

# Jasonia Glutinosa DC

Nelida Sorrosal Zumeta

Posgrado en Medicina naturista. Email.amnelida@gmail.com>

Recibido: 4 mayo 2012

Aceptado: 28 mayo 2012

## RESUMEN

Resulta complejo saber cuándo se popularizó el consumo del té de roca o té de Aragón, ya que no existen muchas fuentes que hablen de la vida cotidiana del pueblo. Su uso no fue registrado por los autores botánicos más importantes de los siglos XVI al XVIII. No se puede descartar que el té de roca se usara a pequeña escala, pero es extraño que ninguno de esos autores tuvieran conocimiento de su uso si era ya muy popular. La primera noticia conocida del uso de esta planta data de 1867 que dice que el denominado té de Aragón "se usa, tanto en el Aragón septentrional como en el meridional, en infusión teiforme y cualquiera la conoce por el nombre vulgar". Se recomienda su uso en trastornos gastrointestinales, indigestiones, dolores de estómago y de tripa. Después de comer como bebida digestiva y como bebida social, en las sobremesas. Diarreas, úlceras de estómago, inapetencia, meteorismo o para ayudar a vomitar. Catarros, trastornos circulatorios, tensión alta o anemia. Diurético, cálculos renales y dolor de riñón. Nervios, depresión, fiebre, hinchazón de piernas, dolor de cabeza y sobrepeso. Tópicamente en halitosis, heridas y reuma. Blanquea la dentina. Antiséptica, antiespasmódica, digestiva, pectoral.

**Palabras clave:** Jasonia glutinosa, trastornos gastrointestinales, indigestión, úlcera de estómago, diurético.

## Jasonia Glutinosa DC

46

## ABSTRACT

It is difficult to know when intake of Jasonia glutinosa became popular because there aren't too much historic sources that talks about daily life in villages. Its use was not recorded by the most important botanical authors from 16th to 18th century. It is not excluded that Jasonia glutinosa was used on a low scale, but it is strange that any of these authors were aware of its use if it was already very popular. The first writted mention of using this plant dates from 1867 saying that "Tea of Aragon (Jasonia Glutinosa) is used in northern and southern Aragon like tea-infusion and anyone knows it by its common name". Its use is recommended for gastrointestinal disorders, indigestion, headaches and stomach pains. After eating like digestive beverage and also used like social drink after dinner. It's also used to treat diarrhea, stomach ulcers, lack of appetite, stomach bloating, or vomiting. Colds, blood circulation problems, high blood pressure or anemia. Diuretic, kidney stones and kidney pain. Anxiety, depression, fever, leg swelling, and overweight. Topical use for treatment of halitosis, wounds and rheumatism. Bleaches dentin too. Antiseptic, antispasmodic, digestive.

**Key words:** Jasonia glutinosa, gastrointestinal disorders, indigestion, peptic ulcer, diuretic.

## TÉ DE ROCA TÉ DE ARAGÓN

### I: Rock's Tea

**Cataluña:** Catalán: te bord, te de roca, te roquer. **País Vasco:** harkaitzetako, harkaitzetako te. **Valencia:** mosquilla. **Galego - Portugués:** - Té de Aragón.

## DESCRIPCIÓN

Crece en las fisuras de las rocas o junto a ellas, en áreas de montaña, y con sus sumidades floridas se prepara una infusión, de grato aroma alcanforado y sabor algo amargo, muy apreciada en muchas zonas de la mitad oriental de la península Ibérica. Planta de la familia de las compuestas, que sólo se encuentra en el Mediterráneo Occidental, desde la Provenza a Ma-

rruecos. Planta de apenas 60 cm de alto, con el tallo leñoso en su base, viscoso. Tiene las hojas pequeñas, lanceoladas, glandulares, dispuestas de forma alterna en los tallos. Las flores son tubulares, de color amarillo dorado, apareciendo en cabezuelas, envueltas en brácteas exteriores glandulosas. Florece desde el mes de mayo. Las sumidades floridas se recolectan al principio de la floración. Los tallos floridos se rompen muy bien por la base, por lo que no se daña la cepa al recolectarse. Aunque no se ha estudiado muy a fondo, en el té de roca se ha detectado la presencia de un aceite esencial, lactonas sesquiterpénicas, heterósidos, principios amargos y taninos (1).

