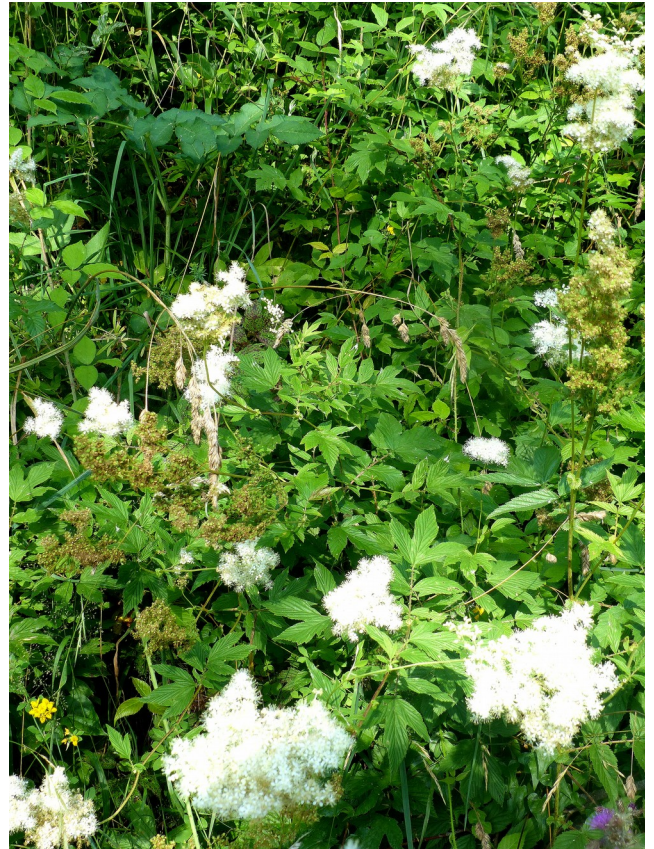


***FILIPENDULA ULMARIA* (L.) Maxim.**

Trudy Imperatorskago S.-Peterburgskago Botaničeskago Sada 6(1): 251. 1879.

(=*Spiraea ulmaria* L.)



NOMS POPULARS

Alemanys: Beinkraut / Echte rüsterstaude / Echtes mädesüss / Geissbart / Grosses / Grosses mädesüss / Krampfkraut / Mädesüss / Moor-spierstaude Spierblumen / Spierstaude / Wiesen-spierstaude / Wiesen-spierstrauch / Wiesengeissbart / Wiesenkönigin / Wilder fliede

Anglès: bridewort, dolloff, meadowsweet, meadow queen, meadow-wort, pride of the meadow, queen of the meadow.

Aragonès: reina de los prados.

Català: herba blanca, herba foradada, reina dels prats, ulmària.

Castellà: altarcina, altarreina, espirea, filipéndula, florón, norotil, reina de los prados, reina del prado, ulmaria, ulmarina.

Mallorquí: reina de prats.

Gallec: filipéndula, herba ulmaria, herba ulmeira, raiña dos prados, ulmaria, ulmeira.

Euskera: burdilinda, burudilina, nasailora, pasailora, semelora, soroerregiña.

Francès: barbe de bouc, reine des prés, ulmaire.

Portuguès: erbascos, erva ulmaria, erva ulmeira, erva-das-abelhas, erva-ulmeira, herva ulmaria, herva ulmeira, molejas, rainha dos lameiros, rainha-dos-prados, ulmaria, ulmeira, ulmária.

Occità: Reina daus prats, Reina dels prats, Ulmària

Rus: Таволга вязолистная, Лабазник вязолистный, Лабázник вязоли́стный, Та́волжник.

NOTA: el nom d'ULMÀRIA li ve de la similitud de la rugositat de les fulles amb les de l'om (*Ulmus*). El nom de *filipendula* segurament li ve de les moltes arrels fines com a fils que emergeixen, com si en pengessin, del rizoma. El nom del famós medicament “*aspirina*” deriva del nom que LINNEÉ va donar a aquesta planta, ja que de les flors se n'extragué per primera vegada l'àcid acetil salicílic, que és l'“*aspirina*”.

DISTRIBUCIÓ GEOGRÀFICA

La Reina dels Prats, tot i que és típica de la muntanya mitjana humida, puja als herbassars de megafòrbies de la zona subalpina. És molt amant de les vores dels recs dels prats de dall o dels herbeis vora els torrents. Es fa a l'hemisferi Nord, a les zones fredes. A la península hispànica es fa a la meitat Nord. En especial a les muntanyes cantàbriques i als Pirineus.

