

El Escaramujo. Propiedades y uso terapeutico

Alicia Garcés Ayerbe, Elena Torres García

RESUMEN:

En esta revisión bibliográfica hemos querido dar a conocer el Escaramujo, un fruto conocido casi únicamente por las personas mayores, sobretudo en zonas rurales, pero que en la Antigüedad fue ampliamente utilizado por sus múltiples y beneficiosas propiedades.

Palabras clave: Escaramujo, Rosa Canina, Astringente, Vitamina C, Planta medicinal.

ABSTRACT:

In this bibliographical revision we have wanted to present the Wild rose, a well-known fruit almost solely by the people majors, coverall in countryside, but that in the Antiquity widely was used by its manifolds and beneficial properties.

Key words: Wild rose, Rosa Canina, astringent, Vitamine C, Herbal Medicine.

INTRODUCCIÓN

El escaramujo es el mal nombrado fruto del rosal silvestre ya que los verdaderos frutos son los pequeños granitos recubiertos de pelos duros que hay en su interior. El rosal silvestre es un arbusto abundante en Aragón, sobretudo en el Pirineo (1).

Los escaramujos han sido empleados por el hombre desde la más remota prehistoria; se han encontrado restos de ellos en las antiquísimas viviendas lacustres y sus propiedades medicinales alcanzaron gran aprecio en el Renacimiento, que no ha menguado en la actualidad.

También conocido como tapaculos, es un arbusto espinoso perenne de la familia de las rosáceas, nativo de Europa, noreste de África y Asia occidental. También ha sido introducido en Norteamérica y otras partes del mundo. Actualmente su distribución es bastante amplia.

El nombre de la planta Rosa Canina, proviene de la forma de los agujones o espinas, que es similar a los colmillos de los perros. El fruto, el escaramujo, es botánicamente conocido como cinorrodón; transcripción de una palabra compuesta de origen griego (kion + rhodon), que significa rosal perruno (2).

El nombre de gratte-cul de los franceses, lo mismo que el de gratacul, de los catalanes, y el de escarbaculo, recogido por Loscos y Pardo en Aragón, deben de aludir a la indicada facultad de la picapica. Esta fruta roja de toda casta de rosales tiene la superficie interna tapizada de pelitos rubios, rígidos y quebradizos, la picapica, los cuales, cuando se introducen al descuido entre la camisa y la piel de cualquier rapazuelo, producen endiablada comezón. La misma, según cuentan, que se siente en torno al orificio anal cuando, habiendo comido escaramujos, los propios pelitos, después de salvar incólumes todos los peligros de las vías digestivas, se despiden así de su huésped (3).

Preguntando un poco a la gente mayor de nuestro alrededor, nos damos cuenta de que es muy conocida por el nombre de tapaculos, pero que realmente poca gente sabe los beneficios o virtudes que tiene esta planta.

Algunos ancianos recuerdan que cuando veían los frutos maduros por los bordes de los campos, los cogían y se comían "la masilla dulce de dentro y si comían algún pelillo por error, tenía un sabor muy desagradable e incluso picaba", pero sin saber realmente para qué, otros pocos si que la conocen o bien porque sus antepasados la utilizaban como antidiarreico o bien para prevenir catarros.

Entre la mayoría de jóvenes es casi desconocida, y es una pena, que una planta, tan abundante y tan beneficiosa para la salud, no sea mas conocida y mas utilizada, para tratar problemas actuales de salud.

Así que con este trabajo, nuestro objetivo está claro: hacer llegar a la mayor cantidad de personas posibles los secretos del escaramujo. Tratamientos preventivos, remedios caseros, recetas ancestrales, infusiones que alivian el cuerpo y alma, una pequeña parte de un puchero de sabiduría popular transmitido de generación en generación. Medicina natural, al alcance de todos, respetuosa de los avances de la medicina convencional.

Como dicen los franceses: Il n'est si belle rose qui ne devienne gratte-cul, que podría traducirse así: No hay rosa que no acabe en tapaculo. Aunque ya tiene Castilla su equivalente castizo: De un capullo se espera una rosa; de una rosa, maldita la cosa (3).



NOMENCLATURA CIENTÍFICA: ROSA CANINA L.

Nomenclatura vulgar en varios idiomas:(3, 4, 5)

Castellano: rosal silvestre, escaramujo, tapaculo, rosal montés, monjolinos, galabardera, zarzarrosa, zarzaperruna.

Catalán: Roser salvatge, gratacul, gavarrera, roser boscá, roser bord, escanyavelles, despullabelitres.

Vasco: astoarrosa, larrarrosa, sasi arrosa, otsalarr, arkarkaratxa.

Gallego y portugués: rosa de cao, silva macha, roseira, agavanzo.