## HISTORIA

Aunque la palabra Té (té) en español se deriva de la Tscha chino y se refiere a la planta *Camellia sinensis* oriental, popularmente se utiliza en España para referirse a al menos 70 especies diferentes de plantas. La más importante y ampliamente distribuidos son *Jasonia glutinosa* (2). Ha tenido una gran tradición en Levante, Aragón y Cataluña, como remedios aperitivos y digestivos, para despertar el apetito y para combatir las indisposiciones estomacales y los desarreglos digestivos (3), los típicos empachos. Facilitan una cómoda digestión, evitan la acidez de estómago y alivian la hinchazón abdominal y la formación de gases (1).

Es una planta muy popular en los territorios de la antigua Corona de Aragón, destaca por sus virtudes digestivas. Pese a su nombre no tiene nada que ver con otras plantas como el té negro, verde o rojo procedente de Oriente (4). Resulta complejo tratar de saber cuándo se popularizó el consumo de esta preciada especie ya que no existen muchas fuentes que hablen de la vida cotidiana del pueblo. Su uso no fue registrado por los autores botánicos más importantes de los siglos XVI al XVIII. No se puede descartar que el té de roca se usara a pequeña escala, pero es extraño que ninguno de esos autores tuvieran conocimiento de su uso si era ya muy popular. La primera noticia conocida del uso de esta planta data de 1867 que dice que el denominado té de Aragón “se usa, tanto en el Aragón septentrional como en el meridional, en infusión teiforme y cualquiera la conoce por el nombre vulgar”. Probablemente se usara como tónico digestivo, pues Lázaro Ibiza dice de ella que se denomina té de Aragón, es aromática y se usa como tónica en infusión teiforme, aunque ya en la primera edición de la misma

obra (1896), este mismo autor la denomina igual, aunque sin indicar para qué se usaba. El hecho de que esta planta fuera muy popular en Aragón y su nombre vulgar profusamente conocido, nos hace pensar que al menos se empleaba allí desde hacía dos o tres generaciones antes de que se registrara su uso, es decir desde principios del siglo XIX. También era muy popular en Cataluña, como queda claro por la anécdota que refiere Font Quer (1962: 791) de San Carlos de la Rápita, Tarragona, durante la excursión de un congreso de fitosociología en 1934: La señora del hostel sirvió té de roca a todos cuando le pidieron un té y cuando le preguntaron extrañados qué clase de té era este, ella les respondió: ¡té, y del mejor té que hay, té de roca!. A principios del siglo XXI el té de roca es una de las especies medicinales ibéricas más populares y se utiliza prácticamente en todas las zonas en las que vive. Incluso se utiliza en zonas donde no vive, ya que se aprovecha algún viaje para recolectarla. Se comercializa a pequeña escala en bares, mercados o tiendas de souvenirs para turistas. También se comercializa a mayor escala; en herbolarios se puede conseguir gracias a presentaciones simples o especialidades de empresas o incluso a través de páginas web (1).

## DISTRIBUCIÓN Y ECOLOGÍA

Algunas especies de Té son muy comunes en España (y su uso está muy extendido), otras son endémicas, y otras son alóctonos que ahora viven en la naturaleza. La mayoría de estas especies pertenecen a las familias Asteraceae y Lamiaceae. La más importante y ampliamente distribuida es *Jasonia glutinosa*. Este taxón polimorfo aparece, como su nombre coloquial indica, en afloramientos rocosos o grietas en altos riscos, a menudo en el mismo hábitat, como *Jasonia glutinosa* (2). Su uso es muy común en el Este de la Península Ibérica: Cataluña, Levante, Murcia, Aragón, La Rioja, Este de Castilla y León, de Castilla-La Mancha y de Andalucía, donde es apreciado como parte importante de su patrimonio biológico y cultural. Se trata de una especie estenoica, basófila, que vive exclusivamente en fisuras y rellanos de roquedos calcáreos verticales o en grietas horizontales, formando parte de los llamados brezales de roca, a veces también en pedregales. Llega excepcionalmente hasta 1.800 m, pero suele encontrarse a altitudes menores de 1.300 m. No se han encontrado datos de su uso en Marruecos ni en el sur de Francia (1). Crece en las fisuras de las rocas o junto a

