

# ANTROPOLOGIA DE LA SALUT A MONTBLANC

M<sup>a</sup> Teresa ROCA I CENDRA

El camp de la Medicina Popular és molt ampli degut a la quantitat d'elements que inclou (especialistes, remeis, devoció religiosa, botànica, institucions) i al mateix temps és molt concret ja que la seva pràctica depèn de les condicions geogràfiques, històriques i socials de cada lloc.

Per tant, podem definir la Medicina Popular com el conjunt de pràctiques específiques de cada localitat destinades a prevenir i curar les malalties del cos humà.

Actualment s'està discutint si el terme Medicina Popular és el més correcte, el què expressa millor el que volem dir; potset és més entenedor parlar de Medicina de l'Assistència (1). El concepte assistència fa referència a les actituds i a una pràctica emmarcada dins de la ideologia de cada societat.

## ENTORN SOCIO-ECONÒMIC

És important descriure l'entorn socio-econòmic de Montblanc, en el moment en que es feien servir els remeis recollits en aquest tre-

(1) COMELLES, J.M. i altres, *Aproximación a un modelo sobre Antropología de la Asistencia*. Arxiu d'Etnografia de Catalunya. 1. (1982) pag. 14-27.

ball, perquè d'ell depenen en bona part el tipus de malalties, els especialistes, els remeis, etc.

El temps d'estudi és el primer quart de l'actual segle. La població activa es dedicava principalment a l'agricultura, hi havien els conreus típics del Mediterrani (vinya, cereals i oliveres) que van desenvolupar l'indústria de l'elaboració del vi, alcohol i aiguardents. Altres indústries artesanals eren les d'espardenyes, teixits, adobs i bastos.

## ESPECIALISTES

La medicina de l'assistència tenia uns especialistes en les seves pràctiques, que eren els curanderos i els pastors.

La gent d'abans, quan tenien algún mal, si aquest no era greu, generalment no anaven al metge.

En totes les cases hi havia plantes medicinals i qui més qui menys coneixia algun remei: curar l'airada o el mal de dit, per exemple. Quan una malaltia no tenia massa importància tothom deia el seu parer fins que aplicant remeis casolans o per causa del pas del temps es guaria.

Hi havia persones però que tenien dots especials per curar; amb un cop d'ull sabien on era el mal i fins i tot el temps que tardaria en guarir-se; aquests eren els curanderos.

## CURANDEROS

A Montblanc no hi hagut mai massa tradició de curanderos; tenien més importància a Rojals, Lilla, La Guàrdia, etc., poblets de muntanya agregats a Montblanc que no posseïen metge propi. A més dels que ho feien com ofici hi havia també homes i, sobretot dones, que eren curanderos i curanderes a mitges, perquè la seva feina principal era una altra: de pagès, de cadiraire, esperdenyer, de mestressa de casa.

La manera de guarir dels curanderos es caracteritzava perquè a més dels remeis, herbes i pegats feien sempre invocacions a diferents Sants i principalment a la Santíssima Trinitat; també feien molt el senyal de la creu damunt del mal i també resaven moltes oracions, sobretot parenostres. Els remeis que sabien els havien après a casa seva, doncs passaven de generació en generació.

Els curanderos acostumaven a tenir un caràcter estrany, eren persones solitàries i una mica fetes a la seva, potser perquè molts cops havien d'anar d'amagat. La gent els titllava d'embruixats, probablement pel fet d'estar al marge de les normes socials establertes.

S'acudia a ells quan es tenia un esllomat, un mal d'ull, quan s'estava espatllat, s'havia agafat un cop d'aire i també per molts d'altres mals; quan els curanderos no encertaven el remei, llavors els pacients anaven al metge.

En l'actualitat no hi ha ningú que faci de curander com a feina, doncs molts no ho van voler explicar als seus fills. La visió de futur dels curanderos preveia que el seu "ofici" era desagraït si els remeis no eren efectius; també tenien en contra la competència dels curanderos oficials, els metges, que en lloc d'invocar els Sants invoquen el llenguatge cabalístic de les paraules tècniques.

## PASTORS

Degut a l'existència de ramaderia, bous, cabres i vaques, hi havia nombrosos pastors que, a base de curar el bestiar de torcedures, cascades o trencaments de potes, es van atrevir a fer el mateix amb les persones.

