

# Un paseo entre las plantas asturianas de siempre

Etnobotánica asturiana:  
aquellos usos en los pueblos lenenses

Revista VINDONNUS:

<https://www.xuliocs.com>

# Publicaciones de Vindonnus

Extracto del artículo expuesto en la conferencia del RIDEA, y publicado en la Revista *VINDONNUS*, *Revista del Patrimonio Cultural de Lena*, Nº 3 (2019), pp. 96-112, por Xulio Concepción Suárez

# Un paisaje verbal, a la vista, al tacto, al aroma..., de una andadura cualquiera

árboles, flores en su época,  
aromas, sabores, sensaciones al tacto,  
sonidos de hojarasca en el robledal,  
suaves crujidos entre las hojas del hayedo:  
muchas páginas vegetales abiertas detrás,  
con las que vamos leyendo el suelo,  
y, a veces, el cielo de paso...

## fayas, jayas

**fag-o- / -a** indoeur. \**bhag-* ‘comer’; \**bhagós*: ‘haya, árbol de fruto comestible’; todas las especies que daban bayas comestibles: las *castañas* son *fagáceas* (no \**castañáceas*).

Del gr. *phágō*: ‘comer’; Del lat. *fagus*: ‘haya’

Lenguas: gall., port., *faia*; fra., *hêtre*; cat., *faig*; it., *faggio*...

Todo un lenguaje habitado desde muchos milenios atrás

1. aerofagia	1. ‘que traga aire’
2. antropófago	2. ‘que come carne humana’
3. citófago	3. ‘que come células’
4. disfagia	4. ‘mala forma de tragar’
5. esófago	5. ‘que lleva la comida’
6. Faedo	6. ‘bosque de hayas’
7. fagáceas	7. ‘árboles y arbustos de fruto comestible’
8. fagocito	8. ‘célula que come’
9. Faidiello	9. ‘suelo propicio a las hayas’
10. faya, haya	10. ‘árbol de fruta comestible’

**mielga**, semejante a la *alfalfa* (*Medicago sativa*).

**med-ic-, med-id-** Indoeur. \**med-*: ‘medir, tomar medidas apropiadas’.  
Gr. *médo*: ‘yo pienso’; gr. *mediké* (alfalfa, planta curativa de la región de *Media*, en Persia);

Del lat. *mēdica*: ‘alfalfa’; *mēdīcor*, *mēdīcum*: ‘curar, cuidar, curativo’;  
*herba medica* (yerba medicinal)

1. automedicarse	1. ‘medicarse a uno mismo, tomar sin receta’
2. Fuentemelga	2. ‘tal vez, por la calidad de sus aguas’
3. medical	3. ‘relativo a la curación por las plantas’
4. medicar	4. ‘proporcionar medicamentos’
5. Medicina	5. ‘ciencia de la curación, de la planta medical’
6. médico, -a	6. ‘persona que cura’
7. medida	7. ‘cálculo, grado, reflexión’
8. meditar	8. ‘pensar, reflexionar’
9. mielga	9. ‘planta curativa, semejante a la alfalfa’
10. remedio	10. ‘recurso, resolución acordada’

# las fueyas que giran al sol: la mostayal *Sorbus aria L*

- ❖ las hojas "girasol" de la montaña: a medida que el sol va hacia el oeste, el envés de las hojas va girando también
- ❖ las mostayas se comían por el otoño arriba
- ❖ Y hasta se regalaba un ramu a la moza que se casaba en Peñerudes (bajo El Picu La Mostayal);
- ❖ muchos topónimos: El Picu la Mostayal, Mostacheo...



24/06/2019

6

las mostayas:  
la mostayal, l'almorzal  
*Sorbus aria* L.

- ❖ que va girando las hojas (el envés) con el giro del sol todo el día
- ❖ las almuerzas de los pastores, porque -dicen- había que almorzarlas tantas veces;
- ❖ topónimos: El Picu la Mostayal, Mostacheo...



las mostayas del puertu  
Carombu

“Si no fuera por las mostayas  
de la Canal de la Vieya,  
se morirían de hambre  
los pastorinos de Amieva”

(dicen los pastores de Ponga...

# El sabor del paisaje:

las flores de la mantega en primavera,  
los biruéganos del estío,  
las moras, las mostayas,  
los bruseles de las brañas...,  
los aperitivos de las cabañas

paniquesu, panimantega, flor de la mantega:  
*Primula vulgaris* L

- ❖ la primavera, la flor de primavera: las primeras flores que salen por marzo arriba;
- ❖ muy selectivas: siempre orientadas al saliente, o al sur; muy retiradas del viento norte y las xelás; todas abiertas en la misma dirección...
- ❖ se comían a falta de otro aperitivo: ligeramente dulces, refrescantes...



# la salguera: el acetilsalicílico a la puerta casa *Salix caprea* L

- ❖ el género dimensional asturiano: el árbol que da frutos, flores, en femenino, casi siempre;
- ❖ las flores, algunas hojas, las siguen usando como infusión en los pueblos
- ❖ el origen de la aspirina, la BAYER...
- ❖ La Salguerosa, Salgaréu, Salgueiras...



