavandulifolia*] activant Nrf2
 - nociceptiva (contra dolors)
 - preservadora de carns (vedella, pollastre) i de cosmètics
 - protectora (amb Fonoll)/rovell d'ou) d'espermatozous descongelats
 - protectora gàstrica
 - sedant tipus benzodiazepines ***3
 - sudorífica (?)
 - tònica cerebral i suprarenal
 - vermífuga
 - vulnerària

* * *

***1** Inhibeix la via MAPK/ESRK; suprimeix ROS i el NF-KB, i redueix COX-2; inhibeix proliferació, migració, adhesió i formació de túbuls a la metastasis a partir d'endotelis. En leucèmia, l'extracte metanòlic (800 mg/L) suprimeix la proliferació de cèl·lules KG-1A, U937, Raji amb IC90, i a concentracions al voltant de 200 mg/L ho fa amb IC50. I això sense incrementar la producció de nucleosomes com fa el paclitaxel. Les quinones diterpenoides (horminona, royleanona) activen l'apoptosi en les cèl·lules HepG2.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24312812>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5634728/>

****2** Redueix nivells de glucosa en sang, d'HbA1c, redueix la glucosa postprandial (2 h); però no redueix la glucosa en dejú. La *S. officinalis* activa el *nuclear receptor peroxisome proliferator-activated receptor* (PPAR) γ . La *Salvia fruticosa* o l'àcid rosmarinic redueixen l'*intestinal Na⁺/glucose cotransporter-1* (SGLT1).

*****3** El galdosol a 0.8 microM satura el 50% dels receptors de la benzodiazepina, i això fa que tingui efectes sedants, hipnòtics, ansiolítics, anticonvulsius, i miorelaxants. El 7-metoxi-rosmarol (IC₅₀ 7.2), l'apigenina (IC₅₀ 30), la cirsimaritina (IC₅₀ 350) i la hispidulina (IC₅₀ 1.3) també saturen els receptors benzodiazepínics a dosis expressades en microM.

USOS DE LA SALVIA OFFICINALIS

- àcars [OE *lavandulifolia*]
- adenitis (ganglis inflamats)
- afonia
- aftes
- al·lèrgies (*S. triloba*, per l'àcid ursòlic, que inhibeix les LOX)
- alopècia (rels)
- Alzheimer (OE *S. triloba*, *S. lavandulifolia*)
- amenorrea
- amigdalitis
- anèmia
- angina de pit
- anorèxia
- antibiòtics (sinergia amb ampicil·lina, kanamicina, i gentamicina)
- antibiòtics (evita hepatotoxicitat d'ampicil·lina + àcid clavulànic)
- arítmies cardíacques (OE de *S. lavandulifolia* amb bornil-acetat i borneol)
- asma (fumigacions / OE)
- atac de feridura (preventiu)
- aterosclerosi
- bogeria
- bronquitis (OE)
- cabell canós
- càlculs biliars
- càlculs renals
- calvície
- càncer de boca (de cèl·lula esquamosa UMSCC1), colo-rectal (HT-29, HCT-116, HCT15, CO115, HT29), de mama (MCF-7), càncer de pell A431, adenocarcinoma de coll de matriu (HeLa), insulinoma (RINm5F), carcinoma de laringe (Hep-2), carcinoma de pulmó (A549), melanoma (A375, M14, A2058, B16), leucèmia L1210
- candidiasis
- cansament muscular (OE)
- càries
- caspa
- catarro (OE)
- cel·lulitis
- ciàtica (OE UE)
- cirrosi hepàtica
- còlera (OE)
- colesterol LDL alt
- colitis
- condilomes
- congestió cerebral
- congestió pulmonar
- conjuntivitis
- convalescència
- cops (OE)
- cremades (OE)
- cucs intestinals i altres paràsits
- debilitat infantil
- desmielinització de nervis (esclerosi)
- dents brutes (fregar-les amb les fulles)
- depressió nerviosa
- dermatosis
- desequilibri dels *dosha* amb excés de *kapha* (obesitat)
- diabetis-2 [*lavandulifolia oxyodon*, *fruticosa*]
- diarrees (lactants i ancians)
- discinèsia digestiva
- dismenorrea (regla dolorosa)
- dispèpsia
- distonia neurovegetativa
- dolor al costat per «vent»
- dolors articulars
- èczemes
- edemes
- enteritis víriques
- epilèpsia
- erupcions
- escorpins (picades)
- escròfules
- espasmes

- esterilitat femenina (suc)
- estrès
- estupidesa per morfina o anestèsia / activa receptors muscarínics i nicotínics
- falta de pau interior (FB)
- falta de perspectiva de la vida (FB)
- faringitis
- febre
- febres intermitents (vi / OE)
- ferides
- fetge congestionat
- fibrosi pulmonar
- flatulència
- flegmons
- fogots d'origen hormonal
- fred als peus
- ganglis inflamats
- gasos digestius
- gastroenteritis
- genives que sagnen
- gingivitis
- gota
- grans
- grip
- halitosis
- hemoptisis
- hemorroides UI UE
- herpes genital
- herpes labial (+ ruibarbre)
- hidropesia
- hipertensió
- hipocinèsia biliar
- histerisme
- indigestions
- infeccions (especialment bacteris Gram +, fongs o virus)
- infeccions urinàries (Gram —)
- inflamació pelviana
- insolació
- insomni
- intoxicació per dimetoat (insecticida organofosforat) [*lavandulifolia*]
- intoxicació renal per Vanadi

- laringitis
- leucorrea
- limfatisme
- llúpies
- mal de cap (OE *lavandulifolia*)
- mal de coll (mastegar fulles menudes)
- mal d'esquena (per l'àcid ursòlic, en especial de la *S. triloba*, que inhibeix l'elastasa)
- mal de queixal (aplicar fulles menudes dels brots superiors)
- mal als ulls (darrere)
- mala circulació
- mareig
- masegades
- melanoma humà A375 (OE)
- memòria decadent
- meningitis vírica
- menopausa
- metrorràgies
- morfina (desenganxar-se)
- mosquits (*Aedes aegypti*)
- mossegades de serps
- mussols
- nàusees
- nerviosisme
- neurastènia
- neuritis víriques
- obesitat
- oligúria
- osteoartritis
- Paget
- palpitacions del goll exoftàlmic
- paràlisi (pomada) (fulles tendres trinxades UE)
- Parkinson
- part (ajuda)
- pell envellida pel sol
- peus adolorits
- peu d'atleta
- peus suats
- picades d'abella / vespes/ etc. (OE)

-pirosi (cor agre)	-suprarenals esgotades)OE)
-pleuresia	-talls (OE)
-poliartritis reumàtica	-tifus
-pre-part / part	-tinya
-proteïna C reactiva elevada	-tiroides (preventiu càncer)
-pulmonia (OE)	-tos
-radioteràpia (ajuda a cicatritzar)	-tremolors
-raqutisme	-triglicèrids alts
-refredat	-trombosis (preventiu?)
-retrà en nens	-tuberculosis pulmonar (OE/ suc)
-resistència a la insulina	-tuberculosis intestinal (OE)
-reuma	-úlceres àtones
-ronya	-úlceres varicoses (vi)
-sarna	-urticària
-semen escàs / immadur	-ventre inflat (infusió + suc de llimona)
-sida per HIV-1	-vertigen
-sífilis	-vòmits
-síndrome metabòlica	-xoc per calor UI/UE
-síndrome premenstrual	-Yang excessiu (a pàncrees, penis, ronyons)
-sinusitis (OE)	
-suors nocturnes	

NOTA: OE=oli essencial (millor aplicat per sobre les venes de l'avant-braç) / FB = Flor de Bach o similar / UE = ús extern/ UI = ús intern / p.s. = sobre pes sec

* * *

MÀGIA/ ESOTERISME

- Planta de Júpiter, associada a ser estimat, i a la felicitat, majestuositat, protecció, sort, purificació i sanació.
- La Sàlvia en flor reafirma l'autoritat femenina de la casa. Quan la mata es debilita, la fortuna dels de la casa també ho fa.
- Es crema Sàlvia + Romer + Ruda + Espígol per a depurar l'aire dels habitatges. Després d'un decés, per a foragitar els mals esperits, es crema: Romer, Espígol, Sàlvia i pell de taronja amarga.
- Promou la longevidad, si es menja en especial durant el mes de maig. A l'hort l'hauria de plantar un estrany, més que no pas el qui en tingui cura. I caldria barrejar-la amb altres plantes per a no atraure la mala sort.
- Un amulet en forma de corn plè de fulles de Sàlvia prevè el mal d'ull.

- S'escriu un desig sobre una fulla i es guarda 3 nits dintre la coixinera. Si se somnia amb el desig, aquest s'acomplirà. Si no s'hi ha somniat, cal enterrar la fulla i el desig a l'hort.