ellas, en áreas de montaña (4), en las grietas de peñas calcáreas, a lo largo de todo el Pirineo, Sierra Nevada y, en general, repartida por toda la Península (5), originaria de la zona mediterránea. Gusta de terrenos algo áridos. El tipo de planta es herbácea aromática, con hojas casi sesiles, estrechas, lanceadas, alternas, de color verde pálido y algo velludas y de un cm. aprox., los tallos leñosos por la base de color rojizo. Mide 30 cm. aprox., y se ramifica en su parte superior discretamente. Los capítulos florales terminales están rodeados por unas brácteas que en su interior protegen numerosas florecillas amarillas y sus frutos presenta un vilano plumoso, doble y glanduloso (6).

## PARTE UTILIZADA

Hojas, tallo y sumidad florida (4), así como la planta entera (6).

Al ser una planta que se puede encontrar a distintas alturas sobre el nivel del mar, su floración varía mucho. En los casos más tempraneros, lo hace en junio y, a más tardar, las últimas florecen a finales de agosto. De la recolección interesa la parte aérea: es mejor colectarla antes de que se abran las cabezuelas. Se debe cortar la sumidad florida, teniendo el cuidado de dejar a la planta la parte inferior de los vástagos, de manera que pueda renovarse al año siguiente. Siempre hay que evitar el arrancar la planta de cuajo (como hacen muchos), pues de esta manera al final acabaría por extinguirse (7).

## PRINCIPIOS ACTIVOS (8,9,10,11)

- Principales componentes (12, 13, 14)
- Lactonas sesquiterpénicas (15, 16, 17).
  - taninos
  - heterósidos
  - aceite esencial (6). Su aceite esencial contiene 25% de alcanfor y entre 10-20% de borneol,
  - Cis-nerolidol y otros compuestos de elevado peso molecular no identificados,
  - Sesquiterpenos oxigenados,
  - Taninos catéquicos, flavonoides, antraquinonas, esteroides, triterpenos, glúcidos y lactonas sesquiterpénicas muy amargas.
  - Alcaloides y taninos, presencia media de flavonoides, y presencia considerable de saponinas tanto esteroidicas como triterpénicas.

- Flavonoides y ácidos fenólicos derivados del ácido cafeico (1). La composición química en líneas generales de *S. hyssopifolia* se conoce: Rodríguez Lyon et al. han demostrado que sus propiedades digestivas se deben a los flavonoides (2).

## ACCIÓN FARMACOLÓGICA

- Tónico amargo de acción digestiva con posible efecto estimulante sobre la secreción biliar y la función del hígado. Ejerce una acción espasmolítica (6).
- Antiséptico
- Antiespasmódico
- Digestivo
- Pectoral
- Antiviral
- Carminativo
- Anti-inflamatorio (15)
- Hipotensor (4)
- Aperitivo
- Espasmolítico (5)

## INDICACIONES

Las partes aéreas de este endemismo europeo, que sólo se encuentran en la Península Ibérica y el sur de Francia, se utiliza también como digestivo y para despejar la mente. Su principal componente, el alcanfor, se utiliza para tratar trastornos gastrointestinales, y tiene espasmolítico, anestésicos y analgésicos, antieméticos, propiedades antisépticas y carminativas (2). Tónico estomacal y contra las indisposiciones de vientre (18, 19), inapetencia, dispepsias hiposecretoras, meteorismo, espasmos gastrointestinales, hipertensión, gripe, resfriados. Externamente: heridas, contusiones, eczemas, blefaroconjuntivitis, dermatomicosis, faringitis (20), estomacal, catarros pulmonares y tuberculosis (19, 20). Estimula la secreción digestiva y digestión lenta o dificultosa, dolor abdominal y flatulencia, espasmolítica, dismenorrea, jaqueca relacionada con digestión deficiente y externamente para lavar heridas (19). Se utiliza como estimulante de las secreciones digestivas en caso de falta de apetito, digestión lenta o dificultosa, dolores abdominales y flatulencias. También se usa en casos de menstruación dolorosa y jaqueca (especialmente si es producida por una digestión deficiente) (6).

