

***Stellaria media* (L.) Vill.**

[1789, Hist. Pl. Dauph., 3: 615] $2n = 40, 42, 44$





NOMS POPULARS

- Alemanys:** Gewöhnliche vogelmiere/Hühnerdarm/Gewöhnliche Vogelmiere
Gewöhnliche sternmiere / Hühnerabbiss / Kanarienvogelkraut / Meier /
Mäusedarm / Sternenkraut / Sternmiere / Vogel-miere / Vogel-
sternmiere / Vogelmiere / Vögelichrut
- Anglès:** Common chickweed/ Adder's mouth / Chick wittles / Chickweed/
Common starwort / Mouse-ear / Nodding chickweed / Satinflower /
Starweed / Stitchwort / Tounge grass / White bird's-eye / Winterweed
- Àrab:** حشيشة القزاز/النجمية / قزازه / نجمية وسيطة
- Aragonès:** erba de los callejones, yerba de los rincones, yerba gallinera, pamplina,
yerba cloquera.
- Bable:** meruxa, meruxas, miruxa, moruxa, muruxa.
- Basc/Euskera:** albaraka-belarr, chabarcoya, chabarkoya, izarbelarra, izarrbedarr, sagu-
belarra, sagubedarr, saguberra, sapa belarr, sapa-belarra, sapabedarr,
sapabelharr, sapelar, sapelarr, sapelarra, txabarkoi.
- Castellà:** Pamplina/Alsine / Capiquí / Hierba de los canarios / Hierba gallinera /
Hierba roquera / Maruja / Pajarera / Parietaria / Pegojo / Picagallina/ ala
de monte, ala de mosca, ameruja, berraña, boca de gallina, bocado de
gallina, boruja, cloquera, coruja, emboruja , fozón, gallinera, gargantilla,
hierba canariera, hierba de canarios, hierba de las aves, hierba de los
canarios, hierba gallinaria, hierba gallinera, hierba pajarera, hierba
ponedora, la dama, lambuco, lambujo, lapilla, lirada, majura, mariquita de
invierno, marujas, marusa, marusas, melugino, meluja, melujino, melujo,
melujín, merubia, merugino, meruia, meruja, merujas, merujón, merusa,
merusia, meruya, miosota, mολουja, moraca, morruges, moruca, moruja,
morujina, morujo, moruquera, moruquilla, morusa, morusia, morusín,
moruya, muraje, murajes, muruja, murujina, oreja de ratón, orejas de

ratón, orejuelas de ratón, pajarera, pamplina de canarios, pamplina de huertos, pamplina de secano, pamplinas, paulina, picagallinas, picapol, piejuelo, pijuelo, regachal, regaho, regajo, repipionito, tripa de gallina, yerba cloquera

Català: Morró/ Borrissol / Herba de gallina / Herba de les cadernerres/ Morró comú/Morróns / Morróns de canari / Pica-gallina / Pica-poll / Saginera / Tinya/ canariera, gazau, gazava, gazaves, herba cloquera, herba d'auzell, herba de canari, herba d'ocell, herba gallina, herba gallinera, herba ponedora, herba saginera, llapó, morallons, moralló, morrons, morrons blancs, morrons de canari, morruts, morró, morró blanc, morró de canari, mos de gallina, mossegada de gallina, ocellera, pardalera, pica-gallina, picapoll, pic de gallina, saginera, tinya, tinyarra de mur, saginera.