* * *

VETERINÀRIA

Hom recomana en especial la *Salvia officinalis ssp. lavandulifolia* per a tractar els animals de diverses afeccions:

- anorèxia en vaques
- carboncle
- cucs i paràsits intestinals (gats, gossos, porcs)
- dermatofitosis en gossos
- erupcions amb vesícules (+ fulles Saüc)
- febre
- ferides infectades en gossos
- fertilitat en ratolines: inhibeix (a dosi majors de 1 mg/mL) la maduració dels oòcits i la secreció, proliferació i vialitat de les cèl·lules granuloses.
- gallines ponedores: 0.1 g OE/Kg aliment milloren estat del fetge, ronyons i budells, també la immunitat (fagocitosis), incrementen el GPx i fa minvar la peroxidació lipídica.
- indigestió en vaques: Sàlvia + Til·la + Menta + Melissa + Serpoll + llet
- indigestions agudes
- leishmaniosi en gossos (amb *Calendula*)
- mastitis en ovelles OE
- melanoma B164A5 en ratolins
- otitis externa en gossos
- pioderma en gossos
- pulmonia en cabres
- pupes de la febre: *Juniperus sabina* + Sàlvia + Saüc)
- rates: l'extracte hidroalcohòlic els incrementa els alvèols mamaris i els disminueix l'estre.
- retirar la llet (per a desmamellar les cries)
- trastorns digestius (vedells i godalls): *Salvia officinalis* + Farigola (*Thymus*) + all.
- trastorns estomacals
- varroasi en ruscus d'abelles (OE al 9%)

* * *

POSSIBLES EFECTES NOCIUS DE LA SALVIA OFFICINALIS

Els olis essencials de les varietats amb thujonas poden resultar abortius, desencadenar convulsions epilèptiques, taquicàrdia, ofec, acaloraments, o almenys mareig, nàusees, mal de panxa. Al fetus li poden provocar malformacions cardíaques. Els metges recomanen, doncs, de no prendre sàlvia durant l'embaràs ni la lactància. La planta, presa, també pot provocar addicció,

amb palpitations; i s'han descrit casos de dermatitis per contacte. Però, la *Salvia lavandulifolia* té molt minvats aquests possibles efectes secundaris, ja que conté poquíssimes thujones. Els olis essencials de *Salvia officinalis* és millor aplicar-los a l'avant-braç que no pas ingerir-los. A més de les thujones, la mateixa càmfora pot ser neurotòxica a grans dosi. Algunes persones (almenys a Turquia) desenvolupen angioedema al·lèrgic al prendre tisanes amb *Salvia officinalis*. Alguns nens petits que han pres oli essencial de *Salvia officinalis* han desenvolupat atacs epilèptics [https://www.pedneur.com/article/S0887-8994\(12\)00017-3/fulltext](https://www.pedneur.com/article/S0887-8994(12)00017-3/fulltext) En models animals la DL₅₀ de l' OE és de 2.6 g/Kg; i la DL₅₀ de l'extracte metanòlic injectat al peritoneu, de 4 g/Kg. La planta podria exacerbar la toxicitat hepàtica del tetraclorur de Carboni, tot i que protegeix els ronyons d'aquest dissolvent.

* * *

PREPARATS I BARREGES

BÀLSAM NASAL: oli d'oliva on s'hagin escalfat *Eucalyptus globulus* (fruits) + *Pinus sylvestris* (flors) + *Salvia lavandulifolia* + *Santolina chamaecyparissus* + *Thymus vulgaris*.

BAFS ANTIASMÀTICS: *Lavandula angustifolia* + *Rosmarinus officinalis* + *Salvia officinalis* + *Santolina chamaecyparissus*.

BAFS CONTRA MAL DE CAP: *Salvia officinalis* + *Eucalyptus globulus* + *Rosmarinus officinalis* + *Lavandula stoechas* + *Thymus vulgaris* + *Matricaria chamomilla*

BANYS GENERALS REVITALITZANTS [FERRAN & FERRANDO]: *Salvia officinalis* + *Cupressus sempervirens* + *Rosmarinus officinalis* + *Rosa damascena*. La barreja dins una bossa de tela i aquesta dins l'aigua de la banyera, calenta.

BANYS CONTRA OSTEOPOROSI [Dr. JEAN VALNET]: Aigua de mar amb *Salvia officinalis* i fulles de *Noguera* (bullint-ho només 15 minuts).

BANYS CONTRA LA SUOR LES MANS: *Salvia officinalis* + *Cupressus sempervirens* + *Rosmarinus officinalis* + argila. Durant uns 5 minuts es posne le smans dins aquesta aigua tèbia.

BANYS & GARGARISMES: Vi o aigua on s'hi a fet bullir *Salvia officinalis* + *Rosmarinus officinalis* + *Lonicera implexa* + *Plantago major*. S'hi afegeix mel i alum. Per rentar úlceres a la boca o úlceres venèries, leucorreies, càncers, en irrigacions o rentats.

CABELL GREIXÓS

- UE) xampú amb OE de Romaní, Llimona, Sàlvia, Farigola, rovell d'ou; i extractes d' *Agave americana*, *Aloe vera*, *Cistus ladaniferus*, *Amaranthus*

retroflexus, *Smegmadermus emarginatus*, *Saponaria officinalis*, rel de *Phragmites australis*. I, aclarant-ho amb aigua i vinagre de poma al final.

- UI) prendre tisanes depuratives: Malvaví, Bardana, Sarsaparrilla, Romaní, Sàlvia, Espígol, Plantatge, Ortiga, Melissa, Alcaravea, Menta, Vinca Menor, Vinca Major, Rabe de Gat, Marduix Andalús (*Thymus mastichina*), Cua de Cavall.

CEL·LULITIS ESTÈTICA: cataplasmes d'argila amb *Fucus* en pols, i OEs de Llimona, Romer, Sàlvia, Clau, Orenga.

COL·LIRI:

- A) Rosa (pètals) + *Salvia lavandulifolia* + *Sambucus nigra* (flors) + sal + sucre [recepta del Pallars]
- B) *Salvia officinalis* + *Rosa damascena* (flors) + *Matricaria chamomilla* (flors) + *Sambucus nigra* (flors) + *Melilotus albus*

COL·LUTORIS BUCALS: *Salvia officinalis* + clorehexidina + propolis

COLLARET FINS EL MIG DEL PIT: Fet amb fulles de *Salvia officinalis*. Com a amulet protector.

COMPRESSES ALS CANELLS: Contra la febre.

CONDIMENT: Les fulles no massa grosses s'empren per a aromatitzar peces de caça, carns greixoses marinades, formatges i algunes begudes. Una bona barreja com a condiment és la de pols de fulles de *S. officinalis* + canyella en pols + sucre glaç + pebre en pols. Als filets de pollastre (1 g/Kg) i al paté de fetge de porc l'OE evita la peroxidació lipídica. Les llavors, especialment al Regne Unit s'han emprat amb julivert, romaní i farigola per a afegir una mica de sabor salat i picant al menjar. Als USA les fulles petites amb ceba farceixen el gall d'Indi del Dia d'Acció de Gràcies o de Nadal. La carn a la barbacoa es pot adobar amb fulles de Sàlvia, all i pebre verd. A Itàlia la «*saltimbocca alla romana*» es prepara fregint un bistec molt fi de vedella amb pernil i fulles de sàlvia tendres fresques, i després s'hi aspergeix marsala (vi de Sicília). Els nyoquis es poden fregir amb una barreja de mantega i fulles de Sàlvia. El «*bouquet garni*» a més de farigola i llorer pot incloure al farcellet: julivert, sajolida, sàlvia, romaní, celiandre, orenga, api, all tendre, porro. El «*bouquet garni*» es pot afegir a una colla de plats cuinats: sopa de peix bullabessa, «*ossobuco*» (arròs amb carn), «*blanquette de veau*» (vedella amb pastanaga), conill de caça, carbonara (vedella amb ceba i cervesa), «*plat-au-feu*» (carn de bou amb verdures), «*boeuf à la bourguignonne*» (vedella cuïta en vi i verdures). L'extracte hidroalcohòlic de Sàlvia ajuda a conservar millor a 4 ° C els filets de truita de riu.

DECOCCIÓ: Sàlvia + Romaní + rel de Malví (contra refredat)

DENTIFRICIS

DESORDORANT en barra: 400 micrograms/mL d'extracte de *Salvia officinalis* fet amb dicloro-metà.