Frances: eglantier, rose sauvage, rose des haies, roser des chiens.

Inglés: dog rose, wild dog rose, bird briar, hip tree.

Holandés: hondsroos, roze eglantier.

Aleman: wilde Rose, Hundsrose, Hagerose.

Clasificación botánica

Phyllum: Angiospermas; Clase: Dicotiledóneas.

Familia: Rosaceae Rosaceas.

DESCRIPCIÓN DE LA PLANTA (6)

El rosal silvestre es un arbusto sarmentoso de 1 a 3 m de altura, con los tallos armados de aguijones curvos y reflejos, punzantes. Las hojas están sostenidas por un raballo al cual quedan adheridas dos estipulas, una a cada lado; se componen de dos o tres pares de hojuelas, mas una, impar, en el extremo, de figura ovoida o elíptica, dentadas o aserradas en los bordes.



Las flores, sostenidas por sendos cabillos, forman a modo de una urna, en cuyo borde superior nacen los cinco sépalos, que son desiguales, porque unos tienen barbas o lacinias, y otros, no, reflejos después de marchita la flor. La corola se compone de cinco pétalos anchos y escotados en su extremo del color que llamamos rosa, intenso o claro e incluso blanco en algunas plantas. La urna que trae el cáliz persiste largo tiempo, se agranda, se vuelve carnosa, y al paso que cambia de color y se enrojece, madura dentro de sí los fructículos del rosal, que son duros como huesecitos. La urna

madura tiene figura elipsoide o es algo redondeada o a manera de peonza, según las variedades de esta especie y se llama escaramujo o tapaculos.

Esta fruta roja de toda casta de rosales tiene la superficie interna tapizada de pelitos rubios, rígidos y quebradizos, la picapica.

Florece en mayo o antes, y todavía en julio pueden verse rosales floridos en las montañas.

Se cría en los setos y ribazos, así como en las laderas con poco o ningún arbolado, de tierra baja y de las montañas poco elevadas de todo el país.



Rosa Canina, Flor



Escaramujo, Fruto

Recolección:

Del rosal silvestre se utilizan las raíces, las hojas, los pétalos, las frutas escaramujos, los fructículos internos con su semilla, y los bedegares. Las **raíces** es mejor arrancarlas en el mes de marzo o abril, cuando la planta despierta de su letargo invernal, las **hojas**, en mayo, cuando se han desarrollado por completo; los **pétalos**, antes de abrirse la flor; los **escaramujos** al final del verano o en el otoño, cuando alcanzan un grado perfecto de madurez, todavía con la carne dura, y bien rojos; los **fructículos** de su interior, cuando el escara-

mujo esta hecho o pasado; y los **bedegares** antes de secarse cuando están tiernos y jugosos.

Tras la primera helada en otoño, se recogen. Se cortan y se dejan secar sobre una bandeja en una habitación cálida y aireada, lejos de la luz solar directa. Los pelos irritantes pueden eliminarse sacudiéndolos vigorosamente. Los frutos se almacenan en un lugar fresco en envases de cristal oscuro claramente etiquetados. Los frutos secos conservan su poder medicinal durante un año (7).

COMPOSICIÓN (6)

La raíz del rosal silvestre contiene **ácido tánico**, como las hojas, y estas, además, **pectina**, lo que le confiere su acción astringente. Los pétalos con algo de tanino, diversos ácidos orgánicos (ácido cítrico, ácido málico), materias gomosas, y pequeñísimas cantidades de esencia. La fruta, el escaramujo contiene una materia colorante anaranjada, la carotina, de 11,6 a 15,6% de azúcares, de 3 a 3,6% de ácidos orgánicos valorados como ácido málico, etc., y en los escaramujos desecados, de 0,5 a 1,7% de vitamina C o ácido ascórbico. Los fructículos del escaramujo contienen pequeñas cantidades de vanilina, de lectina, de azúcar invertido, 8,8% de un aceite graso y cantidades inmedibles de los ácidos málico, tártrico y succínico, 1% de flobafeno, etc. En las semillas de la *Rosa multiflora*, Kondo, Iwamoto y Cuchiha (1929) hallaron de 0,3 a 0,6% de un glucósido, la multiflorita, de propiedades purgantes.

La alta proporción de vitamina C de sus frutos es, posiblemente, la razón de su uso tradicional como remedio antiescorbútico y contra el resfriado común.

Con un contenido aproximado, que oscila entre 500 y 2.000 mg de ácido ascórbico por cada 100 gramos, el escaramujo es mucho más rico en este nutriente (entre 20 y 40 veces más) que el kiwi, las naranjas, las fresas o los limones, frutas conocidas precisamente por su valor nutricional debido en gran medida a esta vitamina (8).

