



UNGÜENTS, POMADES, CREMES, COSMÈTICS I ALTRES POTINGUES...

El poder curatiu de les plantes és conegut des de sempre. Diversos països, cultures i civilitzacions, tots hi han trobat la millor manera d'aconseguir curar. Remeis sostenibles que ens proporciona el nostre propi medi natural i que es troben al nostre abast. En la medicina índia o *ayur-verda* ("vida i coneixement"), per combatre una malaltia o desequilibri inclouen també espècies com la canella, la cúrcuma o el safrà, a més d'altres plantes. Els tibetans utilitzen la meditació per comprendre la malaltia i recol·lecten les herbes tenint en compte la influència astrològica adequada. Els seus llibres contenien els «arbres il·lustrats de la medicina», on cada fulla simbolitzava una malaltia.

El xinesos, per curar, fan barreges de dos a vint plantes, ja que consideren les plantes la clau de la curació.

L'intercanvi de cultures, la biodiversitat cultural, va propiciar a Europa llocs on treballar, recol·lectar i estudiar les plantes: eren els jardins botànics, abans horts medicinals. Allí es preparaven els herbaris i conreaven les plantes medicinals. Tot i que els jardins botànics avui tenen un altre sentit, no volem oblidar els nostres començaments. Hi ha moltes maneres d'utilitzar les plantes medicinals, bé begudes en infusions, licors o xarops, o bé prenent-les en píndoles o mastegades. Per a l'aplicació exterior hi ha les compreses, és

a dir, una infusió en una tela o un emplastre que es fa amb una herba fresca picada i untada en una gasa. També en olis per impregnar la pell. Aquesta vegada parlarem d'ungüents o pomades. En aquest lliurament del «Jardí animat» explicarem què són, com es preparen i què diferencia els ungüents de les cremes.

«ELS UNGÜENTS SÓN PREPARACIONS AMB UN ÚS MEDICINAL O COSMÈTIC»

Plantes que es poden utilitzar i aplicacions:

PLANTA	PARTS	APLICACIÓ
Eucaliptus <i>Eucalyptus globulus</i> Labill.	Fulles	– Descongestiu i oxigenant.
Malvavisc <i>Althaea officinalis</i> L.	Arrels	– Ferides i ulceracions de la pell. – Facilita l'extracció d'estelles.
Calèndula <i>Calendula officinalis</i> L.	Pètals	– Inflamació o sequedat de la pell: ferides, èczema sec, irritació dels mugrons en la lactància, escaldadura i eritema solar. – Antifúngica i astringent.
Consolda menor <i>Prunella vulgaris</i> L.	Parts aèries	– Hemorroides sagnants.
Consolda major <i>Symphytum officinale</i> L.	Fulles i arrels	– Ferides, protecció labial. – Eritemes per bolquers.
Herba de Sant Joan <i>Hypericum perforatum</i> L.	Flors	– Dolors nerviosos localitzats com la ciàtica, les distensions i les enrampades. – Inflor dels pits durant la lactància.
Camamilla <i>Chamaemelum nobile</i> L.	Flors	– Picadures d'insectes, ferides, èczema pruriginós i irritació anal o vulvar.
Menta <i>Mentha</i> spp.	Fulles	– Cremades, ferides, dolor de cap si s'aplica sobre la temple i el front, expectorant sobre el pit.
Melisa <i>Melissa officinalis</i> L.	Fulles	– Ulceracions de la pell, picadures i repel·lent d'insectes.
Primaveres i primúles <i>Primula</i> spp.	Flors	– Cremades solars i taques de la pell.
Ortiga <i>Urtica dioica</i> L.	Parts aèries	– Hemorroides.
Romer <i>Rosmarinus officinalis</i> L.	Fulles	– Dolors musculars i articulacions.



■ QUÈ ÉS UN UNGÜENT?

La paraula *ungüent*, en llatí *unguentum*, deriva del verb *ungere*, que significa «untar». Els unguents són preparacions amb un ús medicinal o cosmètic. Tenen un aspecte semisòlid, que permet aplicar principis actius sobre la pell. Es caracteritzen per estar constituïts d'una barreja feta amb una base de greixos o olis, que donarà la textura, amb una planta amb propietats medicinals. Les dues substàncies fan que el remei assoleisca prou solidesa per ser aplicat en ús tòpic, és a dir, externament i localment en la pell. No es dilueixen amb les secrecions de la pell, sinó que formen una capa protectora sobre aquesta.

Mentre que les cremes contenen aigua, els unguents no, tan sols greixos o olis. Un exemple pot ser el llapis de llavis cosmètic. Aquesta composició els diferencia de les cremes, que són lleugeres i suaument olioses, de tal forma que es fonen amb les secrecions de la pell i els principis actius que contenen poden ser absorbits a través d'aquesta.

■ ACTIVITAT: PREPARA UN UNGÜENT

Materials

- 500 grams de vaselina o parafina. Es pot utilitzar la destinada als llavis, que s'adquireix a tendes i supermercats.
- 60 grams de planta seca (vegeu el quadre). Podeu trobar fàcilment planta assecada a bon preu als herbolaris i als mercats.
- Recipient de vidre.
- Cassola.
- Cullera de fusta.
- Filtre (es pot utilitzar un calcetí de calça).
- Gerra.
- Guants.
- Recipient de plàstic o vidre per a emmagatzemar l'ungüent.



Procediment

1. Es fon la parafina o la vaselina al bany maria. A continuació s'hi afegeix la planta seca i es manté a foc lent durant un parell d'hores.
2. S'aboca la mescla en el filtre subjectant-lo en la boca d'una gerra.
3. S'escorre el líquid del filtre usant guants, ja que estarà calent.
4. S'aboca la mescla en els pots mentre estiga calent. **ATENCIÓ!** Aquest punt s'ha de realitzar ràpidament ja que la vaselina i la parafina solidifiquen a temperatura ambient.
5. Deixeu refredar a temperatura ambient i conserveu el recipient en un lloc sec i fresc.

■ PRECAUCIONS

Els unguents han de ser utilitzats únicament per via externa. S'ha d'evitar el contacte amb els ulls i la boca. No obstant això, és convenient que, abans d'aplicar l'ungüent, s'obtinga informació de la planta a utilitzar, perquè podria presentar contraindicacions, i es faci una prova en una porció petita de pell per tal de comprovar que no hi ha intolerància al remei preparat.

Gabinet de Didàctica
Jardí Botànic de la Universitat de València

M^a José Carrau, Maria Gimeno, Olga Ibáñez, Ana Organero i Pepa Rey