FUMIGACIONS

- A) Olivarda + Sàlvia + Romaní + Farigola (contra dolors musculars)
- B) Contra la paràlisi parcial: quatre cantis d'aigua i la tercera part de vi, junt amb

Achillea millefolium,
Agrimonia eupatoria,
Cytisus scoparius,
Dictamnus hispanicus,
Eryngium campestre (rel),
Globularia vulgaris,
Lavandula latifolia,
Lavandula pedunculata,

Mentha pulegium,
Rosmarinus officinalis
Salvia officinalis,
Tamarix sp. (2 rametes),
Teucrium chamaedrys
Thymus mastichina,
Zea mays (pèl de panotxa)

HIDROLAT (DESTIL·LAT AQUÓS): el de les flors és molt euforitzant en UI.

INFUSIÓ UI/UE PER (A LA MARE) AL DESMAMAMENT: Menta Piperita, Sàlvia, Julivert.

LICOR DIGESTIU

- A) Sàlvia 15 g; Angèlica 10 g; Farigola 10 g; Marduix 5 g; Comins 5 g; aiguardent del sec 1 L. Es deixa a sol i a serena 40 dies i 40 nits, agitant-ho de tant en tant.
- B) *Tavarica* (licor croata): aiguardent amb *Foeniculum vulgare*, *Myrtus communis*, *Salvia officinalis*, *Ruta graveolens*, *Juniperus oxycedrus*, *Ceratonia siliqua*, *Juglans regia*, *Citrus spp.*, *Ficus carica*, *Laurus nobilis*, *Rosmarinus officinalis*, *Artemisia absinthium*, *Rosa centifolia*, *Mentha × piperita*, *M. Spicata*.

MASCARETA COSMÈTICA: poma + *Salvia officinalis* +mel. Ben triturat, s'aplica a la cara durant 1/2 hora. Es renta amb aigua de roses freda.

MELMELADA DE FLORS. Cal tenir molta cura en no destapar la cassola on es bullin les flors amb el sucre i poca aigua. Es faria millor amb una de tapa transparent. Si es destapa gaire, aleshores se n'evaporarien molts components volàtils interessants.

OLI ESSENCIAL. Millor que sigui l'ecològic i de *Salvia lavandulifolia* o de *Salvia triloba* que no pas de *Salvia officinalis major*. És de destil·lació ràpida, perquè té molts components molt volàtils. També es pot obtenir amb anhidrid carbònic supercrític junt a ultrasons, obtenint-se més proporció de sesquiterpens. Conté: monoterpens sense oxigen 18-48% ; monoterpens amb oxigen 8-70%; monoterpens amb -oh 19.5% ; sesquiterpens hidrocarbonats 9% ; sesquiterpens amb -oh 0.8% ; alcohols

10% ; aldehids 0.4% ; alquens 24.2% ; cetones 52.2% ; fenols 0.3%. Al llarg de l'any, a Portugal almenys, la proporció dels principals components de l'OE va canviant. De desembre a abril les monoterpens amb Oxigen passen del 70 al 42%, els monoterpens sense Oxigen pugen del 9 al 20 %, els sesquiterpens sense Oxigen pugen del 7 al 21 % (i baixen al 9% pel juliol). Els sesquiterpens amb Oxigen pel juliol representen el 5% de l'OE i pugen pel febrer fins el 10%, per anar baixant més endavant. Aquest oli essencial és Yin, i s'empra contra un excés de Yang al pàncrees o al penis o als ronyons. Està relacionat amb el cinquè xacra (gola).

OLI D'AMANIR. Es deixen les fulles a macerar, junt amb una de Llorer i un bitxo picant, per amanir, passades 2 setmanes.

PASTILLES MASTICABLES, amb gluconat de Zn: contra gingivitis i halitosis.

PÍLDORES CONTRA EL MAL DE CAP (PIETRO ANDREA MATTHIOLI): 8 g Nard (*Nardostachys jatamansi*) + 8 g gíngebre + 32 g llavors de Sàlvia torrades + 48 g *Piper longum*. Es barreja tot ben bé i s'hi afegeix suc de Sàlvia fins que quedi una pasta forta. Se'n prenen 4 g en dejú i 4 g abans d'anar a dormir.

POMADA AMB LLARD.

SOPA PROVENÇAL: 12 fulles de Sàlvia + sal + pebre + all + oli d'oliva (mig got) + 2 litres d'aigua. Bullir 10 minuts i servir sobre llesques primes de pa sec.

SUC: destaca el de la marca Shoenenberger (200 mL).

SUPOSITORIS.

TE SOLUBLE INSTANTANI: preparat industrialment per espraiat a alta temperatura (més de 100 ° C) i microencapsulat amb maltodextrina, àcid cítric, i sucre. Sol fer-se junt amb Tíl·la.

TINTURA ANTIINFLAMATÒRIA (ANOMENADA ALCOHOL DE VITAMINES): Es deixa macerar 40 dies en alcohol rebaixat de 60 °, suc de llimona i de pastanaga, càmfora natural i la barreja de: *Arnica montana* + *Hypericum perforatum* + *Rosmarinus officinalis* + *Salvia officinalis* + *Verbena officinalis*.

TINTURA VULNERÀRIA

- A) Farigola + Alfàbrega + Menta + Marduix + Melissa + Romaní + Sàlvia + Donzell (*Artemisia absinthium*) + *Angelica archangelica* + Espígol+ Hipèric + Ruda + Camamilla (20 g de cada en 1L d'alcohol rebaixat a 60°).
- B) Sàlvia + Hipèric + Romaní + Espígol + Farigola + Orenga.

TISANA CONTRA ALZHEIMER: *Salvia officinalis*, *Melissa*, Romaní, Maria-Lluïsa, pell de Llimona, Menta Piperita, Anís Verd.

TISANA ANTIVOMITIVA: *Salvia officinalis* + *Matricaria chamomilla* + *Mentha piperita* + *Mentha pulegium* + *Melissa officinalis*. Molt diluïda i presa a glopets de tant en tant.

TISANA CONTRA ARTERIOSCLEROSI: Ulmària, Regalèssia, Bedoll, Dent de Lleó, Romani, *Salvia officinalis*, Farigola, Trèvol d'Aigua (*Menyanthes trifoliata*).

TISANA ANTIASMÀTICA: Sàlvia d'Aragó (*Salvia lavandulifolia*) + *Veronica officinalis*.

TISANA CONTRA L'ASCITES: Sàlvia, Boix (molt poquet), *Polygonum aviculare*, Malrubí, ginebrons.

TISANA CONTRA EL COLESTEROL:

<i>Achillea millefolium</i> (Milfulles)	<i>Juniperus communis</i> (ginebrons)
<i>Aesculus hippocastanum</i> (Castanya d'Índies)	<i>Menyanthes trifoliata</i> (Trèvol d'Aigua)
<i>Angelica archangelica</i> ,	<i>Myrtus communis</i> (Murtra)
<i>Capsella bursa-pastoris</i> (Bossa de Pastor)	<i>Olea europaea</i> (fulles d'Olivera)
<i>Centella asiatica</i>	<i>Rosmarinus officinalis</i> (Romani)
<i>Citrus aurantium</i> (pela de Taronja Amarga)	<i>Salvia officinalis</i>
<i>Combretum</i>	<i>Sideritis hirsuta</i> (Ortiga Blanca)
<i>Crataegus monogyna</i>	<i>Sylibum marianum</i> (Card Marià)
<i>Cynara scolymus</i> (fulla de Carxofera)	<i>Symphytum officinale</i> ,
<i>Equisetum maximum/ arvense</i> (Cua de Cavall)	<i>Taraxacum officinale</i> (Dent de Lleó)
<i>Ginkgo biloba</i>	<i>Tilia platyphyllos</i> (pela blanca de Tell)
	<i>Viscum album</i> (Biscarsí)

TISANA DEPURATIVA

- A) *Salvia officinalis* + *Equisetum arvense* + *Matricaria chamomilla* + *Rosmarinus officinalis*.
- B) *Adiantum capillus-veneris* + *Aloysia citriodora* + *Ceterach officinarum* + *Cynodon dactylon* + *Paronychia argentea* + *Salvia lavandulifolia*

TISANA CONTRA MALA CIRCULACIÓ CEREBRAL:

- A) *Centella asiatica* + Trèvol d'Aigua + Vinca Menor + *Salvia officinalis* + *Ginkgo biloba* + pell de Taronja Amarga + Camamilla + Caps d'Ase (*Lavanula stoechas*) + Marduix (*Origanum majorana*) + Alfàbrega (*Ocimum basilicum*) + Agripalma (*Leonurus cardiaca*) + Menta Piperita.
- B) *Salvia officinalis* + *Crataegus monogyna* + *Viscum album* + *Arctium minus* + *Achillea millefolium* + *Angelica archangelica*. Bullir 1 minut, una culleradeta per tassa, deixant-ho reposar tapat.