La gent acudia amb més fe al pastor que no pas als curanderos. Això explica que a Montblanc tingués molta importància un pastor de renom "Creixent" que va curar des del 1870 al 1929.

Tot el que coneixia era per experiència i pràctica, doncs no sabia llegir ni escriure. Els dies que més treballava eren els dimarts i divendres, dies de mercat, quan baixava a Montblanc tota la gent de la Conca i molts aprofitaven per anar a veure'l.

Ell només es cuidava dels mals i ferides externes, torcedures de peu o de munyeca, trencadures de peus, cames, mans, braços, costelles, cascades de pit, ferides i talls externs i, si convenia molt, també assistia en algú part.

Els mètodes que feia servir per curar els trencats i torcedures era estirar ben bé la cama, el braç, etc. perquè es possessin a lloc tant els ossos com els múscles, com els nervis; després, un cop tot ben col·locat, ho embenava; si es tractava d'un braç, per exemple, el doblegava suaument i amb un mocador el penjava al coll. Quan hi havia costelles trencades feia un massatge, les col·locava al seu lloc, i després també hi feia un bon embenat. Un cop feta aquesta cura, al cap d'uns

dies mirava com s'anava soldant; segons la importància del trencat hi donava dos o tres cops d'ull, fins que quedava del tot resolt.

Si hi havia ferides o talls ho rentava bé amb aigua bollida d'esparnellac i de timó; també per fer cicatritzar més aviat les ferides feia servir herba d'uriola.

En cas de part o d'infecció del pit també ho resolia sense el metge, de la mateixa manera que ho feia amb les cabres o amb les vaques.

Si una persona es desmaiava mentre la curava, la mullava i li picava a la cara o li feia ensumar una herba d'olor forta per veure si tornava en sí; li mirava si tenia alè posant-li un misto encès a la boca i observava si la flama es movia; per sentir-li el cor en comptes de buscar-li el pols a les munyeques l'hi buscava al coll; també ja feia la respiració artificial, boca a boca.

Com que era pastor també curava les cabres o les vaques quan es feien mal: si es trencaven una pota l'estirava fins a posar l'os al lloc; després per mantenir-la quieta posava un pegat de pega grega o també dues fustetes lligades, una a cada costat de la pota. Quan la vaca tenia un vedellet i aquest anava a sortir de revés, li ficava la mà untada d'oli a dins i el girava. Per les cascades de braguer, li tallava el pit a ras de pell, després ho rentava amb aigua bollida d'esparnallac i timó i ho ben aixugava amb un drap; la ferida tardava uns 45 dies a resoldre's. Si un animal estava enfelat (fel gros), li lligava l'orella amb un cordill; aquesta s'inflava molt i, en reventar-li la inflor amb unes agulles, l'animal es guaria.

Els pastors, sobretot els que en sabien més, tenien molt de prestigi; la gent acudia més a ells que no pas als metges. La idea que els pastors tenien dels curanderos era negativa doncs creien que curar mitjançant oracions era un engany.

Avui dia els pastors encara arreglen les potes dels bens o de les cabres, però si aquests animals agafen altres mals avisen al manescal. Les persones ara tenen tendència a anar al traumatòleg, en cas de qualsevol accident però, al revés d'abans, si passa massa temps sense que el mal es guareixi tornen a anar a veure algún pastor perquè els miri.

## REMEIS

La descripció dels remeis emprats està ordenada segons l'edat de la persona a qui van dirigits.

## Embaràs i part

Des del primer moment de l'embaràs poden sorgir problemes de salut tant per a la mare com per al fill. Tenim una dita molt antiga que ens explica els mals que es poden derivar d'un avortament: "Les criatures sense ossos porten les mares als fossos".

Si l'embaràs anava bé, arribat el moment del part, l'assistència la feia una llevadora, que molts cops només tenia pràctica però cap estudi; si surgien dificultats s'avisava el metge.

Per parir es posava una espècie d'orinal alt, ple d'aigua calenta —que servia per fer eixamplar la vagina—, on s'asseia la partera quan li venien els dolors; quan aquests paraven ella se'n tornava al llit. Prenien herba hisop perquè els vinguessin els dolors. Moltes dones passaven tot el dia pujant i baixant del llit sense aclarir rès. Quan, per fi, la criatura havia nascut, la llevadora era l'encarregada de lligar-li el melic i també de mirar si la mare havia fet tota la placenta, ja que es podia congrenar.