Danès: Fuglegræs/Almindelig fuglegræs

Eslovac: Hviezdica prostredná

Eslovè: Navadna zvezdica/Kurja črevca / Zvezdica navadna

Estonià: Vesihein

Feroès: Opinekrúarvi

Finlandès: Pihatähtimö/Vesiheinä

Francès: Mouron des oiseaux/Herbe à l'oiseau / Langue d'oiseau / Morgeline / Mouron blanc / Stellaire / Stellaire intermédiaire

Gaèlic: Fliodh/Fuilig

Gal·lès: Gwlyddyn y dom/Brechlys / Gwlydd / Gwlydd y cywion / Gwlydd y gwyddau / Gwlydd yr dom / Gwlydd yr ieir / Llynorlys / Llysiau'r dom / Tafor yr edn canolig

Gallec: alsine, herba do garrotillo, herba pajareira, herba paxareira, maruxa, miruxa, moruge, morugem, morugem-branca, morugem-vulgar, morugue, moruxa, moruxe, muruge, muruxa, muruxas, muruxon, orelha-da-rato, orelha-de-rato, pamplina.

Grec: Στελλάρια / Στελλάρια η μεσαία

Grec: כוכביית / כוכביית מצויה / כוכביית

Holandès: Vogelmuur/Muur / Starkruid

Hongarès: Tyúkhúr/Kőhúr / Közönséges tyúkhúr / Lúdhúr

Islandès: Haugarfi

Italià: Centocchio

Japonès: コハコベ/こはこべ

Kurd: Giyaberk

Noruec: Dritarve / Fuglegras / Grisegras / Gørrarve / Hønsgras / Mittinggras / Surpegras / Svinarve / Svinearve / Vassarv / Vassarve

Persa/Farsi: علف زمستانی

Polonès: Gwiazdnica pospolita

Portuguès: Morugem/Erva-canária / Erva-moleira / Esparguta / Marugem / Morugem-branca / Morugem-vulgar / Olho-de-toupeira / Orelha-de-toupeira

Portuguès: Alsina, esparguta, morrião, herba paxareira, marrugem, marugem, merugem-dos-campos, merujes da horta, morugem, morugem-branca, morujas da horta, murugem, murujem, muruxa, orelha-da-rato, orelha-de-toupeira.

Rus: Звездчатка средняя/Звездчатка

Serbi: Мишјакиња/ Mišjakinja

Suec: Natagräs / Nate / Våtnarv / Våtarv

Turc: Kusotu

Тхес: Ptačinec prostřední/Ptačinec prostoední / Ptačinec žabinec

Ucrainès: Зірочник середній

Xinès: 繁縷

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA

Dins la gran família de les Cariofil·làcies, la subfamília de les Alsinàcies és d'herbes amb fulles oposades, decussades, sense estípules, amb flors regulars dialipètales super-ovàriques, isostèmones (o diplostèmones) amb 5 estams lliures, 3 estils; i amb la càpsula dehiscent apicalment, amb 6 dents bífides, calze de peces força lliures. Dins la subfamília de les *Alsinaceae* Lam. & DC., *Stellaria media* es distingeix per les flors dialipètales isostèmones, amb 5 pètals bipartits i per tenir les fulles amb pecíol, un rengle de pèls a les tiges, pètals no massa més llargs o més curts que els sèpals, tiges de secció arrodonida. Les fulles fan fins a 2 cm i són glabres a la làmina. S'han agrupat dins aquest espècie altres menors: *Stellaria negelecta* i *Stellaria pallida*. *Stellaria neglecta* pot tenir 10 estams, tiges de 30-50 cm, llavors de 1.2-1.7 mm amb tubercles cònics. *Stellaria pallida* té les llavors de 0.6-0.8 mm de color groc marronós clar, pètals rudimentaris, estams 5, tiges de 3-10 cm. *Stellaria media* té les llavors de 0.8-1.3 mm, de color marró rogenc fosc, pètals aproximadament la meitat de llargs que els sèpals, estams 3-5, tiges de 3-10 cm, fulles inferiors ovals acuminades, pedicels fructífers 4-6 cops la longitud del calze, sèpals de 3-4 × 1 mm, pètals un 30-65% la longitud dels sèpals, molt bipartits; càpsula de 6-7 × 2.5 mm, en forma de pera, entre igual i el doble d'alta que l'alçada dels sèpals. Tubercles de les llavors arrodonits.