Hacemos mención de su existencia en esta especie de rosa para relacionarla con el otro glucósido hallado en los fructículos de la Rosa Canina por Garelló Cantoni diez años después.

VIRTUDES (6)

En otros tiempos, el rosal silvestre gozó de gran aprecio por las múltiples facultades curativas que le

fueron atribuidas, principalmente durante el Renacimiento. Por razón de su contenido en tanino, la más general es la **astringente**. El nombre de tapaculo alude a las virtudes **antidiarreicas** del escaramujo.

El agua de rosas, considerada como **oftálmica**, la pomada de rosas, jarabe, el rodomeil o miel rosada, se obtienen o preparan con los **pétalos** de rosas dobles, muy perfumadas y cultivadas en jardinería, de las cuales vamos a tratar después. Aunque para obtener el agua de rosas también han sido utilizados los pétalos del rosal silvestre, el mérito principal de este arbusto radica en el escaramujo, de gran valor **antiescorbú-tico** por su extraordinaria riqueza en vitamina C. Se le atribuyen también facultades **diuréticas**, por lo tanto se recomienda en estados en los que se requiere un aumento de diuresis: afecciones urinarias (cistitis, uretritis, uretritis, oliguria, urolitiasis), hiperuricemia, gota, hipertensión arterial, edemas, sobrepeso acompañado de retención de líquidos. Es creencia popular que comiendo mucha cantidad de escaramujos enteros, con sus granos y sus pelitos, funciona como antiparasitario en humanos y animales.

En cuanto a sus **granos**, los fructículos de dureza pétreo que guarda en su seno el escaramujo, han sido utilizados para combatir el mal de piedra. En cambio, investigaciones de Garello Cantoni (1939) demostraron que ejerce una influencia tóxica sobre el bulbo raquídeo y, en general, sobre el sistema nervioso; influye también sobre el corazón, que, a dosis excesivas, puede pararse en diástole. Por consiguiente todo aquel que utilice los fructículos del escaramujo pulverizados, sin consejo de un experto, obrara con prudencia. Sin embargo, el conocimiento de tales granos pulverizados, que huelen a vainilla, es empleado en muchas localidades alemanas en lugar de té negro y se tiene como antifébril.

Según Leclerc, el bedegar puede considerarse tónico y antisudorífico, sobre todo tratándose de tuberculosos y nefríticos.

Se usa la **raíz**, en conocimiento, a la proporción de 3 onzas por 1.5l de agua, hasta que mengüe a 1l. Lo mismo, o algo más cargado se prepara el cocimiento de las hojas. Ambos sirven para cortar la diarrea, bebidos a tazas, cuantas se quieran.

Los **escaramujos**, es mejor comerlos frescos, como una fruta cualquiera porque no tiene sabor desagradable; se parten a lo largo, se quitan los huesecitos y los pelos y se lavan en agua corriente. En este caso la vitamina se aprovecha en su totalidad. Con los escaramujos bien limpios de pelos y granos, machacados hasta reducirlos a pulpa, y añadiéndoles su propio peso en

azúcar, se prepara, en frío, una mermelada que contiene también la totalidad de la vitamina.

Cuando en lugar de tomar la fruta fresca o la mermelada se prepara con ella un cocimiento, parte de dicha vitamina C se destruye por el calor. Además, el contenido en vitamina varía según la raza del rosal silvestre, la localidad en que se ha criado, la estación del año, el grado de maduración, etc.; antes o después de su perfecto grado de madurez, los escaramujos no han alcanzado el máximo vitamínico o van perdiéndolo con mayor o menor rapidez.

Si el contenido hierve largo rato, por ejemplo, hasta reducirse, a una tercera parte o a la mitad la cantidad de agua puesta a hervir, la vitamina se pierde por completo o en gran parte; pero, en este caso, funciona como diurético y astringente.

Para las personas de edad, Fournier, recomienda la preparación del siguiente licor. Se toma 1l de escaramujos, 3l de espíritu de vino y 0.5 kg de azúcar cande (obtenida por evaporación lenta, en cristales grandes) y todo junto, se pone en una garrafa y se deja macerar de quince días a un mes, en un lugar templado y pasados esos días se filtra. Este aguardiente se junta con la cantidad de agua que uno prefiera. Se dice que es un licor fortificante.

El **bedegar** se toma en infusión, como tónico y diurético, empleando un par de onzas por cada litro de agua.

La Rosa Canina tiene propiedades antiinflamatorias y cicatrizantes; se utiliza en limpieza de heridas. Es sobre todo muy útil en las inflamaciones y afecciones de la boca (aftas, gingivitis, dolores dentarios); a veces se utiliza en forma de colutorio. Además es antianémica y depurativa.