Si la criatura neixia la nit de Nadal, deien que tenia una creu al paladar i que podia curar de gràcia. També tenia aquestes virtuts especials el setè fill nascut mascle. Curar de gràcia volia dir que la seva saliva era miraculosa aplicada sobre una ferida.

L'alimentació infantil d'abans consistia en mamar normalment fins l'any i mig o els dos anys i després atipar la canalla de sopes d'all. Per tant, al tenir poques defenses eren més propensos a agafar totes les malalties pròpies d'aquesta edat.

## Edat infantil

Les malalties més corrents eren: *Xarrampió, verola, meningitis, tosferina, escarlatina*. Al ser contagioses la primera mesura que es prenia era no deixar acostar al malalt d'altra canalla petita, i un canvi d'aires en el cas de la tosferina. En aquestes malalties l'únic que podien fer-hi era mirar de baixar la febre i mantenir la criatura assossegada.

Quan agafaven malalties més corrents i freqüents els remeis eren:

— Per al *mal d'orella*, els posaven draps calents damunt d'aquesta.

— Per al *mal de boca* (quan els sortien les dents) els feien glopejar aigua de malves, plantatge i caps d'esbarzer.

— Per als *costipats* anava bé beure aigua d'arrels de malví, o aigua d'herba brutònica o té de roca.

— Per a les *angines* es posava directament al damunt del coll pa sucacat amb vinagre calent que s'aguantava amb un mocador; també

cendra calenta del foc amb un raig d'oli, posada entre draps i aquests es lligaven al coll; generalment aquest pegat es portava durant tota la nit.

— Els *ulls lleganyossos o costipats* es rentaven amb aigua de flor de saüc, també la flor de saüc es posava a les brases del foc i el fum que feia era el que anava bé; també anava bé rentar-los amb llet.

— Per a les *galteres*, —generalment es tenen de petit, si un noi les té de gran es pot quedar estèril—, va bé untar la cara amb sagí, amb greix de les gallines o també amb belladona.

— Per a les *inflamacions de ventre* es posava un pegat de farina de llinet al damunt del ventre, o bé un pegat d'argila; servia igualment la femta de bestiar ben calenta i la tela de be o de porc, acabats de matar.

### L'Adolescència

A partir dels 9 fins als 16 ó 17 anys es tenen malalties que també pateixen els adults, però en aquesta edat suposen una estirada.

— Les *angines*, en aquestes edats ja les trencaven. Una manera de fer-ho era, deixant el cap mort, s'anava fent bellugar el coll d'un costat cap a l'altre fins que, en sec, es girava molt fort i se sentia un crec; una altra consistia en posar unes gotes d'oli a la part de sota del braç, una mica més amunt de la munyeca (allí mentre es tenen les angines hi ha uns bonyets que s'aniran apretant amb el dit gros de la mà, tirant amunt i avall fins que desapareguin).

— Per a les *berrugues* que surten a les mans anava molt bé posar-hi el suc lletós que treuen els lletsons o els mànecs de les figues verdes quan es trenquen.

Per a treure les berrugues que surten al coll donava resultat lligar-les amb un fil de seda fins que queien. La curació de les berrugues és un fet bastant psicossomàtic.

— Per a les *llagues de la boca* s'havia de tallar qualsevol herba o planta amb punxes —per exemple un esbarzer— i deixar-la tallada; a mida que aquesta s'assecava s'anava curant el mal o les llagues.

— Per als *cops d'aire a l'orella* es feia una paperina, amb paper de diari, es posava la punta dins l'orella i s'hi calava foc; cap al final, quan ja estava quasi tota la paperina cremada, surtia la bufada d'aire.

— Per als *cops* a qualsevol part del cos es feien fregues amb aigua de farigola salada, amb aigua d'esperit i espígol, amb aigua de cop feta amb flor d'arnica i esperit, o amb aigua de cop feta de cascots d'animal i ginebrons bullits a la qual s'afegia esperit, amoníac i cànfora.