TISANA CONTRA LA MALA CIRCULACIÓ GENERAL: *Centaurea aspera* + *Centaurium quadrifolium* + *Micromeria fruticosa* + *Pinus halepensis* + *Salvia lavandulifolia* + *Thymus vulgaris*.

TISANA CONTRA OSTEOARTRITIS INFECCIOSA: Tuberculosi pulmonar) gemmes de Pi Roig, *Polygala calcarea*, Lliquen Blanc, Sàlvia. Fongs) Boix, Avet, Sajulida, Canyella, *Centella asiatica*, *Dysphania ambrosioides*, *Salvia officinalis*, Farigola.

TISANA HEPÀTICA: *Salvia officinalis* + *Peumus boldus* (Boldo) + *Lippia citriodora* (Maria-Lluïsa).

TISANA PER REFORÇAR ELS CAPIL·LARS SANGUINIS: Nou de Kola, Bossa de Pastor, Farigola, Nabiú, Sàlvia.

TISANA CONTRA EL REUMA: *Salvia officinalis* + *Fraxinus excelsior* + *Equisetum maximum* + *Globularia alypum*.

TISANA CONTRA ELS SUORS NOCTURNS: *Salvia officinalis* + *Equisetum maximum* + *Silybum marianum*. Una cullerada per tassa, bullint 1 minut i reposant-ho tapat. Prendre 1 tassa pel matí l'altre a la nit.

VI. ES pot fer bullir en vi blanc o negre fulles de Sàlvia i, un cop colat, conservar-lo per prendre, per exemple, per a combatre la febre o les suors nocturnes, o per purificar el fetge i els ronyons. Vègi's també en Banys & Gargarismes. També es pot preparar deixant-hi macerar 15 dies les flors, soles, o amb Donzell (*Artemisia absinthium*), com a euforitzant i depuratiu. Les fulles posades a macerar un mes en vi blanc li donen un sabor com de moscatell. Aquest vi també és adient per a tractar úlceres àtones xopant gasses i aplicant-les-hi.

VINAGRE DELS QUATRE LLADREGOTS: A Tolosa de Llenguadoc, entre 1628 y 1631, durant l'epidèmia de pesta, quatre bandolers entraven a les cases, estrangulaven els malalts agonitzants i els prenen tot allò del valor. Foren detinguts *in fraganti* i condemnats a morir cremats a la foguera. Però, al revelar el llur secret, que els permetia no contagiar-se, se'ls perdonà aquesta pena capital. Foren, això sí, penjats a la forca. La llur fórmula original amb la qual es protegien la cara, les mans, i el cos, consistia en:

- 1,5 L de vinagre de vi (fort)
- *Artemisia absinthium* (donzell), *Filipendula ulmaria*, *Juniperus communis* (ginebrons), *Origanum majorana* (marduix), Sàlvia (un grapatet de cada)
- Claus d'olor 50
- Ènula Campana (*Inula helenium*), *Angelica archangelica*, Romer, Malrubí (60 grams de cada)
- Càmfora 3 g

Una fórmula alternativa, més senzilla, del vinagre dels quatre lladres seria amb només Sàlvia, Romaní, Espígol, Farigola i Te de Roca.

XAROP CONTRA EL MAL DE COLL: *Echinacea* + Farigola + Sàlvia + pròpolis.

XAROP CONTRA EL REFREDAT: Sàlvia + flor de taronger + regalèssia + liquen blanc + anís verd + flor de pi + canya fistula (bullir uns 10 minuts o fins a consistència de xarop).

CONTINGUT EN PRINCIPIS ACTIUS DE LA *SALVIA OFFICINALIS*:

[Planta]

- 4-hidroxiacetofenona 4-O-(6'-O-beta-D-apiofuranosil)-beta-D-glucopiranòsid,
- (1*S*,2*R*,4*R*)-1,8-epoxi-*p*-mentan-2-il-O-beta-D-glucopiranòsid
- (6*R*,9*R*)-3-oxo-R-ionol-beta-D-glucopiranòsid
- (6*R*,9*S*)-3-oxo-R-ionol-beta-D-glucopiranòsid
- 1-O-(2,3, 4-trihidroxi-3-metil)butil-6-O-feruloil-beta-D-glucopiranòsid,
- 1-O-cafeoil-beta-D-apiofuranosil-(1→6)-beta-D-glucopiranòsid
- 1-O-*p*-hidroxibenzoil-beta-D-apiofuranosil-(1→6)-beta-D-glucopiranòsid
- 1-octèn-3-ol,
- 1,2-camfòlid
- 1,8 cineol 390-6.290 ppm,
- 12-metil-carnosol,
- 3-carè,
- 3'-O-beta-D-glucurònid,
- 4-hidroxi-acetofenonea 4-O-[5-O-(3,5-dimetoxi-4-hidroxi-benzoil)-beta-D-apiofuranosil]-(1→2)-beta-D-glucopiranòsid,
- 6-hidroxi-luteolina 7-O-beta-D-glucòsid
- 6-metoxi-genkwanina-7-metil-èter,
- 6-metoxi-genkwanina,
- 6-metoxi-luteolina-7-metil-èter,
- 6-metoxi-luteolina,
- 6-O-cafeoil-beta-D-fructofuranosil-(2→1)-alfa-D-glucopiranòsid
- 6,8-di-C-beta-D-glucosil-apigenina (vicenina-2).
- 7-metil carnosolat
- 7-metoxi-rosmanol
- 7-O-beta-D-glucurònid
- 7-O-glucurònid,
- 7a-metoxi-rosmanol,
- 7b-metoxi-rosmanol,
- aceto-hidroxi-royleanona,
- àcid (-)-hidroxi-jasmònic
- àcid 12-metoxi-carnòsic
- àcid 3-cafeoil-quínic
- àcid alfa-oleanòlic,
- àcid alfa-ursòlic,
- àcid beta-oleanòlic,
- àcid beta-ursòlic,
- àcid cafeic
- àcid cafeic
- àcid carnòsic,
- àcid cis-*p*-cumàric 4-O-(2'-O-beta-D-apiofuranosil)-beta-D-glucopiranòsid
- àcid clorogènic
- àcid el·làgic
- àcid ferúlic,
- àcid fumàric,
- àcid gàl·lic,
- àcid màlic
- àcid oxàlic,
- àcid *p*-cumàric,
- àcid *p*-hidroxibenzoic
- àcid pantotènic,
- àcid pomòlic
- àcid rosmarínic 3 % (5% en cultius cel·lulars)
- àcid salicílic,
- àcid salvianòlic B, Y
- àcid trans-*p*-cumàric acid 4-O-(2'-O-beta-D-apiofuranosil)-beta-D-glucopiranòsid
- àcid vainíllic,
- ageona (diterpè)
- alanina,
- albuminoides,
- alcaloides
- alfa-cedrè
- alfa-corocalè
- alfa-gurjunè
- alfa-pinè 7-1540 ppm
- Alumini,
- amargs diterpènics
- antioxidants,
- apigenina-7-O-beta-D-glucuronil-piranòsid,
- arabino-(4-O-metil-glucurono)-xilà [xilosa (81%), arabinosa (10%), àcid glucurònic (8%) i traces d'hexoses (1%); dorsal amb (1→4)-xilo-piranosil amb (9-10%) de substitucions al O-2 i al O-3. Residus d'arabino-furanosa terminals, 1,3-, 1,5- 1,3,5. Residus de xilosa substituïts per àcid glucurònic, i el seu derivat 4-O-metil, al O-2, de mitjana, cada 14 residus de xilosa. Enllaços glucosídics amb configuració beta a la dorsal]
- aromadendrè,

