



16

ARÍTJOL / ZARZAPARRILLA

SMILAX ASPERA



MIGUEL BIARNÉS



DESCRIPCIÓ:

Planta molt espinosa, plena de punxes en forma d'ham, liana espinosa, dioica, proveïda de circells, de fulles cordiformes, llunts i esparses, de flors groguenques agrupades en ramells i fruits rodons, vermells o negres.

ÚS I PROPIETATS:

Us: fulles, fruits i arrels-rizoma.

Propietats: L'arítjol dona lloc a una beguda refrescant obtinguda de les arrels de la planta, la sarsa, aquesta beguda ja molt antiga, i molt semblant al producte comercialitzat per Coca-Cola, és d'origen espanyol.

Les infusions de les arrels de l'arítjol o sarsa són utilitzades sobretot en els casos de reumatisme i càlculs renals, les malalties de la pell (èczema, psoriasi), però també en els casos de grip, anorèxia, gota, àcid úric i l'excés de colesterol. Té acció diürètica i diaforètica, perquè afavoreix la circulació. Es bo barrejar-la amb fulles de noguer, que ajuda a ser més diürètica i a cremar greixos.

Observacions: La planta també s'utilitza com a tònic i per les seues propietats afrodisíaques a Mèxic i a l'Amazònia s'empren per augmentar la virilitat i el tractament dels trastorns de la menopausa. S'utilitza en el tractament de les malalties respiratòries i la sífilis. Els brots tendres es poden menjar com els espàrrecs. També es conrea com a planta ornamental.

MÈTODE DE PREPARACIÓ:

En infusió o tisana 25 grams de fulles de sàlvia per cada litre d'aigua, tres vegades al dia, la mateixa tisana i fent una novena, elimina les morenes o hemorroides.

També existeixen alguns laboratoris que ho comercialitzen en pastilles liofilitzades i que tenen l'extracte sec de la sàlvia com a un principi actiu.

CONTRAINDICACIONS I PRECAUCIONS:

No se li coneixen, però cal precaució en nens i dones lactants, vigilant els seus efectes secundaris.

CULTIU I ON LA PUC TROBAR

Viu principalment als alzinars, a les màquies i a les garrigues de les contrades mediterrànies marítimes. Creix als ribassos, marges, sotabosc en forma silvestre.

OBSERVACIONS I CURIOSITATS

També se l'anomena: arínjol, aritja, matavelles.