DESCRIPCIÓ BOTÀNICA

És una herba vivaç, de fins a 1.5 m d'alçada, amb rizomes fibrosos no inflats, negres per fora, marrons per dins; i tiges de secció poligonal una mica rogenques; fulles grans, arrugadetes, imparipinnades, amb 5-9 parelles de segments amples, desiguals, sèssils, separats, amb doble dentat, estant els 3 superiors fusionats en un sol segment trilobulat, verds per sobre i blancs tomentosos per sota, amb estípules semicirculars, dentades. Les flors són blanques, agrupades en corimbos de rames molt desiguals. Estams més alts que els pètals (suborbiculars). Carpels de 5 a 9, formant un helicoide.

Dintre les rosàcies –que tenen les flors amb molts estams–, el gènere es caracteritza per no tenir punxes, per no tenir calicle, pels pètals blancs, i per tenir les fulles pinnatipartides grans; i per tenir el fruit indehiscent (poliaqueni), no tancat dins el receptacle. *Filipendula ulmaria* es distingeix de *F. vulgaris* (20 cm d'alçada) perquè és molt major, fins a 1,5 m d'alçada, i perquè té les fulles amb folíols de 5 a 9 cm (enlloc de 1 a 2 cm); i per ser els aquenís glabres i com helicoïdals (enlloc de ser pilosos i rectes). A més, *F. vulgaris* (= *hexapetala*) es fa als prats secs.

HISTÒRIA

A diversos jaciments de l'edat del Bronze a Gal·les i Escòcia s'han trobat restes de la planta. En la mitologia gal·lesa Gwídon i Math, a partir de flors de roure, gódua i ulmària varen crear una dona a qui anomenaren Blodeuwedd (cara de flor).

Al segle XVI, JEAN DE GADDESSEN la recomanava contra la hidropesia, i J. STOCKERS contra el dolor a les articulacions. ELISABETH I D'ANGLATERRA es delia per estendre la planta a la seva cambra per donar-li escalfor i bona olor. Al segle XVII, NICHOLAS CULPEPER la considerava planta regida per Venus, ideal per a estroncar tota mena de fluids (hemorràgies, pèrdues venèries, vòmits, etc.). Creia que ajudava a tenir “el cor content”. En cas de patir un còlic abdominal, recomanava prendre-la bullida amb vi blanc, i una mica de mel, per a que obrís el pas. En canvi, contra les diarrees, recomanava prendre-la bullida en vi negre. Externament, com a vulnerària l'apreciava molt per a guarir petites úlceres a la boca o als genitals, i grans úlceres canceroses o també fístules. Advertia, però, que el contacte directe de les fulles tendres amb la pell pot provocar ampolles.

Al segle XIX, TESSIER, en assaigs clínics a Lyon, demostrà la seva eficàcia com a diürètica, en ascites i edemes articulars. HANNON, a Bèlgica, la provà amb èxit contra l'ascites i l'hidropesia, fins i tot en un afectat per

tuberculosi. També GUITARD, a Tolouse, demostrà la seva eficàcia contra l'ascites. Al segle XX, F. DESCAUX l'emprà per tractar artitis, reuma i mal funcionament renal amb sediments a l'orina (*Révue de Phytothérapie*: sept. 1941).

GENERALITATS DELS SEUS USOS

Per a ús intern, hom recomana només fer infusió. Una tassa al dia sol ser suficient. Més, podria fer abaixar massa la pressió. En canvi, per a ús extern, es pot aplicar la planta tendra picolada, o bé fer-ne banys amb la decocció (10 minuts). Les fulles i les arrels s'han emprat per aromatitzar begudes alcohòliques (cervesa, *mead*, licors, vi). L'oli essencial extret de les flors és molt aromàtic, però podria provocar en UI hemorràgies estomacals. Les fulles es conserven en bossetes per a fer olor. La rel mastegada alleuja el mal de cap. De les arrels se'n treu un tint negre; i de les fulles joves un tint groc clar.

