

Espino blanco

Descripción:

Este arbusto alcanza como máximo los dos metros de altura cuando se encuentra en el campo y se desarrolla sin que el hombre interfiera en su crecimiento. Aun así es posible encontrar ejemplares de 6 metros en terrenos con las condiciones adecuadas.

Sus hojas son anchas en el centro, tienen forma de cuña en los extremos y están divididas en varios segmentos, normalmente cinco o siete. Las ramas tienen forma puntiaguda y están muy afiladas, llegando a convertirse en verdaderas espinas en el extremo.

Es una especie muy común en toda la Península, siendo el único de los espinos presente en algunas regiones. Se puede localizar en los torrentes y laderas de las montañas junto a otros árboles, aunque también puede encontrarse aislado en las riberas y cerca de las tierras de labranza.

Aplicación:

Este arbusto ejerce una acción cardiotónica capaz de compensar los desequilibrios del sistema neurovegetativo. Sus flores son consideradas como un tónico para el aparato circulatorio y del corazón. Muchos médicos recomiendan esta planta contra la arteriosclerosis, insuficiencias cardíacas leves y anginas de pecho. También es muy buena reguladora de la presión sanguínea, compensando tensiones altas y bajas.

Puede utilizarse para problemas de ritmo cardíaco como taquicardias, extrasístoles y palpitaciones.

Otra de sus propiedades estriba en su capacidad de actuar como sedante en caso de insomnio; puede utilizarse también para úlceras producidas por estrés.

Las plantas con efectos sobre el corazón deben utilizarse con cautela, ya que una dosis exagerada puede producir efectos no deseados.

Administración:

.- Infusión. Se prepara una taza con un ramillete de flores y se llena de agua hirviendo; se espera hasta que se enfríe y se retiran las flores; después se bebe en pequeños sorbos. Se debe tomar una taza durante la comida y otra durante la cena.

.- Tintura. Se utilizan 200 gramos de flores y 1000 gramos de alcohol de 60°. Se toman 20 gotas antes de cada comida para utilizarla como hipotensor o 40 gotas antes de acostarse para usarla como sedante y antiespasmódico.

Floración y recolección:

El espino albar florece en los meses de abril y mayo, pero en las zonas montañosas las flores pueden aparecer en el mes de junio. Sus flores son blancas y tienen un olor agradable; están formadas normalmente por cinco pétalos, muchos estambres y un solo estilo, y se encuentran agrupadas en ramilletes. Se recogen en primavera y se dejan secar en un lugar aireado a la sombra. Una vez secas deben colocarse con cuidado para no romperlas y conservarse siempre en un lugar que no tenga humedad.

Sus frutos empiezan a madurar a partir del mes de agosto; estos son redondos, de color rojo y tienen el tamaño de un garbanzo. Solo contienen un hueso y su carne tiene un sabor soso y poco agradable.