— Per curar *l'airada* —un cop d'aire que tant pot ser al coll com al costat— s'anava a veure el curandero o una persona que en sabés; es curava mitjançant una oració; primer s'agafava un plat amb aigua i un setrill amb oli d'oliva i es començava a dir l'oració: “En honra i glòria de la Santíssima Trinitat mireu si (fulano de tal) té una airada i perquè pugui ser curada, si és del de matí que li curi Sant Martí —en aquest moment és tirava una gota d'oli a l'aigua—, si és del mig dia l'humil Verge Maria —una altra gota— i si és del vespre el gloriós Sant Silvestre —una altra gota—. En honra i glòria de la Santíssima Trinitat —resarem tres parenostres i tres aves maries— perquè curi l'airada de (fulano de tal) ben aviat”. Si hi havia airada, l'oli es barrejava amb l'aigua; en cas contrari, les llunes d'oli suraven pel damunt de l'aigua.

— Pels *costipats* es bevia aigua de flors cordials, feta de diferents flors; aigua de sàlvia; sagí amb llet; o un got de llet ben calenta amb una marenga. A més, per ajudar a curar, es feien bafos d'eucaliptus, de romaní o d'espigol.

— Per a les *cremades* els trossos de patata refrescaven molt; també s'hi posava oli debatut amb aigua o el fum que fa l'oli tirat al damunt de les brases del foc.

— Per als *cucs*, aigua de donzell, té de roca, reïna en dejú i una cullerada de mel, un grapat d'alls posats a sota el coixí al anar al llit, dormir amb un collaret d'alls penjat al coll, o un paper de barba untat amb oli d'oliva i posat al anus.

Si el cuc era una solitària es recomanava menjar salat uns quants dies sense beure gens d'aigua, llavors es posava un plat ple d'aigua al davant i els malats anaven respirant a fons fins que començava a sortir la solitària per la boca; en aquest moment s'estirava amb la mà.

— Per a la *desiperla* (erisipela), mal que surt a la cara, es picava reïna de pi, llorer, fesols, i es tirava tot al damunt del foc, el fum que feia és allò que curava el mal.

— Per a les *diarrees* anava bé fer una mica de règim: menjar arròs bullit sol, carn a la brasa i pomes, també gaseosa amb polvos de bicarbonat i un raig de llimona.

— Per a les *hemorràgies*, si eren externes es taponaven amb un drap o es feia un torniquet; si eren internes es prescrivia repòs absolut al llit, sense menjar, passant a base de líquids.

— Una de les malalties més típiques d'aquesta edat era *l'espatllat*, una persona estava “espatllada” quan se sentia cansada amb poca gana, mereig, tristesa; en aquests casos s'havia de recórrer al curandero. Per curar l'espatllat s'havia de sentar el malalt en una cadira baixa;

era necessari que els peus reposessin ben plans a terra, deixant el cos relaxat sense fer cap força, també era convenient posar l'esquena dreta. Llavors s'agafaven els dos dits grossos de les mans del malalt, mentre els genolls del curander li travaven els genolls, i es feien venir envant, després es baixaven els braços avall, tot es feia de forma molt suau; es tornaven a aixecar els braços fins a l'alçada de l'espatlla i es tornaven a fer venir envant. Si els dits no eren igual de llargs volia dir que s'estava espatllat, i s'havia de repetir l'exercici tres o quatre cops fins que coincidissin. Al final es creuaven els braços pel davant fins tocar les espatlles, es feia un parell de vegades, sempre amb molta suavitat. Amb tots aquests exercicis s'aconseguia que els dos dits fossin iguals i, per tant, desapareixia l'espatllat. També es podia asseure el malalt a terra i les cames del curandero, que en aquest cas es posava al seu darrera, servien de suport a l'esquena del malalt; els braços també es feien anar pel costat i cap dalt, tant alt com es pugués, fins que els dits fossin igual de llargs.

– Per treure la *febre* s'agafava la pell de conill acabat d'espatllar i es posava damunt del ventre; en cas de tenir les *febres maltes* es feia servir punical (les seves arrels s'havien de collir abans de sortir el sol, se'n feien 9 trossos, i es deixaven al sol i serena durant 9 dies; després es feia una infusió i es bevia abans de sortir el sol).

– Per a tot tipus de *ferides* externes es recomanava rentar-les amb aigua d'herba nua o amb aigua d'espernallac.

– Els *grans* es rentaven amb aigua d'arrels de sarsa o d'espernallac i farigola. Si volien reventar-los s'havia de posar al damunt sopes amb llet i després rentar-los amb aigua d'espernallac i timó. Si era un *fluronco* s'hi posava al damunt una bleda; mentre li durava la febre la bleda es pansia i quan la febre baixava la bleda es conservava fresca.