El Dr. Pío Font Quer dice del té de Aragón que es una especie de uso eminentemente popular, como estomacal y contra las indisposiciones de vientre, en los Pirineos se emplea contra los catarros pulmonares, y a veces se recomienda contra la tuberculosis. El Dr. Josep Lluís Berdonces i Serra indica que estimula la secreción digestiva si hay falta de apetito y digestión lenta o dificultosa, se utiliza en dolor abdominal y flatulencia, es espasmolítica y se usa en menstruación dolorosa, jaqueca relacionada con digestión deficiente y externamente para lavar heridas. Sin efectos secundarios o indeseables. El Vademécum de Fitoterapia añade que Jasonia glutinosa en algunas zonas se considera una panacea y se usa como laxante tomada en ayunas, como hipotensora, y en uso externo como hemostática, antifúngica y antiinflamatoria (22).

## CONTRAINDICACIONES

Embarazo y lactancia (4).

Sin efectos secundarios o indeseables. Precaución en el embarazo (19).

## FORMAS DE DOSIFICACIÓN

### Uso interno

- Infusión al 5%, una cucharada de postre por taza, infundir 10 min., tres o más tazas al día (3, 19, 20, 21, 22).
- En infusión con dosis de hasta 30 g. por litro de agua (22).

### Uso externo

- Alcohol compuesto de jasonia glutinosa. En forma de fricciones (4)
- Infusión: en forma de baños calientes como relajante y antidismenorréico (4, 19)
- Compresa: limpiar heridas, sin hemorragia, y para bajar la inflamación en golpes y contusiones (4, 21)

## TOXICIDAD

No se ha encontrado.

## TRATAMIENTOS

Un paso adelante en eficacia terapéutica el combinar esta planta en fórmulas adaptadas a problemas digestivos concretos:

- Para evitar la **halitosis** y el mal sabor de boca, se puede probar la fórmula que combina 20 g de té de roca, menta y anís verde, más la mitad de perejil. Se vierte una cucharada sopera rasa de la mezcla en un vaso de agua hirviendo y se mantiene 10 minutos en infusión (4). Si lo mezclas en un tarro 25 g de té de roca, de anís verde y de menta. Le añades una cucharada de esta mezcla herbal a un vaso hirviendo, filtra al cabo de 10 minutos y tómala después de cada comida sin endulzar verá como alivias el mal aliento (19, 24, 27).
- Se ha usado contra la **gripe**, los **catarros estacionales** y los **ataques de tos**, para lo cual se puede tomar una infusión simple de té de roca o, mejor aún, mezclada a partes iguales con tomillo y malvavisco, más unas gotas de zumo de limón. Se toman hasta tres vasos bien calientes, alejados de las comidas principales. Se deben evitar las dosis altas, pues podrían provocar vómitos.
- Al igual que otras plantas con sabor amargo, el té de roca **abre el apetito**, siendo su infusión muy útil para el **empacho**. Si la combinas con tomillo y llantén, a razón de una cuchara de la mezcla por cada vaso de agua, sirve de ayuda en caso de resfriado, **dolor de garganta o gripe**, ya que sube las defensas.
- Es también muy beneficiosa para la **úlcera gástrica**, la infusión de té de roca combinada a partes iguales con malvavisco, es un alivio para el tratamiento de ella. Además mezclada con otros bálsamos digestivos, como la melisa o la hierbaluisa, expulsa los **gases** y calma los retortijones.
- Tisana **digestiva** de gran eficacia en caso de **espasmos intestinales y flatulencias**, deberemos hacer una infusión que combina el té de roca con ajedrea blanca (Satureja fruticosa), hierba luisa y melisa a partes iguales (4).
- Para **gases en el intestino y distensión abdominal**: 20 g. de alcaravea, 20 g. de hinojo, 20 g. de malvavisco, 20 g. de té de roca y 10 g. de naranjo amargo; el té de roca actúa como regulador de la digestión y laxante. Cómo se prepara: una cucharada sopera (5 g.) de la mezcla por cada taza de agua. Se hierve 2-3 minutos, se deja en reposo 10