MALURES: *Peronospora* sp., *Sclerotinia minor*, *Sclerotium roldsii*

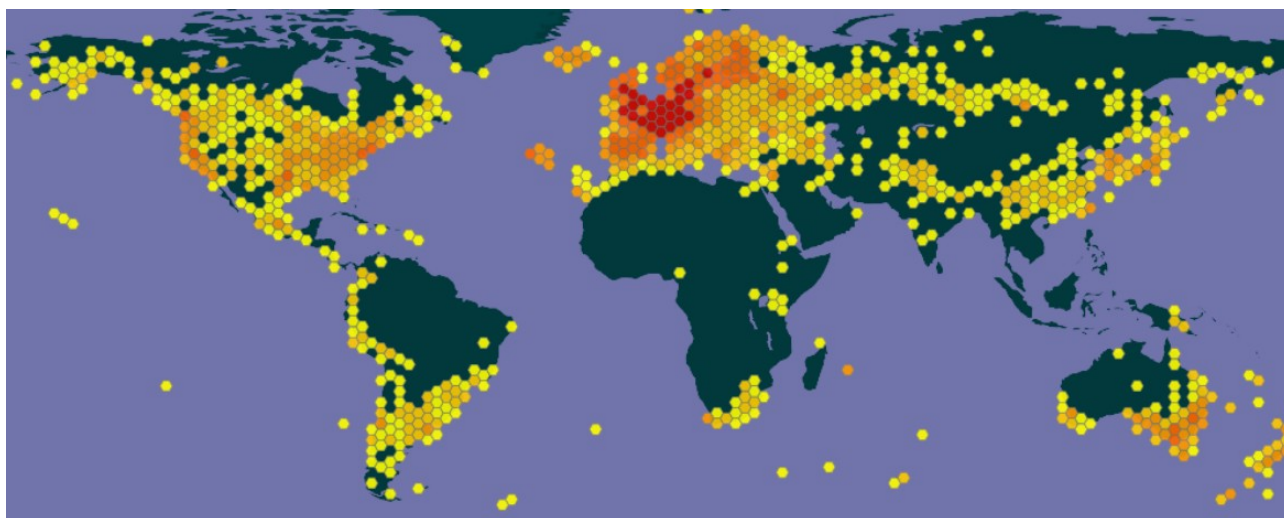
HÀBITAT I DISTRIBUCIÓ GEOGRÀFICA

Es fa a horts, jardins, torretes amb flors, camins, marges, guarets, camps conreats, des de terra baixa fins l'estatge subalpí. És cosmopolita però escasseja als països tropicals o als desèrtics. Poden acompanyar-la:

Amaranthus blitoides
Amaranthus deflexus
Amaranthus retroflexus
Chenopodium murale
Chenopodium vulvaria
Cyperus rotundus

Dysphania ambrosioides
Erigeron bonariensis
Hordeum murinum
Parietaria officinalis
Plantago major
Portulaca oleracea

Portulaca oleracea
Setaria viridis
Sonchus oleraceus
Urtica urens
Veronica hederifolia
Veronica persica



Stellaria media al món, segons GBIF

HISTÒRIA I ESOTERISME

Les flors es tanques unes 2 hores abans que ploqui. Els romans clàssics consideraren la planta un elixir de vida mentre que les «autoritats» sanitàries espanyoles actuals la consideren verinosa (nº 196 de l'annex la Ordre SCO/169/2004, de 28 de gener) i la identifiquen com idèntica a *Stellaria dichotoma*, de la Xina, amb fulles sèssils i tota ella peluda. Per a NICHOLAS CULPERPER (segle XVII) el «chickweed» és del domini de la Lluna. Contra la inflamació del fetge aplica compreses amb el suc de la planta o la planta saltejada va molt bé. També de la mateixa manera es pot aplicar contra bonys, vermellors, picors, inflamacions a la pell de la cara. El suc sol o bullit amb llard ajuda contra les rampes, convulsions, espasmes, paràlisis. El suc, o l'hidrolat (=destil·lat aquós) va bé contra la inflamació dels ulls o de l'oïda o de les hemorroides. També va bé contra les úlceres venèries o les varicoses o on sigui de la pell. Un cataplasma de les fulles bullides amb malví i farina de llinosa i de fenigrec cura els bonys infectats i alleuja el mal de la tendinitis. Bullint un grapat de la planta amb un grapat de pètals de roses vermelles en un petricó (1/4 de L) de vi moscatell fins a reducció a 3/4 i afegint-hi 1/2 litre d'oli de peus de porc o de xai per acabar-ho de bullir més i aplicat això vora el foc i fent massatge amb la ma i embenant-ho tot després, cura qualsevol mal.