– Pel *Mal de dits* o *Volta dits* anava bé posar-lo dins d'aigua bullent, fregar-lo amb ceba i safrà, o agafar un troç de tomaca i lligar-la al dit: l'àcid de la tomaca fa reventar la pell on hi ha la infecció.

– Pels *Mals gestos* banys d'aigua salada o banys d'aigua bollida amb espernallac i també fregues d'esperit amb lliris de Sant Antoni. Si es tractava d'una *torta de peu* es recomanava fer córrer el peu damunt la mà del morter fins que els nervis es possessin al lloc.

– Pel *Mal de queixal* glopejar aigua de farigola amb aigua oxigenada o posar-hi una desfila de sofre o una desfila d'esperit; també s'hi posava una mica de sulfat de coure per cremar-lo. Abans, els encarregats d'arrencar els queixals eren els barbers.



— Pel *Mal de ventre* era bo beure aigua bollida d'herba de marialluïsa.

— Per les *Morenes* banys d'aigua de malves o banys d'aigua de segón.

— Pels *Mussols als ulls* resultava convenient rentar-los amb camamilla i trucar a la porta del veí dient-li “aquí us el deixo”.

— Per a tota classe de *Picades* d'insectes —sobre tot quan no se sabia què havia picat— es posava fang o argila o un all xafat i ben fregat.

— Per les *Pulmonies* beure aigua bollida de flor de madre selva (es cullen quan floreixen).

— Pels *talls* rentar-los amb aigua d'espernallac i timó o posar-hi al damunt el tel que hi ha dins dels nusos de les canyes.

## Edat Adulta

En l'edat adulta moltes d'aquestes malalties esmentades també es passen però n'hi ha de típiques segons el treball que es realitza o la classe de vida que es porta.

— En cas que sortissin *clivelles als peus* per treballar descalç, s'hi tirava oli calent amb una ploma de gallina.

— Als *diabètics* se'ls feia beure aigua bollida de fulles de carxofera.

— Pel *Dolor* hi havia diferents remeis, des d'una castanya borda al damunt de la tauleta de nit; beure un gotet de bicarbonat en dejú cada dia, fins a refregar-se el lloc on feia mal amb ortiganya; també anava bé l'escalfor i les fregues amb esperit canforat (cànfora ben picada).

— Pel *Mal d'estómac* es bevia camamilla o es menjaven sopes bullides de tumfo i ceba.

— Per les *Inflamacions del fetge* era bo beure aigua bollida d'herba fetgera, de buldó o d'herba nua.

— Per les *Indisposicions* la gent acostumava a beure un licor fet a casa anomenat ratassia, a base d'herbes i esperit (2).

— Pel *Mal de cap* es feien xops d'aigua amb vinagre o s'hi lligava un drap xopat d'esperit.

— Pel *Mal de gola* (faringitis) es recomanava menjar fruita beneï-

(2) Una recepta de ratassia és: Agafar 9 classes d'herbes: marialluïsa, donzella, pipermint, té de roca, menta, nepta, tarongina, santamaria, 9 grans de café, 1 nou moscada, 9 nous verdes, sucre, esperit i aigua. Es fa bullir tot i es deixa uns 40 dies a la serena. Després ja es pot beure.

Una altra fórmula és agafar un capoll de magnòlia, 3/4 de litre de vi d'uns 100, 1/4 de litre d'esperit, 1 nou verda i una fulla de llorer; es deixa fer d'un any per l'altre.

da, sobretot pomes. Per Sant Blai (3 de febrer) s'anava a beneir els fruits i per la Mare de Déu de Març (el dia 25) es menjaven; es resava un parenostre abans de menjar-los i les peles s'havien de cremar.

També era recomanable posar-se damunt del coll un pegat de farina de llinet i mostassa.

— Pel *Mal de ronyons* beure aigua bollida de cabellera de moresc, és molt diurètica.

— Com a *Laxants* tenien la llavor de llinet en infusió: es deixava reposar tota la nit i es bevia l'endemà; també el gitam, només una miqueta, perquè com és molt avortiu no se'n podia abusar; un altre remei era la sal de Madrid, o una cullerada d'oli d'oliva o de recí en dijú; també una ajuda (lavativa) de llinet bollit amb un raig d'oli o d'aigua de farigola.

— Per les *Llagues a les cames* era bo rentar-les amb aigua d'espernallac.