PROPIETATS

- analgèsica (hipotàlem)
- antibiòtica [*E. coli* & *E. faecalis* (MIC 0.156-0.625 mg mL⁻¹), & fongs: *P. cyclopium* & *F. oxysporum* (MIC 2.5-5 mg mL⁻¹)]
- anticoagulant (flors, llavors)
- anticomplement (antial·lèrgica)
- antiinflamatòria (↓COX-1, ↓IL-2)
- antireumàtica
- antisèptica
- antivomitiva
- astringent
- carminativa
- colerètica
- depurativa
- desintoxicant
- diürètica (urea, àcid úric, clorurs)
- febrífuga
- gastroprotectora [spiraeòsid (50mg/kg, p.o.) & tellimagrandina II (40mg/kg, p.o.)]
- immunostimulant (TH2)
- inhibidora de l'amilasa, alfa-glucosidasa i de la síntesi d'AGE
- inhibidora de la formació de PKC
- protectora hepàtica i renal front a la cisplatí (quimioteràpia)
- protectora de les mames front a les radiacions ionitzants
- relaxant
- sedant
- sudorífica
- vasodilatadora
- vulnerària

AFECCIONS QUE CURA

- aftes a la boca
- al·lèrgies
- antihistamínica
- antiinflamatòria
- artritis
- ascites
- blennorràgia
- bronquitis
- bursitis
- càlculs biliars
- càlculs urinaris
- càncer
- càncer de coll de matriu (irrigacions)
- càncer colo-rectal
- càncer de mama
- cel·lulitis (cicatris infectades)
- cistitis
- còlics
- conjuntivitis UE
- cordial
- cremades
- diarrea (excepte nens petits)
- diftèria
- disenteria
- edemes
- escorbut
- febre
- ferides UE
- fistules UE
- gasos
- gastritis
- genolls inflats
- gota
- grip
- *Helicobacter pylori*
- hidropesia
- hiperacidesa gàstrica
- hipertensió
- infeccions urinàries
- insuficiència biliar
- mal de cap
- mal de ventre
- migranya
- nàusees
- nefritis
- neuràlgies
- obesitat
- oligúria
- ossos trencats
- picades d'insectes

- pirosis
- pulmonia
- rascades
- refredat
- reuma
- sarcoidiosi (& *Echinacea* & *Harpago*)
- talls
- tos
- trombosis (preventiva)
- úlceres àtones de la pell / canceroses
- úlcera gastro-duodenal
- úlceres genitals
- vòmits

PREPARATS:

Alcoholatur: 1 part de planta fresca, i 5 parts d'alcohol de 60 graus. Es deixa reposar 15 dies i en acabat es cola. Prendre'n 1-2 culleradetes de cafè al dia.

Infusió de la planta (fulles i flors): 2 culleradetes en una tassa d'aigua, arrencar el bull i deixar reposar 5 minuts abans de colar. No superar, en tot cas, 30 g de planta seca per a les infusions al dia.

Rel: remullar-la en aigua 6 hores, després escalfar l'aigua fins que arrenqui el bull, i deixar reposar abans de colar, només 2 minuts.

Suc: prendre'n una culleradeta al dia.

Xarop: 250 g de planta + 2 L d'aigua a 90 ° al principi, deixar-ho reposar 12 hores, ben tapat; després, colar ben exprimit i afegir el doble de sucre de l'aigua que quedi. Prendre'n 100-200 g al dia. A Itàlia ha donat lloc a hemorràgies estomacals.

PRINCIPIS ACTIUS

El glucòsid monotropitina, un cop descompost per hidròlisi, dona lloc al salicilat de metil, d'olor ben característica, només en la planta seca.

<https://phytochem.nal.usda.gov/phytochem/plants/show/919?et=>

Segons la base de dades del Dr. J. DUKE, els principals principis actius són:

- àcid cítric (flors)
- àcid salicílic (flors, tiges)
- àcid ascòrbic
- alcohol benzílic (OE l'ors)
- aldehyd salicílic (OE, flors)
- avicularina
- cumarines
- espiraeòsid (flors)
- etil-benzoat (flors)
- gaultherina (flors)
- heliotropina (flors)
- hiperòsid
- kaempferol (flors)
- mucíl·lag: galactans, arabinogalactans, glucans, galactouronans
- quercetina (flors)
- quercetina-3- β -D-glucòsid (flors)
- rugosina D
- rutina
- salicilat de metil (flors, OE)
- salicina (flors)
- tanins (tiges)
- vanillina (flors)