LITERATURA

- «¡No me vengas con pamplinas!» [coses molt poc importants]
- «Para las gallinas, pamplinas»

PROPIETATS MEDICINALS

- | | |
|--|-----------------------|
| • analgèsica | • depurativa |
| • ansiolítica | • diürètica |
| • antibiòtica (p.p. SmAMP2,3) | • emmenagoga |
| • antiespasmòdica | • emol·lient |
| • antifúngica (p.p. SmAMP2, alfa-hairpinina) | • febrifuga |
| • antihemorràgica | • galactagoga |
| • antiinflamatòria | • immunoestimulant |
| • antioxidant | • laxant |
| • antiproliferativa | • mucolítica |
| • antireumàtica | • oftàlmica |
| • antisèptica | • protectora hepàtica |
| • aperitiva | • refrescant |
| • cicatritzant | • vulnerària |

USOS MEDICINALS

- | | |
|--------------------------|--|
| • abscessos | • cames inflades |
| • acne | • càncer de còlon LoVo (p. p. stel·larmedina -A) |
| • amenorrea | • càncer de fetge |
| • ansietat | • colesterol alt |
| • artritis | • conjuntivitis |
| • asma | • <i>couperosis</i> |
| • <i>Bacillus cereus</i> | • cremades |
| • bonys inflamats | • dermatitis de contacte |
| • bronquitis | • diabetis |
| • bulímia | • èczemes |
| • càlculs renals | • edema a les cames |
| • cames cansades UI | |

- *Enterobacter cloacae*
- *Escherichia coli*
- espasmes
- fatiga primaveral
- febre
- fongs
- gasos digestius
- gota
- hemorràgies
- hemorroides
- hepatitis B
- herpes genital HSV-2
- indigestions
- infeccions genitals
- infeccions urinàries
- insolació
- irritabilitat
- *Klebsiella pneumoniae*
- leishmaniosis (*Leishmania tropica*)
- leucèmia HL_60
- llet escassa
- mal de coll
- mal de ventre UE
- mala circulació
- mossegades
- mussols
- obesitat
- ossos dislocats
- otitis
- paràlisis
- picors
- pielonefritis
- *Pseudomonas aeruginosa*
- psoriasis
- puerperi
- rampes
- restrenyiment
- reuma UE (bany)
- *Salmonella typhi*
- *Salmonella typhimurinum*
- *Serratia marcescens*
- *Staphylococcus aureus*
- *Streptococcus epidermidis*
- *Streptococcus pyogenes*
- talls
- tendinitis
- tirotoxicosis
- tos
- tuberculosi
- úlcers d'estómac
- úlcers cròniques
- úlcers varicoses
- urticària

PREPARATS

- Amanida amb enciam i altres fulles tendres
- Cataplasma amb fulles de malví, llinosa i fenigrec: contra tendinitis i bonys infectats.
- Llavors: afegides al pa o a les sopes.
- Suc: 3 cullerades/dia contra afeccions pulmonars.
- Verdura: cuites com si fossin espinacs, soles o amb fesols o amb fajols.
- Vegi's a Història (NICHOLAS CULPEPER)

VETERINÀRIA

És costum generalitzada donar la planta tendra a les gallines i altres ocells perquè millorin la posta d'ous. La planta, com tantes altres, fa mal als conills si la mengen mullada.