La gran cantidad de vitamina C que contiene le proporciona propiedades antiescorbúicas; es eficaz contra los resfriados y previene el organismo frente a las enfermedades aportándole resistencia. Es un excelente reconstituyente en las convalecencias.

En Japón se cree que es muy bueno para la piel y se prepara en forma de infusión.

La sopa de escaramujos es un postre sueco de consumo cotidiano. Con unos macarrones o escamas de almendra y un poquito de nata montada encima, esta sopa ya es adecuada para fiestas. La sopa queda de un alegre color rojo, convirtiéndose en un placer tomarla, en un país donde es imposible cultivar naranjas debido al clima frío y la oscuridad que reinan buena parte del año (9).

Durante la Segunda Guerra Mundial, los escolares

británicos tenían asignada la tarea de recolectar escaramujos. Con estos frutos se fabricaba jarabe de escaramujo, una excelente fuente de vitamina C. De esta forma se reemplazaban las importaciones de naranjas, que eran impedidas por el bloqueo naval de los U-Boot alemanes (10).

HISTORIA (6)⁶

El nombre de **Rosa Canina** que los botánicos dan a este rosal viene a ser la traducción latina del vocablo griego *kynorhodon*, en castellano cinodorrón, con que estas rosas eran conocidas en la Antigüedad, el cual significa “**Rosa de Perro**”. La forma de los agujones de que está armado este rosal, que recuerda a los colmillos de los canes, habría dado motivo al uso de este nombre. También hace referencia Dioscórides, a esta planta como *zarza perruna*, que se empleaba contra la rabia, y los bedegares contra la alopecia, por la “abundante mata de pelo” que llegan a formar.

Refiere Plinio, en el 2º capítulo del libro 23, que habiendo cierta mujer española soñado que enviaba la raíz de la rosa salvaje a su hijo para que la bebiese, le escribió que obedeciese a la divina revelación; de suerte que le llegó la carta en sazón y tiempo que le había mordido un perro rabioso y así se salvó, sin haberlo jamás esperado, con aquel saludable remedio.

Por otra parte, su otro nombre tradicional: “**Tapaculos**”, parece deberse a sus propiedades astringentes y anti-diarreicos. Por ese mismo motivo, ha sido llamado también “**Atascamulas**”.

Como alimenticios, los escaramujos fueron empleados por el hombre desde época remotísima; restos de ellos se han encontrado en las viviendas lacustres prehistóricas.

Curiosidades (11)

En la Europa precristiana la madera de escaramujo se utilizaba para hacer las piras en las que incinerar a los muertos.

Debido a su fruto escarlata, la planta estaba consagrada a Loki, el dios del fuego nórdico, que después quedaría asociado al diablo cristiano.

El dios nórdico Odín pinchó a Brunilda con una espina de un rosal mágico o, en otras versiones, le puso unas agallas de rosal debajo de la cabeza, infundiéndole un sueño profundo antes de rodearla con un muro de llamas.

ESTUDIOS CIENTÍFICOS DE LA ROSA CANINA Y EL ESCARAMUJO

Hemos encontrado muchos estudios científicos sobre el escaramujo y la Rosa Canina en general, que demuestran su gran utilidad, como ya lo hacía la medicina tradicional de muy diversos países.

Los analizaremos según sus acciones y aplicaciones:

Antioxidante:

– Estudio realizado en el departamento de biología, en la facultad de Ciencia y Educación, universidad de Afyon Kocatepe, Afyonkarahisar, **Turquía**. En él se trataba de determinar los efectos antioxidantes de un cierto número de especies de plantas salvajes de Turquía. De los resultados obtenidos se extrae que la Rosa Canina, junto a otras dos, de las muchas plantas a estudiar, eran fuentes potenciales de antioxidante natural (12).

– Revisión sistemática de los perfiles del efecto y la eficacia de la Rosa Canina, realizado en el departamento de medicina forense de la universidad de Freiburg, **Alemania**. En él se hace una revisión comprensiva de los efectos farmacológicos y clínicos de la Rosa Canina para evaluar su utilidad en medicina natural. Se han demostrado sus efectos antioxidantes y antiinflamatorios, gracias a sus componentes lipofílicos; en dolores de espalda, osteoartritis y artritis reumatoide, e incluso para uso tópico, el aceite de su semilla en tratamiento de las enfermedades de piel (13).

Osteoartritis:

– Estudio realizado en el Hospital Gentofte, Hellerup, **Dinamarca** en el condado de Copenhague, “el polvo hecho de las semillas y de las cáscaras de una subespecie del escaramujo reducen los síntomas de la osteoartritis de rodilla y cadera”. Se trata de un ensayo clínico seleccionado al azar, de doble anonimato, placebo-controlado, que pretendía determinar si el remedio herbario podía reducir los síntomas de la osteoartritis y la consumición de medicación de rescate en estos pacientes. Se alistaron a 94 pacientes, a 47 les dieron 5gr, del remedio herbario diariamente por un periodo de 3 meses y un placebo a los restantes. Después se invirtieron los grupos, y ambos respondían a un cuestionario.