minutos más y se cuele. Cuándo se toma: tres tazas al día, tras las comidas. Se puede edulcorar con miel (24).

- El Vademécum de Fitoterapia añade que Jasonia glutinosa en algunas zonas se considera una panacea y se usa como **laxante** tomada en ayunas, como **hipotensora**, y en uso externo como **hemostática**, **antifúngica** y **antiinflamatoria** (4, 15, 25).
- En pacientes diagnosticados de **Helicobacter pylori** se recomienda después de la comida tomar una infusión (tacita) de té de roca (26).
- A nivel externo, los remedios con té de roca se han indicado para **limpiar heridas**, sin hemorragia, y para bajar la inflamación en golpes y contusiones: combina el té de roca con caléndula, tomillo y rabo de gato. Para prepararla se vierten cuatro cucharadas soperas de la mezcla por medio litro de agua. Se hierve 5 minutos y se cuele. Se trataría de regar la zona afectada tres veces al día con la infusión. Ésta se puede conservar en la nevera, pero es preferible renovarla a diario (4).

## 50 APROXIMACIÓN AL ESTUDIO ETNOBOTÁNICO DE JASONIA GLUTINOSA

La etnobotánica además de ser una fuente para la búsqueda de nuevos fármacos, es un inventario del saber ancestral que en la actualidad se está perdiendo u olvidando debido a diferentes causas, tales como el éxodo rural, la industrialización o los nuevos hábitos de vida. La etnobotánica es la ciencia encargada del estudio de la relación utilitaria entre los seres humanos y la vegetación de su medio, dentro de los cuales se incluyen los usos medicinales. Tiene dos objetivos fundamentales tal y como recoge la Organización Mundial de la Salud (OMS): la recopilación del conocimiento ancestral y la búsqueda y elaboración de nuevos fármacos que contribuyan a elevar la calidad de vida de todos los seres humanos (27).

El presente artículo recoge una primera aproximación del estudio etnobotánico de la planta medicinal: Jasonia Glutinosa y se analiza si la distribución o área de uso de la misma, la cual está influida por factores ecológicos y culturales que podrían dar cuenta de su uso tradicional en Aragón. Esta discusión puede ser útil para los estudios comparativos, tocando como lo hace en otros temas etnofarmacológicos:

- a) que los factores culturales y ecológicos afectan a la selección de esta planta medicinal,
- b) las sustituciones de las plantas medicinales en la medicina popular

Para analizar estas cuestiones, este trabajo presenta un ejemplo de esta especie usada para los trastornos digestivos (té de roca o de Aragón: Jasonia glutinosa) (28).

### Métodos:

El trabajo de campo se realizó de enero hasta junio de 2012. Durante ese tiempo, hemos entrevistado a 9 informantes, en 4 localidades de Aragón y 1 de Arcos (Valencia).

- 1 persona de Atea (Zaragoza),
- 1 persona de Teruel,
- 1 persona de El Pueyo de Jaca (Huesca),
- 5 personas de Azuara (Zaragoza),
- 1 persona de Arcos (Valencia).

La información ha sido recopilada en base a entrevistas personales mediante entrevistas semi-estructuradas, en dichas entrevistas se han recogido los siguientes datos: nombres por los que se conoce localmente la planta, época, lugares y métodos de recolección, partes u órganos de la planta empleados, quién la recoge y la toma, así como sus indicaciones, usos, modo de preparación, dosificación y administración de la misma.