POSSIBLE TOXICITAT

Degut al seu contingut en saponines recomanen que no en prenguin les embarassades o persones anèmiques i a més a més invàlides que donin el pit. Degut al contingut en nitrats, als nens petits (menors de 4 anys) els podria provocar anèmia (metahemoglobinèmia). Tampoc és adient aplicar la planta als ulls si hi ha glaucoma. A algunes persones el contacte amb la planta els produeix dermatitis.

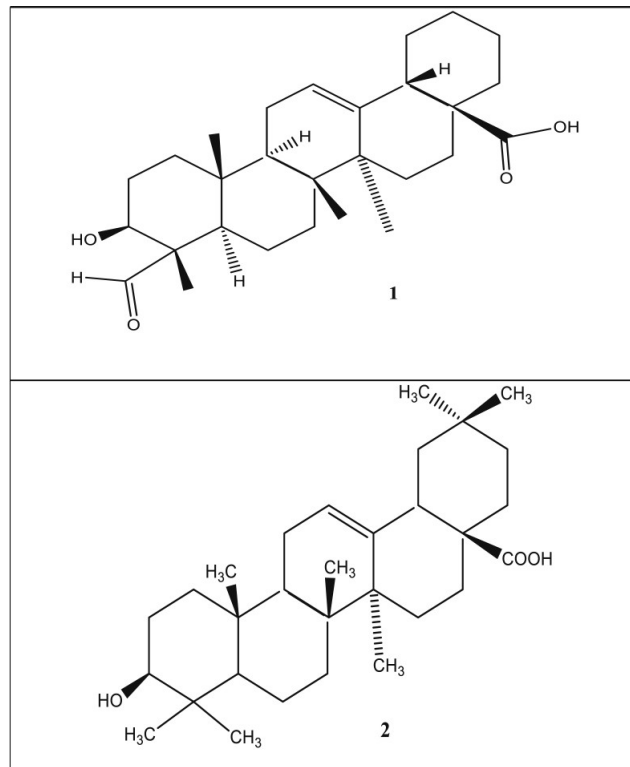
PRINCIPIS ACTIUS DE LA STELLARIA MEDIA

Valor nutricional de les fulles/planta SECA /100g

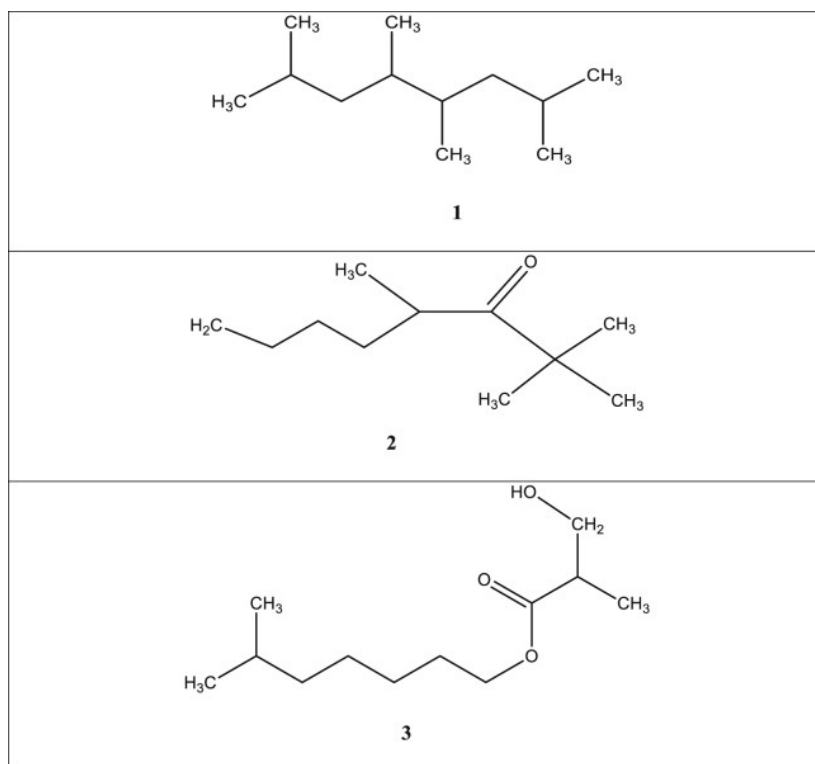
- proteïnes 14.5 g; carbohidrats 63.9 g/ fibra 20.5 g/ minerals 19.3 g;
- vitamina A 30 mg; vitamina B1 0.02 mg; vitamina B2 0.14 mg/ niacina 0.51 mg; vitamina C 375 mg; vitamina E 440 ppm; vitamina K1
- aminoàcids: glicina, alanina, lisina, timina, uracil, àcid aspàrtic, àcid glutàmic, serina, prolina, timidina, tirosina, histidina, GABA, treonina.