Como resultado se obtuvo, que el presente remedio puede aliviar los síntomas de osteoartritis y reducir la consumición de la medicación de rescate (14).

– Estudio realizado en el Instituto de Epidemiología de la Universidad de **Berlín**, para determinar el valor de la medicina complementaria tomando como ejemplo el Escaramujo.

Los estudios en laboratorio han demostrado que el extracto del escaramujo inhibe la oxidación de los lípidos in Vitro y reduce el quimiotactismo y la quimioluminiscencia de leucocitos. Además disminuyen los síntomas físicos de los pacientes que sufrían osteoartritis. Queda probar cuales de los componentes son responsables de estos efectos.

Hay una cierta evidencia de que además de los altos contenidos de flavonoides, la vitamina puede estar implicada activamente (15).

– Examen anual en el uso de de un polvo de lito de la Rosa Canina en exacerbaciones agudas del dolor crónico, realizado en el departamento de medicina forense de la universidad de Freiburg, **Alemania**. Una vigilancia experimental que incluyó a 152 pacientes, de los que 124 tenían dolor de espalda no especificado, 20 con dolo osteoartítico y 8 con la ETB específica, aunque solo 77 concluyeron el año de vigilancia. El análisis multivariante sugirió una mejora total apreciable durante el año de vigilancia, con indiferencia de los grupos. No hubo acontecimientos adversos serios, pero el polvo del fruto y de la semilla, Litozin, parecen merecer estudios, más definitivos (16).

– Revisión sistemática para probar la eficacia del polvo del escaramujo en pacientes con osteoartritis, realizada en el Instituto de Epidemiología de la universidad de **Berlín**. De la base de datos se obtuvieron 2 estudios al azar y se procedió a compararlos. Como conclusión se obtuvo que en ambos, el polvo del escaramujo tenía un efecto moderado en pacientes con osteoartritis (17).

– Meta-análisis de ensayos controlados al azar para comprobar si el polvo del escaramujo reduce el dolor en pacientes con osteoartritis. Realizado en la unidad músculo esquelética de estadística, en el hospital de Frederiksberg, **Dinamarca**. Se quería determinar la eficacia empírica del escaramujo como compuesto de reducción del dolor.

Resultado: los 3 estudios demostraron una reducción del dolor, por lo que aunque estén basados en una cantidad escasa de datos, indican que el polvo del escaramujo reduce el dolor, y por consiguiente su uso puede ser de interés, aunque su seguridad y eficacia, necesitan la evaluación y réplica de la independiente en un ensayo en grande o largo plazo futuro (18).

– Véase el ya citado artículo de revisión sistemá-

tica en Freiburg, **Alemania**, en el apartado de antioxidante (13).

Antiinflamatorio:

– Estudio realizado en la facultad de Farmacia, universidad de Gazi, Ankara, **Turquía**. “Actividad antiinflamatoria y analgésica in vivo del extracto y frutos de la Rosa Canina L.” Los extractos acuosos y del etanol del fruto de la Rosa Canina y las fracciones preparadas de este último fueron investigados por sus actividades antiinflamatorias y analgésicas en varios modelos experimentales in vivo. El extracto etanólico demostró actividad inhibitoria significativa contra los modelos inflamatorios y en un modelo de dolor basado en la inhibición de la benzoquinona inducido en ratones. El etilacético, n-butanol, hexano, cloroformo, y las fracciones restantes de agua fueron obtenidas mediante prueba dirigida; los dos primeros exhibieron actividades antiinflamatorias y analgésicas potentes sin toxicidad aguda. Otras tentativas de aislar y definir los componentes activos fueron poco concluyentes, posiblemente debido a la interacción sinérgica de los componentes en el extracto (19).

– Estudio del departamento de Ciencias Alimentarias del Instituto danés de Ciencias agrícolas, **Dinamarca**. Este estudio apoya las características antiinflamatorias del escaramujo, porque prueba la existencia de un galactolípido que aislado de las frutas secadas y molidas de la rosa canina con el fraccionamiento prueba-dirigido es un agente antiinflamatorio con efectos inhibitorios sobre el quimiotactismo de los neutrófilos periféricos humanos de la sangre in Vitro (sin relación tóxica) (20).

– Estudio de la universidad de Gazi, Facultad de Farmacia, Ankara, **Turquía**, que demuestra los efectos inhibitorios de de los remedios naturales turcos sobre las citoquinas inflamatorias (interleuquina-1alpha, interleuquina-1beta y alfa del factor de necrosis de tumor).