— Per *Purificar la sang* beure aigua bollida de garrigó, d'herba daurada, d'arrels de sarsa, de gitam o d'escorcillada.

— Per les *Sangs altes* la solució era treure una mica de sang; els encarregats de fer-ho també eren els barbers: un mètode era fer un tallet darrera les orelles i posar-hi sangonelles i una altra forma era fer sagnar una mica la vena.

— Com a *Sedants* aigua bollida de til·la o de marialluïsa.

— I finalment, quan una persona *es trencava*, es a dir s'herniava, el millor era fer-se un braguer, que apretés l'hèrnia.

Aquest és el resum dels remeis coneguts per la majoria de la gent i fins fa poc emprats. Alguns tenen una relació directa mal/remei com són les herbes, fregues, mentre que d'altres són de tipus més arbitrari (oracions, promeses) encara que de vegades el límit entre uns i altres no és gens clar.

Actualment encara es fan servir molts d'aquests remeis doncs la gent prefereix prendre unes herbes que sap que no li fan cap mal a prendre grans quantitats de fàrmacs que poden tenir efectes secundaris.

## MALALTIES I DEVOCIÓ RELIGIOSA

Des de sempre hi ha hagut un lligam molt gros entre les malalties i la devoció. Quan la gent es troba malament comença a fer promences i a resar; quan es troba bé, molts cops, ni es recorda que existeixen els Sants.

Antigament, al no tenir tants coneixements de les malalties, les persones eren més temeroses i, per tant, més devotes. La gent, quan tenia una malaltia, es dirigia al sant que havia patit el mateix mal i esperava d'ell que el curés o al menys li donés paciència i conformitat, les oracions no cauen mai en terra.

Les diferents advocacions eren:

Santa Apolònia pel mal de queixal.

Sant Bernat per les verrugues.

Sant Joan pel mal de cap.

Santa Llúcia per la vista.

Sant Marçal per la sordera.

Santa Quitèria per la ràbia.

Sant Valero pel dolor.

Els montblanquins tenen una especial devoció pels patrons de la vila: la Mare de Déu de la Serra i Sant Macià o Maties. En cas d'una necessitat o d'una epidèmia s'anava a pregar primer a Sant Maties, es feien novenes; si no hi havia millores s'anava a la Mare de Déu de la Serra. En casos extrems com l'any del grip (1918) quan va haver-hi una epidèmia molt forta, es va baixar la Mare de Déu petita, —que és una reproducció en petit de la Mare de Déu de la Serra— perquè tot-hom pogués anar a venerar-la. A més d'aquestes pregàries col·lectives hi havia el costum de fer prometes a la Mare de Déu, anar a Missa durant un temps a la Serra, fer caritats, anar a la processó de Setmana Santa (descalces o no), portar ciris, exvots (freqüentment de cera).

## RELACIÓ DELS NOMS POPULARS DE LES PLANTES I ELS CORRESPONENTS NOMS CIENTÍFICS

Àrnica	— Arnica Montana.
Boldó	— Peumus boldus.
Camamilla	— Matricaria chamomilla.
Donzell/a	— Vinca difformis.
Esbarzer	— Rubus ulmifolius.
Escorcillada	— Globularia alypum.
Espernallac	— Santolina chamaecyparissus.
Espígol	— Lavandura latifolia.
Garrigó	— Rhamnus alaternus.
Ginebrons	— Juniperus Communis.
Gitam	— Dictamnus hispanicus.

Herba brutònica	– Tencrium chamaedrys.
Herba daurada	– Ceterach Officinarum.
Herba fetgera	– Hepatica nobilis.
Hisop	– Hyssopus officinalis.
Llinet (lli)	– Linum usitatissimum.
Llorer	– Laurus nobilis.
Malva	– Malva sylvestris.
Malví	– Althaea officinalis.
Marialluïsa	– Lippia citriodora.
Moresc	– Zea mays.
Nepta	– Nepeta cataria.
Pipermint (Menta pebrera)	– Menta piperita.
Punical	– Eryngium campestre.
Romanill	– Rosmarinus officinalis.
Sal de Madrid	– Sulfat magnèsic.
Sàlvia	– Salvia officinalis.
Sarsa	– Smilax.
Saüc	– Sambucus nigra.
Tarongina	– Melissa officinalis.
Te de roca	– Jasonia glutinosa.
Timó o farigola	– Thymus vulgaris.