- asparagina,
- beta-copaè
- beta-d-glucòsid-6-O-glucosa èster d' (1-carboximetil-3-hidroxi-2,2,3-trimetil ciclopentà)
- beta-pinè 20-1540 ppm
- borneol
- calamè 5-28 ppm,
- Calci 1.65 % p.s.
- càmfora
- carnosaldehid
- carnosol,
- carotenoides [minven a l'irradiar-se amb raigs gamma]
- catequina,
- cera,
- cineol
- cirsi-lineol,
- cirsi-liona,
- cirsi-maritina,
- citral,
- crisoeriol,
- cumarines
- delta-cadinè 2-14 ppm
- delta-terpineol
- diosmetina,
- dipentèn-O-difenol-lactona 3.500 ppm,
- diterpenoides
- epicatequina
- epigal·lo-catequina-gal·lat
- epirosmanol
- esteroides
- etil-beta-D-glucopiranosil tuberonat,
- eugenilglucòsid
- farnesol,
- fècules,
- Ferro 281 ppm
- fibra alimentària 40.3 % p.s.
- flavonoides: àcid el·làgic, àcid rosmarinic, apigenina, cirsimaritina, genkwaina, hispidulina, lutolina, quercetina, rutina.
- fosfats,
- Fòsfor 910 ppm
- galdosol
- gamma-cadinè 2-14 ppm
- gamma-maliè
- geraniol,
- germanicol,
- glicòsids cardiotònics
- glicòsids de flavonoides
- glutamina,
- grasses 12.75 % p.s.
- hidrats de Carboni 60% p.s.: àcids urònics, arabinosa, galactosa, glucosa, mannososa, rhamnosa, xilosa.
- iso-cariofil·lè,
- isorosmanol
- ledè,
- linalil-acetat 6.048 ppm,
- linalool 3.500 ppm,
- llimonè 40-2.380 ppm,
- luteolin 7-O-beta-D-glucòsid,
- luteolina-7-glucòsid,
- luteolina-7-metil-èter,
- luteolina-7-O-beta-D-glucòsid,
- luteolina-7-O-glucurònid,
- Magnesi 0.43 % p.s.
- manool,
- metil-carnosat
- metil-isovalerat 7-42 ppm,
- mircè 336 ppm,
- monoterpenoides
- N-triacontà,
- nepetina,
- nicotinamida 5.000 ppm,
- nitrat potàssic,
- nitrats,
- oli essencial (OE)
- oligoelements: Al, Ba, Ca, Cd, Co, Cr, Cu, Fe, Mg, Mn, Ni, Pb, Sr, Zn
- oxalats,
- òxid de cariofil·lè 55-300 ppm,
- p-cimèn-8-ol,
- pectolín-amarigenina,
- pentosanes,
- picrosalvina,
- poliacetilens
- polisacàrids immunomoduladors amb galactosa (17.9%), 3-O-metil-galactosa (3.0%), glucosa (15.5%), mannososa (8.3%), arabinosa (30.4%), xilosa (7.6%), fucosa (2.6%), rhamnosa (6.7%), àcids urònics (8.0%)
- Potassi 1.1-1.2 %
- proteïnes 10.63 % p.s.
- quercetina
- resina 5-6 %,
- rosmanol 7- metil-èter,
- rosmanol,
- sageona
- salvigenina [*lavandulifolia*, *triloba*]
- salvigenina-7-O-glucurònid [ssp. *lavandulifolia*]
- salvina,
- salviquinones
- saponines,
- selina-5,11-diè,
- serina,
- sesquiterpenoides
- sintases: A) bornil-difosfat-sintasa → (+)-alfa-pinè; (+)-camfè; (+/-)-llimonè. B) 1,8-cineol-sintasa → (+)-/(-)-alfa-pinè; (+)-/(-)-beta-pinè; mircè; (+)-sabinè. C) (+)-sabinè-sintasa → gamma-terpinè; terpinolè. [A=C]. D)

- geranil-pirofosfat-sintasa → geranil / farnesil / geranil-geranil pirofosfat.
- Sodi 110-120 ppm,
 - sucres 1.71 % p.s.
 - tanins 2-8 %,
 - terpinolè 112 ppm,
 - tirosina,
 - trans-3-hexenal,
 - trans-alo-ocimè,
 - trans-ocimè,
 - triterpenoides (àcid oleanòlic, etc.),
 - uvaol,
 - vitamina A 3 ppm
 - vitamina B1 7.5 ppm
 - vitamina B12 3-10 ppm
 - vitamina B2 3.4 ppm
 - vitamina B3 57 ppm
 - vitamina B6 27 ppm
 - vitamina C 324 ppm [minva a l'irradiar-se amb raigs gamma]
 - vitamina E 75 ppm
 - vitamina K 17 ppm
 - Zinc 47 ppm

[Flors]

- alfa-pinè
- alfa-thujona
- cineol
- tri-p-cumaroil-espermidina

[Fulles] [*Salvia officinalis*]

- 1,8-cineol-sintetasa,
- 2-metil-3-metilèn-5-heptà 50-280 ppm,
- 2-metil-3-metilèn-hept-trans-5-èn 40-224 ppm,
- 2-metil-3-metilèn-hept-trans-5-èn 5-28 ppm,
- 3-iso-thujona,
- 5-metoxi-salvagenina,
- àcid 12-O-metil carnòsic
- àcid 2-alfa-hidroxi-3-oxo-olean-12-èn-28-oic 1-17 ppm,
- àcid 2-alfa,3-alfa-dihidroxi-olean-12-èn-28-oic,
- àcid 3-epi-oleanòlic 1.4 ppm,
- àcid ascòrbic 320-350 ppm,
- àcid carnòsic,
- àcid carnosòlic 2.100 ppm,
- àcid epi-oleanòlic 20 ppm,
- àcid labiàtic,
- àcid maslínic 46 ppm,
- àcid oleanòlic 140-786 ppm,
- àcid pomòlic 2.4-3 ppm,
- àcid urs-12-en-28-oic 14 ppm,

- alfa-amirina 1.800 ppm,
- alfa-fel·landrè,
- alfa-humulè 110-616 ppm,
- alfa-terpinè 10-56 ppm,
- alfa-terpineol 5-910 ppm,
- alfa-thujè 200-10.170 ppm,
- alfa-thujona 200-10.170 ppm,
- al·lo-aromadendrona 15-84 ppm,
- apigenina
- atuntzensina A,
- beta-amirina 1.000 ppm,
- beta-cariofil·lè 500-760 ppm,
- beta-carotè 35-38 ppm,
- beta-fel·landrè 5-28 ppm,
- beta-sitosterol 5-1.540 ppm,
- beta-sitosterol,
- beta-thujona 200-9.960 ppm,
- betulina 15 ppm,
- Bor 25-40 ppm,
- bornil-acetat
- Calci 1.1-1.8 %,
- camfè 20-18.590 ppm,
- càmfora 9.320 ppm,
- cariofil·lè 1-1.430 ppm,
- carnosol
- cis-beta-terpineol 10-56 ppm,
- cis-sabinèn-hidrat,
- Cobalt,
- columbaridione,
- Coure 7-8 ppm,
- Crom 3 ppm,
- epirosmanol,
- escutel·lareïna
- Estany 8 ppm,
- estigmasterol 5 ppm,
- estigmasterol,
- fel·landrè 100-560 ppm,
- Ferro 150-300 ppm,
- fiscion,
- Fòsfor 910-1.280 ppm,
- gamma-terpinè 15-140 ppm,
- genkwanina,
- hidrats de Carboni 66 %,
- hispidulina,
- humulè
- isorosmanol,
- llimonè
- lupeol,
- luteolina
- Magnesi 2.830 ppm,
- Manganès 30-31 ppm,
- miltirona, àcid carnòsic
- niacina 57-62 ppm,
- picrosalvina,
- pinè 420-2.350 ppm,
- Potassi 2.4 %
- pristà 56 ppm,
- proteïnes 11.5 %

- rel-(5S, 6S, 7R, 10R, 12S, 13R)-7-hidroxiapiana-8,14-dièn-11,16-dion-(22,6)-òlid
- rel-(5S, 6S, 7S, 10R, 12R, 13S)-7-hidroxiapiana-8,14-dièn-11,16-dion-(22,6)-òlid
- rel-(5S, 6S, 7S, 10R, 12S, 13R)-7-hidroxiapiana-8,14-dièn-11,16-dion-(22,6)-òlid,
- riboflavina 3-4 ppm,
- rosmadial,
- rosmanol,
- sabinè 10-56 ppm,
- sabinil-acetat 110-616 ppm,
- sabinol 85-476 ppm,
- salviatani,
- salvigenin,
- salvigenina [ssp. *lavandulifolia*]
- salvina-monometil-èter,
- Seleni,
- Silice 31 ppm,
- Sodi 1.080 ppm,
- terpinèn-4-ol 10-1.120 ppm,
- terpineol,
- thujona 1.450-12.630 ppm,
- tiamina 7-8 ppm,
- trans-sabinà-hidrat 10-56 ppm,
- trans-sabinol,
- triciclè 15-84 ppm,
- viridoflorol,
- Zinc 60 ppm,

[Brots] [*Salvia officinalis*]

- àcid 2-amino-adípic 1.6 ppm,
- àcid cafeic,
- àcid clorogènic,
- àcid oleanòlic 400 ppm,
- àcid rosmarínic 0.2-0.6 %,
- borneol 7.000 ppm,
- bornil-acetat 5-1.780 ppm,
- cinaròsid,
- cineol 500-6.075 ppm,
- iso-borneol-acetat 168-9.436 ppm,
- iso-borneol,
- luteolina,
- p-cimè 15-495 ppm,
- pectina,
- sacaro-pi 1.6 ppm

[Rels] [*Salvia officinalis*]