- | | |
|--|---|
| • 1-hexacosanol | • àcid ferúlic |
| • 1-nonanol | • àcid gamma-linolènic |
| • 3-beta,16-beta,23,28-tetrahidroxioleana-11,13(18)-dièn-3-O-beta-D-glucopiranosil(1-->3)[beta-D-glucopiranosil(1-->2)]-beta-D-fucopiranòsid | • àcid heptan-1,7-dioic |
| • 3-metil-6-hidroxi-heneicos-3-enil-acetat | • àcid hexacosanoic |
| • 6,7-dimetil-heptacosà | • àcid hexan-1,6-dioic |
| • àcid 2-amino-adípic | • àcid hidroxi-benzoic |
| • àcid 2-hidroxi-docosanoic | • àcid icosanoic |
| • àcid 2-hidroxi-hexadecanoic | • àcid indol-3-acètic |
| • àcid 2-hidroxi-tetracosanoic | • àcid làuric |
| • àcid 4-hidroxi-benzoic | • àcid lignocèric |
| • àcid 5-acetoxido-tetracont-3-èn-1-ol | • àcid linoleic |
| • àcid 6,7-dihidroxidocosanoic | • àcid melíssic |
| • àcid 7-hidroxi-heptanoic | • àcid metil-docosanoic (ramificat) |
| • àcid 8-hidroxi-nonaic | • àcid metil-heptadecanoic (ramificat) |
| • àcid 8-hidroxi-octanoic | • àcid metil-hexadecanoic (ramificat) |
| • àcid 9-hidroxi-decanoic | • àcid metil-pentacosanoic (ramificat) |
| • àcid 9-hidroxi-hexadecanoic | • àcid montànic |
| • àcid 9-hidroxi-nonanoic | • àcid nonan-1,9-dioic |
| • àcid 9-hidroxi-nonanònic | • àcid octacosanoic |
| • àcid 9-hidroxi-octadecanoic | • àcid octadecatetraènic |
| • àcid 9-hidroxi-tetradecanoic | • àcid oleic |
| • àcid 9,10-dihidroxi-octadecanoic | • àcid oxàlic |
| • àcid 9,16-dihidroxi-hexadecanoic | • àcid palmític |
| • àcid 10-hidroxi-decanoic | • àcid pentadecanoic |
| • àcid 10-hidroxi-docosanoic | • àcid pentan-1,5-dioic |
| • àcid 10-hidroxi-hexadecanoic | • àcid propan-1,3-dioic |
| • àcid 11-hidroxi-docosanoic | • àcid tetracosanoic |
| • àcid 11-hidroxi-decanoic | • àcid tetradecanoic |
| • àcid 11-hidroxi-undecanoic | • àcid triacontanoic |
| • àcid 13-hidroxi-hexadecanoic | • àcid tricosanoic |
| • àcid behènic | • àcid undecan-1,11-dioic |
| • àcid butan-1,4-dioic | • àcid vainíllic |
| • àcid cafeic | • alfa-hairpinina [pèptid] |
| • àcid carboxílic | • Alumini 1900 ppm |
| • àcid ceròtic | • anhidrasa carbònica |
| • àcid clorogènic | • antraquinones |
| • àcid decan-1,10-dioic | • apigenina |
| • àcid esteàric | • apigenina-6-C-alfa-L-arabinopiranosil-8-C-beta-D-galactopiranòsid |
| • àcid esteàric-metil-èster | • apigenina-6-C-beta-D-galactopiranosil-8-C-alfa-L-arabinopiranòsid |