### Resultados:

Los 9 informantes coinciden en que la recogen en el campo, se hierve en seco o fresco, y se bebe después de las comidas. El uso más frecuente es la infusión. Se utiliza comúnmente como digestivo, y en algunos casos, como laxante, antidiarrea, y para reducir la presión arterial. También para procesos gripales de vías altas y expectorante. No se utilizan como estimulante. En casa lo toman toda la familia, "(...) al peque de seis años no le he dado todavía", nos comenta una de las informantes. En Azuara ocurre que en general lo toma toda la familia, aunque generalmente el matrimonio, y con mayor frecuencia la mujer, "(...) aunque lo recoge el hombre", destacan. Para la recogida suelen juntarse padres, hijos y/o hermanos "(...) cuando podemos, si no como mi padre ya no puede andar por el monte lo recojo yo y a veces con mi marido", nos cuen-

tan. En Teruel “hasta ahora lo recogía un tío mío en los montes de Villed, población a 15 km de Teruel y en Sant Just y Mezquita de Jarque a unos 50 km de Teruel. Lo recogía a lo largo de todo el año, y lo dejaba secar. Recogía toda la planta y la infusión se hace con toda la planta”. De la planta recogen el tallo y la flor. “En el término municipal de Daroca, Villanueva y Pardos”, en el caso de la zona de Atea (Zaragoza).

De forma general no conocen si tiene alguna contraindicación y/o efectos secundarios, y añaden que no han tenido ningún problema al tomarlo. “Tengo la experiencia de que mis padres y abuelos lo han estado tomando siempre sin conocer ningún tipo de efecto secundario ni interacción (...) lo tomamos con manzanilla y poleo en la misma infusión a veces”.

En la localidad de Azuara destaca el hecho de que toman el té de roca sencillamente porque les gusta su sabor. Recogen la flor y un poco de tallo, entorno a rocas en el monte cuando empieza a secarse y sin arrancar la raíz. No conocen efectos adversos, “(...) salvo las contraindicaciones propias de la teína, (si es que tiene)”. Este comentario es algo que destaca en la información recibida porque en varias personas surge esta duda, puesto que debido al nombre podría confundirse con un té oriental: “(...) lo tomamos en infusión, hervido en agua y luego dejado reposar unos 10 minutos para que desaparezca lo más posible la teína que puede tener algún efecto sobre el sistema nervioso.”.

En Arcos destacan su uso para “(...) dolor de tripas, para limpieza del hígado y facilita las digestiones”. En este caso si no tienes problemas no lo toma nadie en casa, “Una mujer que tenía problemas del hígado y lo tomaba todos los días por la mañana”, nos comentan. En esta zona lo recogen los pastores normalmente o cualquiera del pueblo que va recogerlo donde se cría. Recogen toda la planta menos la raíz (tiene un tallo de un palmo de alta). Se recoge en varias zonas del pueblo normalmente entre las piedras. Se siega, no se arranca de raíz “(...) normalmente ninguna yerba se arranca de raíz”, añade. Entre julio y agosto. Para tomarlo “se hierve y se deja reposar unos minutos se cuela y se toma se puede endulzar con miel o azúcar.”.

Los resultados muestran claramente que los factores ecológicos y culturales influyen en la selección de esta planta medicinal en esta región. El factor climático y el sustrato son los factores ecológicos más importantes que influyen en la distribución y abundancia de esta planta, que son los factores biológicos que afectan la selección de plantas medicinales.

## Conclusión:

El estudio de los factores ecológicos y climatológicos, por un lado, y la cultura, por el otro, nos puede ayudar a entender por qué una planta se usa en una misma área. En muchos casos, el factor cultural significa que el uso de una especie es más generalizada que su distribución ecológica.

En nuestra mano queda respetar y recuperar el legado de nuestros antepasados, así como el de crear o revivir formas de vida más respetuosas con el medio que nos rodea y consecuentemente con nosotros mismos (27).