Se determinaron 55 extractos obtenidos de 10 especies, que según la medicina popular turca eran útiles en el tratamiento de enfermedades inflamatorias, entre ellas, las raíces la Rosa Canina. Conclusión: todas las plantas estudiadas demostraron actividad inhibitoria contra al menos uno de estos modelos en varios porcentajes, dependiendo de la concentración. Se apoya así la tradición folclórica (21).

– Véase el ya citado artículo de revisión sistemática en Freiburg, Alemania, en el apartado de antioxidante (13).

Protección gástrica:

– Estudio realizado en la Facultad de Farmacia, universidad de Gazi, Ankara, **Turquía**, para comprobar la actividad anti-ulcerógena de algunas plantas usadas como remedio popular en Turquía. Se determinaron 5 plantas, entre ellas la Rosa Canina L, y los extractos fueron preparados según las indicaciones tradicionales de uso. Bajo sus condiciones experimentales, todos los extractos exhibieron un efecto gastroprotectivo significativo, con mejores resultados para *Phlomis grandiflora* y la Rosa Canina (100%). Los estudios histopatológicos confirmaron los resultados de la prueba in vivo (22).

Antibacteriana/disminución resistencia a beta lactamasas:

– Estudio de investigación de las semillas de plantas escocesas con actividad antibacteriana realizado por el Laboratorio de Fitofarmacia de la Universidad Robert Gordon en Aberdeen, **UK**.

De acuerdo a la información etnofarmacológica y taxonómica, se determinaron 21 especies de plantas escocesas a partir de 14 diversas familias y se obtuvieron de los surtidores auténticos de la semilla, y se estudiaron sus extractos para la actividad antibacteriana contra 12 especies bacterianas patógenas. Entre ellas, se determinaba la Rosa Canina, que resultó activa frente a una especie bacteriana (23).

– Otro estudio realizado en el departamento de Microbiología de la universidad de Okayama, **Japón**, probó la eficacia de beta-lactamasas en estafilococo áureo metil-resistente de un extracto de la rosa canina (*tellimagrandin*), y demostró ser muy eficaz con respecto a la reducción de la concentración inhibitoria mínima (24).

Nutricional:

– Estudio realizado en el departamento de Ingeniería alimenticia de la Facultad de Agricultura de Konya, **Turquía**, para determinar la composición nutricional de las semillas y aceites de la Rosa Canina.

Las semillas fueron evaluadas para el peso de 100 semillas, de la humedad, de la proteína cruda, de la ceniza, del petróleo crudo, de la energía y del contenido mineral. Los ácidos grasos identificados por la cromatografía de gas de los aceites de semilla fueron: palmítico, esteárico, oleico, linoleico y araquídico. Conclusión: las semillas eran ricas en aceite y minerales. El aceite puede tener valor como alimento y otras aplicaciones debido a su alto contenido no saturado (25).

PREPARACIONES DEL ESCARAMUJO

Mermelada:

Se limpian los escaramujos de pelillos y granos y se machacan hasta reducirlos a pulpa. Se mezcla la pulpa con igual de peso en cantidad de azúcar. Se prepara en frío, y de esta forma mantiene todas sus vitaminas. Es una mermelada excelente.

También puede prepararse con cocimiento, pero de este modo, pierde sus propiedades vitamínicas, aunque sí mantiene la de diurética y astringente.

Vino de escaramujos tónico y vitamínico (26)

A un litro de vino tinto de alta graduación añadir unos 100 gramos de frutos secos (escaramujos). Dejar macerar durante 15 días. Filtrar y tomar una o dos copitas al día. Es vigorizante y aumenta las reservas de vitamina C.

Jarabe de escaramujos tonificante

A 1/4 litro de alcohol de 50° añadir unos 100 gramos de frutos secos (escaramujos) y 50 gramos de azúcar. Dejar macerar durante un mes. Filtrar y rebajar con unos 200 mililitros de agua. Es útil en convalecencias y para personas ancianas.

Decocción de escaramujos antidiarreico y contra el resfriado

Hervir medio litro de agua con dos cucharaditas de frutos secos de rosa silvestre (escaramujos) durante 10 minutos. Filtrar y tomar una o dos tazas al día.

Vinagre de rosa silvestre cicatrizante y antiurticante

A medio litro de vinagre caliente añadir un puñado de pétalos frescos. Dejar en un frasco tapado y expuesto al sol durante unos 15 días. Filtrar y aplicar en compresa sobre la zona afectada.

Infusión: (hojas, flores) (27)

Se añade una cucharada pequeña de la planta a una taza de agua hirviendo. Se recomienda tomar 3 ó 4 tazas al día.

Infusión de uso externo:

Se prepara a partir de 30 g de hojas que se añaden a una taza de agua hirviendo. Una vez templada la tisana, se aplica en forma de compresas o lavados.