- apigenina-6-C-beta-D-galactopiranosil-8-C-beta-L-arabinopiranosid
- apigenina-6-C-beta-D-glucopiranosil-8-C-beta-D-galactopiranosid
- apigenina-6,8-di-C-alfa-L-arabinopiranosid
- apigenina-6,8-di-C-galactosa
- beta-carotè
- beta-sitosterol
- C-glicosil-flavones
- C,O-glicosil-flavones
- C-pentosil-c-hexosil-apigenina
- Cadmi
- Calci
- ceril-ceroat
- Clor
- Cobalt 12 ppm
- Crom 1 ppm
- cumarines
- daucasterol
- dietilèn-glicol
- docosan-1-ol
- emodina
- eskatol
- Estany
- esteroides
- Ferro 3400 ppm
- fibra
- flavonoides:
 - apigenina
 - daucasterol
 - kaempferol
 - kaempferol-3,7-beta-L-dirhamnòsid
 - parietina
 - questina
 - rutina
- Fòsfor
- genisteïna
- gipsogenina
- glicerol
- glucòsids triterpènics
- hentriacontà
- hentriacontanol
- heptadecan-1-ol
- hexacosan-1-ol-palmitat
- hexadecan-1-ol
- hidroxi-cumarines
- indol
- indol-3-acetonitril
- licnosa (= alfa-D-Gal-(1-->6)-alfa-D-Glc-(1-->2)-beta-D-Fru-(1-->1)-alfa-D-Gal)
- luteolina
- Magnesi 5300 ppm
- Manganès 5 ppm
- Mercuri
- metil-estearat
- midó
- mucílag
- N-hentriacontà
- nonal-1-ol
- O-galactosil-6,8-di-C-galactosil-4',5'-dihidroxi-flavona
- oli essencial 0.2%
- òxid de Fòsfor
- pentacosan-1-ol
- pentadecan-1-ol
- pèptids: SmAMPa.1a, SmAMP1.2a, SmAMP-D1, SmAMP-D2, SmAMP3, SmAMP2; alfa-hairpidina
- plastocianina
- Plom
- polisacàrids
- Potassi 8400 ppm
- rutina
- sacaropina
- saponarina
- saponines tri-terpenoides
- Seleni 0.4 ppm
- Silici 4700 ppm
- Sodi 1400 ppm
- Sofre 3800 ppm
- stel·larmedina-A
- stel·lariòsid [oligosacàrid] (= α -d-Gal-(1→6)-[α -d-Gal-(1→4)] α -d-Glc-(1→2) β -d-Fru-(1→1) α -d-Gal)
- tanins
- triacontan-1-ol
- triptòfan
- vicenina-2
- Zinc 5 ppm



1: gipsogenina; 2: àcid oleanòlic



1: 2,4,5,7-tetrametil-octà; 2: 2,2,4-trimetil-octan-3-ona;
3: 6-metil-heptil-3'-hidroxi-2'-metil-propanoat

MÉS INFORMACIÓ

«*Stellaria media* (L.)Vill.- A plant with immense therapeutic potentials: phytochemistry and pharmacology». OLUWOLE SALOMON OLADEJI, ABEL KOLAWOLE OYEBAMIJI. Heliyon. 6 (6) (2020).