## Agradecimientos:

Esta aproximación al estudio etnobotánico de la Jasonia Glutinosa ha sido posible gracias a todas y todos los informantes que, con su paciencia, cariño y sabiduría, nos han abierto sus puertas y han hecho posible este trabajo.

## CONCLUSIONES

Se ha seleccionado el té de roca (*Jasonia glutinosa* DC.), que constituye una bebida tradicional y emblemática de Aragón, entre otras zonas, y que esta mostrando contener sustancias activas de interés. Durante mucho tiempo, la naturaleza ha sido la principal fuente de recursos que han tenido los pueblos para curar o aliviar sus problemas de salud. La gente ha experimentado los beneficios de las plantas de su entorno y ha traspasado ese conocimiento de generación en generación, forjando una cadena que transmite hasta hoy el resultado de esta experiencia acumulada. Los remedios que han superado esta selección natural ostentan una efectividad y una seguridad empíricas, corroboradas en algunos casos por estudios experimentales (25). Para analizar estas cuestiones, este trabajo presenta un ejemplo de una especie usada para los trastornos digestivos (*Jasonia glutinosa*), la cual todavía presenta muchos beneficios pendientes de investigar.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Pardo de Santayana M. & Morales R. Consideraciones sobre el género Jasonia. Acta Botánica Malacitana 29: 221-232.

2. Akerreta S., Cavero R. Y., López V. and M. I. Calvo. Analyzing factors that influence the folk use and phytonomy of 18 medicinal plants in Navarra. *Revista: Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 3: 16. (2007)

3. Pardo de Santayana M, Blanco, E, R Morales. Las plantas conocidas como Té en España: una revisión etno-farmacobotánica. *Revista Fitoterapia*. 2 (9): 133-145.

4. Cebrián J., Teixé, J M<sup>a</sup>. *Revista Cuerpomente*. Disponible en: <http://www.cuorpomente.es/planta>.

5. rp.online: Té de Aragón (Jasonia Glutinosa). Disponible en: [http://plantas-medicinales.servidor-alicante.com/plantas/te\\_de\\_aragon](http://plantas-medicinales.servidor-alicante.com/plantas/te_de_aragon). (consulta: 21 mayo 2012).

6. rp. online: Té de Roca. Disponible en: [http://www.ecoaldea.com/plmd/te\\_roca.htm](http://www.ecoaldea.com/plmd/te_roca.htm). (consulta: 21 mayo 2012)

7. Herbolario de Salud. Tomar un té. Madrid. Disponible en: [http://www.herbogeminis.com/tomar\\_un\\_te.html](http://www.herbogeminis.com/tomar_un_te.html). (consulta: 21 mayo 2012).

8. Guillén M.D., Ibargoitia M.L. Volatile components obtained from the leaves of Jasonia glutinosa. *Food Chemistry* 1996 56: 2 (155-158).

9. Rubio B., Villaescusa L., Díaz A.M., Fernandez L., Martín T. Flavonol glycosides from *Scolymus hispanicus* and *Jasonia glutinosa*. *Planta Medica* 1995 61: 6 (583).

52

10. Villaescusa Castillo L., Díaz A.M., Bartolome C. Methoxylated flavonoids from *Jasonia glutinosa*, D.C., and their relation with other species of *Jasonia*. *Pharmazie* 1995 50: 9 (639-640).

11. Villaescusa L., Díaz A.M., Lapica B.C., Fernandez L. Patuletine and quercetine derivatives in *Jasonia glutinosa*, D.C. *Ars Pharmaceutica* 1992 33: 1-4 PART I (469-472).

12. González Romero MA, Villaescusa Castillo L, Díaz Lanza AM, Arribas Bricio JM, Soria Monzón CA, Sanz Perucha, J. Volatile composition of *Jasonia glutinosa* D. C. *Z Naturforsch C*. 2003 Nov-Dec; 58(11-12): 804-6.

13. Sánchez-Martínez R, Villaescusa-Castillo L, Bernabé M, Díaz-Lanza AM. Two new eudesmane alcohols from *Jasonia glutinosa*. *Z Naturforsch C*. 2000 Sep-Oct; 55(9-10): 693-6.