Tintura madre:

Se mezclan 120 gramos de pétalos y frutos finamente cortados o 60 gramos de la planta seca en polvo con 500 mililitros de coñac, ginebra o vodka en un envase de cristal. El alcohol debe ser suficiente para cubrir todas las partes de la planta. Se tapa el envase y se guarda la mezcla alejada de la luz solar durante dos semanas, agitándola varias veces al día, se cuele y se almacena en un envase de cristal oscuro, cerrado herméticamente.

La dosis estándar es de 15 gotas de tintura en agua hasta 3 veces al día (28).

Tofu en sirope de escaramujo

Este sirope, de extraordinario contenido en vitamina C, combina igualmente bien con platos dulces como salados.

Ingredientes para 4 personas

- 1.500 g de escaramujos frescos y muy maduros
- 300 ml de agua
- Media taza de miel de flores
- 400 g de tofu
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva suave

Elaboración

Retirar los restos de tallos y estambres de los escaramujos y lavarlos muy bien. Cocerlos durante unos 15 minutos (aplastándolos ligeramente con una cuchara de madera) y dejar reposando hasta que estén tibios. Colar el líquido a través de un gasa fina y mezclarlo con la miel. Cortar el tofu en escalope y marinarlo en el sirope media hora. Escurrir, salpimentar y pasar por la plancha muy caliente un minuto de cada lado.

Sopa de escaramujo

Ingredientes

- 100 gramos de escaramujo
- 1 litro de agua
- 1/4 de taza de azúcar, miel o fructosa o al gusto.
- 1 cucharada de fécula de patata, harina o tapioca
- 4 cucharadas soperas de yogur natural, crema agria o yogurt natural de soja.

Elaboración

Ponga en remojo el escaramujo durante 1 ó 2 horas a continuación ponga a hervir hasta que se ablande el escaramujo triture y cuele. Mezcle con la fécula

elegida y ponga a hervir hasta que espese, para servir añada a modo de decoración las cucharadas de yogurt sin diluir.

Añada la miel y el limón al líquido resultante de hervir las bayas. Mezcle con la fécula elegida que habrá desleído previamente en frío.

Hervir hasta que espese ligeramente la mezcla.

Al servir añadir unas cucharadas de yogurt en cada plato, al gusto.

Jalea de escaramujos (7)⁷

La recolección de los escaramujos se lleva a cabo de octubre a noviembre. Los utensilios necesarios para la elaboración de la jalea son un puchero de acero inoxidable, una cuchara de madera, un trapo de tela fina y botes con tapa. El tiempo de elaboración es de 1 hora aproximadamente.

Ingredientes

- 1 kg. de escaramujos
- 500 gr. de azúcar aproximadamente
- ½ litro de agua.

Elaboración

Poner los escaramujos enteros a cocer con el agua hasta que estén muy blandos. Filtrar con un trapo fino, pesar el zumo y por cada ½ kg. obtenido se añaden 300 g. de azúcar. Se ponen al fuego de nuevo mezclando a menudo y se hace cocer hasta que toma consistencia. Se hierven los botes vacíos y las tapas durante 2 minutos, se dejan escurrir, se llenan los botes y se cierran. Si deseamos conservar la jalea deberemos hervir los botes llenos 20 minutos al baño maría.

Cocción de malva y escaramujo (29)

Ingredientes

- 1 pizca de malva
- 6 frutos de escaramujo
- 1 cucharadita de miel
- ½ limón
- 1 vaso de agua

Elaboración

Hervir el escaramujo durante dos minutos. Añadirle la malva, y hervir un minuto más. Dejar reposar 5 minutos y filtrar el preparado. Añadir el zumo de medio limón y la miel, y remover.

Tomar medio vaso de este preparado cada día, en ayunas, durante una semana.