- 12-hidroxi-8,12-abietadièn-11,14-diona [=royleanona] 2%
- 7 alfa,12-dihidroxi-8,12-abistadièn-11-14-diona [=horminona]
- 7-alfa-acetoxi-12-hidroxi-8,12-abietadièn-11,14-diona [=7-O-acetil-horminona].
- acil glucosa esterasa
- asparagina
- beta-glucosidase
- tanshinona IIA

[tija]

- linalool

[infusió de fulles]

- àcid clorogènic
- àcid el·làgic
- àcid rosmarínic
- borneol
- càmfora
- cineol
- quercetina
- rutina

[Llavors] [*Salvia officinalis*]

- àcid esteàric,
- àcid linoleic 7.3 %,
- àcid linolènic 4.2-8.6 %,
- àcid oleic 3.5 %,
- àcid palmític,
- avenasterol,
- beta-sitosterol-D-glucòsid,
- campesterol,
- colesterol,
- planteosa,
- proteïnes 18 %,

OLI ESSENCIAL (0.5-2.8%) [*Salvia officinalis*] [% d'algunes mostres]

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6257658/table/molecules-15-04309-t001/?report=objectonly>

- 1,8 cineol 4.2-15%
- acetat d'alfa-terpinil
- acetat d'isobornil
- acetat de bornil
- acetat de linalil
- acetat de sabinil
- àcid carnòsic
- alfa-7-epi-selinè 0.1%
- alfa-amorfè
- alfa-bourbonè
- alfa-cadinol
- alfa-calacorè
- alfa-copaè +
- alfa-fel·landrè +
- alfa-gurjenè
- alfa-humulè 2-9%
- alfa-pinè 4.4%
- alfa-terpinè +
- alfa-terpineol 0.2%
- alfa-thujè 0.4%
- alfa-thujona 11-19%
- al·lo-aromadendrè 0.1%
- aromadendrè 0.1%
- atuntzensina A
- beta-bourbonè
- beta-cariofil·lè 1.3-9 %
- beta-cariofil·lè-òxid
- beta-cedrè 1%
- beta-copaè
- beta-fel·landrè 1%
- beta-himatxalè
- beta-mircè
- beta-ocimè +
- beta-patxulè
- beta-pinè
- beta-sitosterol
- beta-thujona 5-6%
- borneol 7.6%
- bornil-acetat 0.9%
- calamenè
- calarè
- camfè 4.1%
- càmfora 5-15%
- cariofil·lè
- cariofil·lè-òxid 0.8%
- carnosol
- carvacrol 0.3%
- cis-calamenè
- cis-muuroi-4(14),5-diè +
- cis-sabinè hidrat
- 0.1%
- cis-salvè
- citronelel 0.2%
- columbaridiona
- delta-cadinè
- delta-cadinol
- dihidro-carveol 0.2%
- elemè
- ent-primara-8,15-diè
- epi-manool
- epi-rosmanol
- esclareol
- estigmasterol
- estragol +
- eugenol
- gamma-cadinè
- gamma-gurjunè 0.1%
- gamma-terpinè 0.1%
- geranil 0.3%
- germacrè D
- humulè
- humulè-òxid
- iso-borneol
- iso-bronil-acetat 0.3%
- iso-ledè +
- iso-pinocamfona 0.1%
- ledè
- linalil-acetat 1.5%
- linalool 1.1%
- llimonè 1%
- longibornè
- longifolè +
- lupeol
- mannot 5-13%
- miltirona
- mircè 0.5%
- mirtenal 0.2%
- mirtenil-acetat +
- mirtenol 0.2%
- naftalè
- o-cimè 2.5%
- p-cimè 1.2%
- p-cimèn-8-ol 0.1%
- pinè
- pinocarvona +
- rel-(5S, 6S, 7R, 10R, 12S, 13R)-7-hidroxiapiana-8,14-dièn-11,16-dion-(22,6)-òlid
- rel-(5S, 6S, 7S, 10R, 12R, 13S)-7-hidroxiapiana-8,14-dièn-11,16-dion-(22,6)-òlid
- rel-(5S, 6S, 7S, 10R, 12S, 13R)-7-hidroxiapiana-8,14-dièn-11,16-dion-(22,6)-òlid
- rosmadinal
- rosmanol

- sabinè +
- sabinol
- saficinòlid
- sagenona
- salficinòlid
- salvigenina
- salviol (càmfora)
- sesquiterpens
- sinularè
- T-muurolol
- terpinèn-4-ol 0.5%
- terpinolè +

- thujil alcohol
- thujona [ssp. *officinalis*] 37.9%
- timol +
- trans-pinocamfona 0.3%
- trans-pinocarveol 0.2%
- trans-salvè
- triciclè
- valencè
- verbenè +
- viridiflorol 10-19%

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5427463/>

QUIMIOTIPUS: A) alfa-thujona; — B) 1,8 cineol; — C) càmfora; —D) 1,8 cineol & càmfora; —E) alfa-humulè; —F) beta-thujona; — G) esclareol & alfa-thujona

OLI ESSENCIAL *SALVIA OFFICINALIS*

VAR. *MINOR*

- 1,8-cineol (15%)
- alfa-pinè
- borneol (16%)
- bronil-acetat
- càmfora (18%)
- salvè
- thujona 35-60%
- viridiflorol 13%

- beta-cariofil·lè (1-3%)
- beta-cariofil·lè-òxid (1%)
- borneol (1-7%)
- camfè (4-8%)beta-pinè (5-7%)
- càmfora (12-28%)
- espatulenol (1%)
- llimonè (2-5%)
- mircè (3-5%)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5524814/>

OLI ESSENCIAL *SALVIA LAVANDULIFOLIA*

- 1,8-cineol 10-30%
- acetat de linalil 0.1-5%
- acetat de terpenil i trans-sabinol 0.5-9%
- acetat de trans-sabinè 9-10.5%
- alfa-pinè 4-11%
- borneol 1-7%
- càmfora (34%)
- linalool 0.3-4%
- llimonè 2-6%
- sabinè 0.1-3.5%

OLI ESSENCIAL *SALVIA TRILOBA*

- alfa-thujè & beta-thujè (2-6%),
- beta-cariofil·lè
- borneol
- camfè
- càmfora 1-24%
- cineol (40-67%)
- thujona 5%

OLI ESSENCIAL DE *SALVIA MARIOLENSIS*

- 1,8 cineol (13-45%)
- alfa-pinè (3-7%)

[OLI ESSENCIAL DE *SALVIA x AURICULATA* Mill.]

- alfa-humulè 8%
- alfa-thujona
- beta-cariofil·lè 4%
- càmfora
- manool 20%

HIDROLAT (DESTIL·LACIÓ AQUOSA)

Vegis Taula-1 a <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6473381/>

MEL UNIFLORAL DE SALVIA OFFICINALIS

- 2,2,6-trimethyl-ciclohexà-1,4-diona,
- 2,6,6-trimetil-4-oxociclohex-2-èn-1-carbaldehid,
- 4-cetoisoforona,
- àcid benzoic
- àcid cafeic (=àcid 3,4-dihidroxi-cinnàmic)
- àcid fenilacètic
- àcid p-cumàric (=àcid trans-4-hidroxi-cinnàmic)
- alfa-isoforona,
- apigenina (=4',5,7-trihidroxi-flavona)
- crisina (=5,7-dihidroxi-flavona)
- cumarà
- dehidro-vomifoliol,
- Flavonoides totals: 109.4 - 589.9µg/100g de mel
- galangina (=3,5,7-trihidroxi-flavona)
- kaempferol (=3,4',5,7-tetrahidroxi-flavona)
- luteolina (=3',4',5,7-tetrahidroxi-flavona)
- p-anisaldehid,
- quercetina (=3,3',4',5,7-pentahidroxi-flavona)

* * * * *

PROPIETATS DELS PRINCIPALS PRINCIPIS ACTIUS DE LA SALVIA OFFICINALIS

1,8-CINEOL

1. anestèsic
2. antibacterià G+, G-
3. antibronquític
4. antifaríngic
5. antifatiga
6. antitussiu
7. degranulant
8. dentífric
9. miorelaxant
10. nematocida

ÀCID ASCÓRBIC:

1. àcid úric
2. alcalinitat en orina
3. Alumini
4. artritis
5. asma
6. asma (preventiu)
7. aterosclerosi
8. bacteris
9. Cadmio
10. càncer (preventiu)
11. catarros
12. Crohn

13. depressió
14. dolors
15. èczemes
16. edemes
17. encefalitis
18. escorbut
19. ferides
20. fistulas (preventiu)
21. galucoma
22. gingivitis
23. grip
24. grip (preventiu)
25. hemorràgies
26. hepatotoxicitat
27. herpes
28. hipercolesterolèmia
29. hipertensió
30. histamina
31. infertilitat
32. inflamacions
33. interferó escàs
34. intoxicacions
35. lepra
36. migranya
37. mucositats espesses