14. Rubio B, Villaescusa L, Díaz AM, Fernández L, Martín T. Flavonol glycosides from *Scolymus hispanicus* and *Jasonia glutinosa*. *Planta Med*. 1995 Dec; 61(6): 583.

15. Bermejo BP, MJ Abad, AM Díaz, L Villaescusa, González MA, Silván AM. Sesquiterpenos de *Jasonia glutinosa*: in vitro actividad anti-inflamatoria. *Biol pharm Bull* ene 2002; 25 (1): 1-4.

16. Kudtdiol, new sesquiterpene alcohol from *Jasonia glutinosa* D.C. De Pascual Teresa J., Barrero

A.F., San Feliciano A. *Tetrahedron Letters* 1978 NO. 43 (4141-4144).

17. Villaescusa-Castillo L, Díaz-Lanza AM, Gasquet M, Delmas F, Ollivier E, Bernabé M, Faure R, Elias R, Balansard G. Antiprotozoal activity of sesquiterpenes from *Jasonia glutinosa*. *Pharm Biol*. 2000; 38(3): 176-80.

18. Zorbaran Unda, J. *Plantas Medicinales. Té de Aragón*. Disponible en: <http://www.emagister.com/cursos-plantas-medicinales-usos-propiedades/plantas-medicinales-serpol-te-aragon-tilo>. (consulta: 22 mayo 2012).

19. Herbo Géminis. Propiedades del Té de roca o de Aragón. Disponible en: <http://propiedadesdelte.jaimaalkauzar.es/propiedades-del-te-de-roca-o-de-aragon.html>. (consulta: 22 mayo 2012).

20. Vanaclocha. *Vademecum de Fitoterapia*. Ed. Elsevier. Barcelona 2003.

21. Font Quer. *Plantas medicinales*. Ed. Labor. Barcelona 1980.

22. Sánchez, R. Beneficios del Té de Roca. Disponible en: <http://www.centromujer.es/salud/beneficios-del-te-de-roca>. (consulta: 22 mayo 2012).

23. Info Jardin. Té de Aragón, Té de Roca, Jasonia Glutinosa. Disponible en: <http://www.infojardin.net/fichas/plantas-medicinales/jasonia-glutinosa.htm>. (consulta: 22 mayo 2012).

24. Cebrián, J. Infusiones Digestivas. *Revista CUERPOMENTE*. 225: 38-39.

25. López V, Akerreta S, Melgar I, Cavero R.Y, Calvo MI. Plantas medicinales utilizadas para afecciones dérmicas en la medicina tradicional navarra: estudio de su actividad antioxidante *in vitro*. 4º Congreso de Fitoterapia de la SEFIT. Facultad de Farmacia de Sevilla. 2007. Disponible en: [http://www.medicosnaturistas.es/uploads/ponencias/4CONGRESO\\_FITO\\_LIBRO\\_RESUMEN.pdf](http://www.medicosnaturistas.es/uploads/ponencias/4CONGRESO_FITO_LIBRO_RESUMEN.pdf). (consulta: 23 mayo 2012).

26. Saz Peiró, P. y Sebastián Domingo, J. J. Colabora: Ortiz Lucas, M. Aparato digestivo. Aspecto científicos y Medicina Naturista. Una visión Integral. *Prensas Universitarias de Zaragoza*, 2007. p. 85.

27. Akerreta S., Cavero R. Y., López V. and M. I. Calvo. Plantas medicinales en la medicina tradicional de Navarra: primera aproximación. Departamento de Biología Vegetal (Sección Botánica), Universidad de Navarra. Disponible en: [www.fitoterapia.net](http://www.fitoterapia.net) (consulta: 18 mayo 2012).

28. R.Y. Caverro, S. Akerreta, M.I. Calvo. Pharmaceutical ethnobotany in Northern Navarra (Iberian Peninsula), Department of Plant Biology (Botany), Faculty of Sciences, University of Navarra. *Journal of Ethnopharmacology* (2011) 133, 138-146.