BIBLIOGRAFÍA

1. www.pirineo.com. Fecha: Mayo 2009
2. [http:// www.huesca.com/naturaleza/arbustos/rosa-canina-rosa-silvestre.html](http://www.huesca.com/naturaleza/arbustos/rosa-canina-rosa-silvestre.html). Fecha: Mayo 2009.
3. www.ecoaldeia.com/plmd/rosa-canina.htm. Fecha: abril-mayo 2009.
4. Gran Enciclopedia de las plantas medicinales. Dr. Josep Lluís Berdonces Serra. Terapia Natural para el tercer milenio. Ediciones Tikkal.
5. www.fitoterapia.net. Fecha: mayo 2009
6. Plantas Medicinales. El Dioscórides renovado. Pío Font Quer. Península.
7. Enciclopedia de las medicinas alternativas. Ediciones Oceano. Traducido al español de "The Gale Encyclopedia of Alternative medicine".
8. www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/curiosidades/2008/09/09/179778.php
9. www.sweden.se/sp/Inicio/Estilo-de-vida/Clasicos-de-la-cocina-sueca/Nyponsoppa/. Fecha: abril-mayo 2009.
10. www.wikipedia.org/wiki/Escaramujo. Fecha: abril-mayo 2009.
11. www.pueblos-espana.org/castilla+y+leon/leon/pozos/Escaramujos+-+Tapa+Culos/. Fecha: abril-mayo 2009.
12. Serteser A, Kargioğlu M, Gök V, Bağcı Y, Özcan MM, Arslan D. Determination of antioxidant effects of some plants species wild growing in Turkey Int J Food Sci Nutr. 2008 Nov-Dec; 59 (7-8): 643-51.
13. Chrubasik C, Roufogalis BD, Müller-Ladner U, Chrubasik S. A systematic review on the Rosa canina effect and efficacy profiles. Phytother Res. 2008 Jun; 22(6): 725-33. Review.
14. Winther K, Apel K, Thamsborg G. A powder made from seeds and shells of a rose-hip subspecies (Rosa canina) reduces symptoms of knee and hip osteoarthritis: a randomized, double blind, placebo controlled clinical trial. Scand J Rheumatol. 2005 Jul-Aug; 34 (4): 302-8. Department of Clinical Biochemistry, Copenhagen.
15. Rosnagel K, Willich SN. Value of complementary medicine exemplified by rose-hips. Gesundheitswesen. 2001 Jun; 63 (6): 412-6. German.
16. Chrubasik C, Wiesner L, Black A, Müller-Ladner U, Chrubasik S. A one year survey on the use of a powder from Rosa canina lito in acute exacerbations of chronic pain. Phytother Res. 2008 Sep; 22 (9): 1141-8.
17. Rosnagel K, Roll S, Willich SN. The clinical effectiveness of rosehip powder in patients with osteoarthritis. A systematic review. MMW Fortschr Med. 2007 Jun 28; 149 (11): 51-6. Review. German.
18. Christensen R, Bartels EM, Altman RD, Astrup A, Bliddal H. Does the hip powder of Rosa Canina (rosehip) reduce pain in osteoarthritis patients? A meta-analysis of randomized controlled trials. Osteoarthritis Cartilage. 2008 Sep; 16 (9): 965-72. Epub 2008 Apr 14. Review.
19. Deliorman Orhan D, Hartevioğlu A, Küpeli E, Yesilada E. In vivo anti-inflammatory and antinociceptive activity of the crude extract and fractions from Rosa Canina L. fruits. J Ethnopharmacol. 2007 Jun 13; 112 (2): 394-400. Epub 2007 Mar 30.
20. Larsen E, Kharazmi A, Christensen LP, Christensen SB. An antiinflammatory galactolipid from Rose hip (Rosa Canina) that inhibits chemotaxis of human peripheral blood neutrophils in Vitro. J Nat Prod. 2003 Jul; 66 (7): 994-5.
21. Yeşilada E, Ustün O, Sezik E, Takaishi Y, Ono Y, Honda G. Inhibitory effects of Turkish folk remedies on inflammatory cytokines: interleukin 1 alpha, interleukin 1-beta, and tumor necrosis factor alpha. J Ethnopharmacol. 1997 Sep; 58 (1): 59-73.
22. Gürbüz I, Ustün O, Yesilada E, Sezik E, Kutsal O. Anti-ulcerogenic activity of some plants used as folk remedy in Turkey. J Ethnopharmacol. 2003 Sep; 88 (1): 93-7.
23. Kumarasamy Y, Cox PJ, Jaspars M, Nahar L, Sarker SD. Screening seeds of Scottish plants for antibacterial activity. J Ethnopharmacol. 2002 Nov; 83 (1-2): 73-7.
24. Shiota S, Shimizu M, Mizusima T, Ito H, Hatano T, Yoshida T, Tsuchiya T. Restoration of effectiveness of beta-lactams on methicillin-resistant Staphylococcus aureus by tellimagrandin from rose red. FEMS Microbiol Lett. 2000 Apr 15; 185 (2): 135-8.
25. Özcan M. Nutrient composition of Rose (rosa canina L.) seed and oils. J Med Food. 2002 Fall; 5 (3): 137-40.
26. www.naturaeduca.com. Fecha: mayo 2009.
27. Artech. A. Fitoterapia. MASSON. 3ª Edición. Vademecum de Preinscripción. Plantas Medicinales. Pág. 303-304.
28. www.pirineo.com/especiales/naturaleza/frutos-otono-despensa-invierno/frutos-otono-despensa-invierno-del-bosque-despe
29. www.milvus.es/html/recetas8.htm