38. mutacions
39. nafres de decúbit
40. nitrosamines
41. obesitat
42. orquitis
43. osteoartritis
44. osteoporosis
45. oxidacions
46. paraquat
47. Parkinson
48. parotiditis
49. periodontitis
50. Plom
51. poliomièlitis
52. pulmonia
53. retenció d'orina
54. tumor de pulmó
55. úlceres
56. xarampió

ÀCID CAFEIC:

1. adenovirus
2. ADN poc actiu
3. agregacions plaquetàries
4. al·lèrgies
5. Calci
6. càncer
7. càncer (preventiu)
8. cèl·lules fetes malbé
9. desgast de col·lagen
10. dolors
11. edemes
12. espasmes
13. estomatitis
14. ferides
15. fetge fet malbé (prevé)
16. fongs
17. gònades que no funcionen
18. grip
19. hemòlisi
20. herpes
21. hipercolesterolèmia
22. histamina
23. immunitat baixa
24. infeccions
25. inflamacions (poc eficaç)
26. insolació
27. intoxicació hepàtica
28. insectes (repel·leix)
29. leucotriens
30. liasa
31. lipo-oxigenasa
32. metalls (els quela)
33. nerviosisme
34. nitrosamines

35. ornitina-decarboxilasa
36. oxidacions (1/3 de l'eficàcia de la quercetina)
37. retenció d'orina
38. tiamina
39. tiroides
40. tumors
41. úlceres
42. vacunes (efectes secundaris)
43. vesícula biliar mandrosa
44. virus
45. virus de la encefalo-miocarditis 1929 (↓↓ efecte citopàtic)
46. virus de la sida

ÀCID CARNÒSIC (0.37%):

1. alfa-amilasa
2. alfa-glucosidasa
3. Bax excessiu
4. Bcl-2 escàs
5. colesterol total
6. COX2
7. degrada GFAP (proteïna àcida fibril·lar glial)
8. degrada la ciclina B1
9. degrada RB (retinoblastoma)
10. degrada SOX2
11. glucosa ↓↓
12. IL-1beta ↓↓
13. indueix apoptosi en glioblastomes
14. inflamació cerebral ↓↓
15. inhibeix supervivència de les cèl·lules del glioblastoma humà (les bloqueja a G2, minva l'expressió de Ki67, augmenta la de p21 (WAF)
16. insulina
17. lipasa ↓↓
18. Mcp1 ↓↓
19. MMP-9 excessiva ↓↓
20. NO en macròfags ↓↓
21. NOS-2 ↓↓
22. PGE2 ↓↓
23. promou degradació del proteasoma en glioblastomes
24. redueix molt activitat dels CDKs
25. s'ancora al receptor GABA/benzodiazepina del cervell
26. TNF-alfa ↓↓
27. TNF-Kbeta ↓↓
28. triglicèrids alts ↓↓
29. via de senyals FoxO1/3 ↓↓
30. via de senyals IKKβ/IκB-α/NF-κB, ERK/JNK/p38 MAPKs ↓↓

ÀCID CLOROGÈNIC:

1. amargants (endolça)
2. bacteris
3. bulímia
4. càncer (preventiu)
5. càncer de còlon, estómac, fetge, pell
6. depressió
7. desgast de col·lagen
8. dolors
9. ferides
10. fetge danyat (preventiu)
11. fetge intoxicat (preventiu)
12. fongs
13. genotoxines
14. gònades que funcionen poc
15. hemòlisis
16. herpes
17. hipercolesterolèmia
18. immunitat baixa
19. infeccions
20. inflamacions
21. insectes (repel·leis)
22. insolació
23. interferó baix
24. larves
25. leucotriens
26. lipo-oxigenasa
27. metalls (els quela)
28. mutacions
29. nitrosamines
30. obesitat
31. ornitina-descarboxilasa
32. oxidacions
33. peroxidacions
34. poliomièlitis
35. radicals lliures (9 cops més eficaç que la quercetina)
36. retenció d'orina
37. tiroides
38. tumors
39. úlceres
40. vesícula biliar mandrosa
41. virus d'Epstein Barr

ÀCID P-CUMÀRIC:

1. bacteris
2. càncer (preventiu)
3. espasmes
4. falta de suor
5. fertilitat
6. fetge mandrós
7. fongs

8. hepatotoxicitat
9. inflamacions
10. lipooxigenasa
11. oxidacions
12. paràsits
13. peroxidacions
14. síntesis de prostaglandines
15. tumors

ÀCID P-FERÚLIC:

1. analgèsic
2. antiagregant
3. antial·lèrgic
4. antibacterià
5. anticancerós de còlon, dèrmic, estomacal, hepàtic
6. antiespasmòdic
7. antiestrogènic
8. antiinflamatori
9. antimutagènic
10. antioxidant
11. antitumoral
12. candidicida
13. fagocitòtic
14. immunoestimulant
15. quelador de metalls

ÀCID GÀL·LIC:

1. analgèsic
2. antiadenovirus
3. antianafil·làctic
4. antibacterià G+, G-
5. antifibrinolític
6. antihepatotòxic
7. antinitrosamines
8. antiperoxidant
9. antipòlio
10. antitumoral
11. antivíric
12. astringent
13. immunosupressor
14. miorelaxant

ÀCID LINOLEIC:

1. anafil·laxis
2. arteriosclerosis
3. artritis
4. càncer (preventiu)
5. constricció coronària
6. èczema
7. fetge espatllat
8. fibrinolisis

9. granulacions
10. hipercolesterolèmia
11. histamina
12. immunitat inadaptada
13. inflamacions
14. leucotriens
15. menorràgia
16. nematodes
17. prostatisme

ÀCID OLEANÒLIC:

1. al·lèrgies
2. aromataza
3. aterosclerosi
4. bacteris
5. càncer (preventiu)
6. ciclo-oxigenasa
7. cor dèbil
8. edema
9. embaràs
10. excitació nerviosa
11. fagòcits poc actius
12. fertilitat
13. fetge desprotegit
14. gingivitis
15. hepatotoxicitat
16. hiperlipidèmia
17. inflamacions
18. immunitat disparada
19. malària
20. mitosis
21. MRSA, VRE
22. oxidacions
23. periodontitis
24. plasmodis
25. retenció d'orina
26. sarcoma
27. síntesis de prostaglandines
28. tumors
29. úlceres
30. uter poc actiu
31. virus
32. virus de la sida (a 1.7 micrograms por mil·lilitre)

ÀCID ROSMARÍNIC:

1. adenocarcinoma de mama
2. Alzhemier ↓↓
3. antianafil·làctic
4. antibacterià
5. antihemolític
6. antihepatotòxic
7. antiherpètic

8. antiinflamatori
9. antixoc
10. asma
11. carcinoma de còlon
12. carcinoma de pròstata
13. carcinoma hepato-cel·lular
14. carcinoma pulmonar de cèl·lula petita
15. dermatitis atòpica
16. leucèmia mieloide crònica
17. metastasi a partir de càncer de mama
18. oftàlmic (amb nanopartícules de quitosan)
19. protegeix les neurones de tòxics
20. rinitis al·lèrgica
21. tumors a la pell
22. via de senyals mediada pel receptor de les cèl·lules T ↓↓

ÀCID SALICÍLIC:

1. analgèsic
2. antibacterià
3. anticaspa
4. antiedematós
5. antiinflamatori
6. antineuràlgic
7. antipirètic
8. antipsoriàtic
9. antireumàtic
10. antisèptic
11. antitumoral
12. fungicida
13. hipoglucèmic
14. preventiu del càncer

ÀCID URSÒLIC:

1. angiogènesis
2. *Entrococcus faecium* resitants
3. incrementa descarboxilasa dels aminoàcids aromàtics
4. inhibeix la elastasa
5. inhibeix la formació d'àcid úric
6. inhibeix la LOX
7. inhibeix la MMP-9
8. invasió de cèl·lules de melanoma
9. metastasi als pulmons: inhibeix a IC 100 ppm la urocinasa i la cathepsina B a les cèl·lules B16 (metaloma ratolí)
10. MRSA, VRE
11. proteases neoplàsiques

ALFA-AMIRINA:

1. antiedèmica
2. antiinflamatòria
3. antitumoral

ALFA-PINÈ:

1. antibacterià
2. antigripal
3. antiinflamatori
4. espasmogènic
5. preventiu del càncer

ALFA-TERPINEOL:

1. antibacterià
2. anticariogènic
3. nematocida
4. sedant

ALFA-THUJONA:

1. abortiva
2. analgèsica
3. antibacteriana
4. antitumoral
5. emmenagoga
6. incrementa expressió de p-ERK1/2 i de p-Akt (en càncer de còlon)
7. incrementa la proliferació cel·lular dels CD3AK i la citotoxicitat (millorant l'expressió de CD107a i de pERK1/2 (càncer de còlon)
8. insecticida
9. larvicida

APIGENINA:

12. antial·lèrgica
13. antiaritmica
14. antiestrogènica
15. antihistamínica
16. antioxidant
17. antitiroidea
18. antitumoral dèrmica
19. antivírica
20. hipotensora
21. preventiva del càncer
22. vasodilatadora

BETA-CAROTÈ:

1. acné
2. asma
3. càncer
4. càncer (preventiu)
5. caspa
6. envelliment
7. estrès
8. fagocitosis escassa
9. fotofòbia
10. hiperqueratosi
11. immunitat baixa
12. interferó escàs
13. lupus
14. mastitis
15. mucositat esacassa
16. mutacions
17. oclusió coronària
18. ozena
19. porfíria
20. psoriasis
21. pus
22. radicals lliures oxidants
23. timus espatllat
24. tumors
25. úlceres
26. xeroftàlmia

BETA-SITOSTEROL:

1. bacteris
2. bulímia
3. càncer de mama
4. càncer (preventiu)
5. cándides
6. ciclo-oxigenasa
7. cossos cetònics
8. cucs
9. depressió
10. diabetis
11. edemes
12. estrògens escassos
13. fertilitat espermatozous
14. fetge intoxicat
15. gestació
16. glucosidil-transferasa
17. hipercolesterolèmia
18. hiperlipidèmia
19. hiperlipoproteïnèmia
20. hipertensió
21. immunitat exagerada
22. impotència
23. inflamacions
24. limfomes
25. lipo-oxigenasa

26. mono-amino-oxidases
27. mutacions
28. neoplàsia
29. prostatisme
30. radicals lliures oxidants
31. ronyó inflammat
32. tumors (pulmó, coll de matriu)
33. úlceres
34. virus
35. virus de la sida
36. xantina-oxidasa

❖ **BORNEOL:**

1. analgèsic
2. antiacetilcolina
3. antibronquític
4. antiespasmòdic
5. antiinflamatori
6. antipirètic
7. miorelaxant
8. nematicida

CÀMFORA:

1. analgèsica
2. anestèsica
3. antiacné
4. antifibrosítica
5. antineuràlgica
6. antisèptica
7. contrairritant
8. descongestionant
9. nematicida
10. verrucolítica

CARIOFIL·LÈ:

1. acné
2. asma
3. bacteris
4. bulímia
5. edemes
6. espasmes
7. estreptococs
8. inflamacions
9. insectes (repel·leix)
10. tumors MCF-7, HCT-116

CARNOSOL:

1. antiinflamatori (leucotriens ↓↓, LOX-5 ↓↓)
2. Ca⁺⁺ intracel·lular induït per quimiotaxis ↓↓
3. demielinització ↓↓
4. dímers de ciclobutà-pirimidina als queratinòcits exposats a UVB ↓↓
5. elastasa als leucòcits ↓↓
6. encefalomièlitis ↓↓
7. esclerosi múltiple ↓↓
8. fosforilació del STAT ↓↓
9. gastroprotector
10. malalties autoimmunes ↓↓
11. NF-KB translocació nuclear ↓↓
12. ROS ↓↓
13. s'ancora al receptor GABA/benzodiazepina del cervell
14. sinèrgic amb gentamicina i vancomicina
15. Th17 (diferenciació, patogènia) ↓↓
16. toxicitat ↓↓ del nitropussit sòdic a les cèl·lules glials c6.

CATEQUINA:

1. antialcohòlica
2. antiartítica
3. antiherpètica
4. antihistamínica
5. antiinflamatòria
6. antileucèmica
7. antiperiodontal
8. antivírica
9. fungicida
10. hemostàtica

CITRAL:

1. antianafil·làctic
2. antibacterià
3. antihistamínic
4. broncorelaxant
5. expectorant
6. fungicida
7. nematicida
8. preventiu del càncer

ESCLAREOL

1. estimula proliferació queratinòcits
2. evita mort cel·lular per UVB
3. inhibeix expressió ARNm de les MMPs (mitjançant la regulació d' AP1
4. recupera el gruix de la pell exposada a UVB
5. recupera expressió del PCNA (antigen nuclear de proliferació cel·lular)

FARNESOL:

1. al·lèrgic
2. antiadenòmic
3. anticancerós de còlon
4. anticancerós pancreàtic
5. antiespasmòdic
6. antileucèmic
7. antimelanòmic
8. nematocida
9. sedant
10. tricomonicida

GERANIOL:

1. antibacterià
2. anticancerós pancreàtic
3. anticariogènic
4. antisèptic
5. antiespasmòdic
6. antitumoral
7. emètic
8. fungicida
9. nematocida
10. sedant
11. tricomonicida

ISO-ROSMANOL

1. Alzheimer (inhibeix la acetilcolinesterasa a IC₆₅ de 500 microM)
2. inhibeix la formació de melanina

LLIMONÈ:

1. al·lèrgic
2. anti-Alzheimer
3. anticancerós
4. antigripal
5. antimutagènic
6. antisèptic
7. antitumoral mamari
8. antitumoral pancreàtic
9. antitumoral prostàtic

10. antivíric
11. expectorant
12. fungicida
13. nematocida
14. sedant

LUTEOLINA:

1. antibacteriana
2. anticataractes
3. antiespasmòdica
4. antiherpètica
5. antihistamínica
6. antiinflamatòria
7. antimutagènica
8. antioxidant
9. antipòlio
10. antitussiva
11. preventiva del càncer
12. protectora hepàtica

MAGNESI:

1. agregacions plaquetàries
2. angina de pit
3. anorèxia
4. ansietat
5. arítmia
6. artritis
7. asma
8. aterosclerosi
9. Calci
10. càlculs
11. contractures musculars
12. convulsions
13. depressió
14. diabetis
15. dismenorrea
16. dolor de mama
17. epilèpsia
18. espasmofília
19. glaucoma
20. hipercolesterolèmia
21. hiperquinèsia
22. hipertensió
23. hipoglucèmia
24. inflamacions
25. insomni
26. migranya
27. neurosis
28. osteoporosi
29. úter excitat
30. vasoconstricció vasos sanguinis

MANOOL:

1. antigenotòxic (en Hep-2)
2. B16F10 melanoma murí
3. HeLa adenocarcinoma de coll de matriu),
4. HepG2 carcinoma hepatocel·lular
5. MCF-7 adenocarcinoma de mama humà,
6. MO59J, U343,U251 glioblastoma humà

MIRCE

1. al·lèrgic
2. analgèsic
3. antibacterià
4. antiespasmòdic
5. antioxidant
6. fungicida

NIACINA:

1. al·lèrgica
2. ani-vertigen
3. antiambliòpica
4. anticonvulsiva
5. antidisfàgica
6. antiepilèptica
7. antineuràlgica
8. antiparkinsoniana
9. antiradioactivitat
10. protectora hepàtica
11. vasodilatadora

P-CIMÈ:

1. analgèsic
2. antiacetilcolinesterasa
3. antibacterià
4. antirreumàtic
5. antivíric
6. fungicida
7. insectífug
8. tricomonocida

PINÈ:

1. al·lèrgic
2. antibacterià
3. antiespasmòdic
4. antisèptic
5. contractor entèric
6. convulsant
7. expectorant
8. fungicida
9. herbicida

TANINS:

1. bacteris
2. càncer
3. càncer (preventiu)
4. ciclo-oxigenasa
5. cossos cetònics
6. cucs
7. depressió
8. fetge intoxicat
9. glucosidil-transferasa
10. hipertensió
11. immunitat exagerada
12. lipo-oxigenasa
13. mono-amino-oxidases
14. neoplàsia
15. radicals lliures oxidants
16. ronyó inflammat
17. tumors
18. úlceres
19. virus
20. virus del sida
21. xantina-oxidasa

TERPINÈN-4-OL:

1. anti-acetilcolinesterasa
2. antial·lèrgic
3. antiasmàtic
4. antisèptic
5. bacteriostàtic
6. irritant
7. nematocida

Més informació a:

AHMAD GHORBANIA & MAHDI ESMAELIZADEH: Pharmacological properties of *Salvia officinalis* and its components. *J Tradit Complement Med*. 2017 Oct; 7(4): 433–440. Published online 2017 Jan 13. PMID: 29034191 10.1016/j.jtcme.2016.12.014



*Salvia
officinalis*



Salvia lavandulifolia Vahl



Salvia officinalis L. (inflorescència)