## salgueru, salguera

sal-i-c, sal-g-

Del lat. *sālīcem*: 'sauce'

Siempre con esa distinción genérica dimensional, machu/ fema: se aprovechan más las *salgueras* que los *salgueros*

1. acetilsalicílico	1. 'ácido del sauce'
2. salicáceo, -a	2. 'género botánico del sauce'
3. salicaria	3. 'yerba con flor azulada (Lythrum salicaria)'
4. salicílico	4. 'ácido extraído de la corteza del sauce'
5. Salguerosa, La	5. 'tierra abundante en salgueros y salgueras'
6. salgueru, -a	6. 'sauce (Salix caprea)'

los biruéganos, miruéndanos,  
morándanos...  
*Fragaria vesca* L.

- ❖ las fresas silvestres, sin ir más lejos
- ❖ tantas veces disimuladas al lado del camino, al borde de los hayedos, en lugares solejeros...
- ❖ muy rebuscados antes, camín del monte;
- ❖ topónimos como El Morandanal, El Merandanal...



## fayucu, fabucu, faúcu: el fruto serondo de las fayas

- ❖ se comía a modo de castañas peladas, aunque había que compartirlo con los animales del monte y los gochos de las brañas, las caserías altas...
- ❖ se tostaba al fuego, para que resultara más sabroso;
- ❖ topónimos como El Faucáu, La Faucosa...



## los carápanos: *Mespilus germanica* L

- ❖ el peral silvestre, insertáu en la espinera
- ❖ tal vez el níspero (*Mespilus germanica*): se plantaba delante de las caserías para el invierno
- ❖ resiste las nieves en el árbol, hasta enero y febrero arriba
- ❖ se comen cuando están chandios: muy blandos, casi como mermelada sin más
- ❖ topónimos: Los Carapanales, barrio en Caravia



**mayunques:  
las bayas rojas de las  
espineras en el invierno**

- ❖ otro árbol sagrado, porque aseguraba alimento en el invierno: las bayas rojas se comían por poca carne que tuvieran;
- ❖ aseguran caza: los animales val a las bayas y a las ramas, incluso bajo la nieve; los nativos tenían carne asegurada...
- ❖ y las flores de primavera eran los comprimidos calmantes a falta de farmacia: ansiedad, estómago, insomnio...



la espinera  
*Crataegus monogyna* Jacq.  
tan esperada, como dice la copla:

"De Campomanes pabaxu,  
ya floreció la espinera;  
de Campomanes parriba,  
que florezca cuando quiera"

las gabuxas:  
*Arctostaphylos uva-ursi* L.  
las bayas que se ocultan en el invierno

- ❖ la trampa mortal de muchos animales y aves del monte
- ❖ cuando la nieve cubre otros frutales, o quema los frutos con el hielo y el frío, algunos animales (rebecos, urogallos, corzos...) acuden a estos frutos rojos sanos y salvos escondidos bajo las ramas , disimulados bajo las hojas...
- ❖ pero allí acuden también, al mismo tiempo, los furtivos, claro...;
- ❖ topónimo: Los Gabuxeos



berros, berrios:  
*Rorippa nasturtium aquaticum* L

- ❖ en torno a los manantiales, fuentes frescas, regueros limpios...; son exigentes;
- ❖ eran las lechugas de las cabanas y las mesas en los pueblos de montaña;
- ❖ también señalan lugares de agua: debajo siempre hay algún tipo de humedad permanente;
- ❖ topónimos como La Fonte los Berrios, El Berriu...



grietas, agretas:  
*Rumex acetosa* L

- ❖ l'acedera: por su sabor ácido, refrescante;
- ❖ se usaba como ensalada en el monte, a falta de lechuga o berros;
- ❖ se pelaban de paso por los caminos al monte o a los praos



artos gabilanceros, garbanzos:  
*Rosa mosqueta* L.

- ❖ se comían por las zarzas ;
- ❖ el picaculos: se dice que pican si se comen las bayas interiores;
- ❖ se hacían mermeladas;
- ❖ bueno para la piel, limpieza de la sangre...



rúa, ruda:  
*Ruta chalepensis* L.

❖ la planta de las purgaciones de todo tipo en personas y animales, variando sólo ls dosis y la frecuencia:

❖ afrodisíaca, abortiva, como dice la copla:

"Si la casada supiera  
para qué sirve la ruda,  
trasnochara y madrugara  
pa coyela con la lluna"



24/06/2019

22

## cebollas de los xabalinos:

- ❖ pequeñas cebollas del tamaño de ablanas, que abren muy bien al medio (casi dicotelidoneas);
- ❖ bastante dulces, algo parecidas a las castañas muy maduras;
- ❖ dicen los ganaderos que las rebuscan los xabalinos con ansiedad por la noche, a modo de droga: destrozan una campera en pocos minutos;



# Tras el aroma de las palabras:

la humedad boscosa del hayedo,  
la fragancia de las espineras en primavera,  
el olorín de la miel y la melisa en el verano

la xistra:  
(*Meum athamanticum*)  
los anisinos de los altos

- ❖ el digestivo de las cabañas y las casas: calmante, digestivo, aromático, carminativo...; muy rebuscado en los puertos de verano;
- ❖ en los pueblos y las brañas refrescaban los dientes, la boca..., mascando graninos de la xistra después de las comidas...
- ❖ tampoco habría muchos cepillinos ni profidén o parodontax..., en la estantería...
- ❖ topónimos como Les Conxistres, Xistreo...



“«Los mejores puertos son  
los que tienen xistra,  
carralina y pimpinela»

(dicen los alleranos...)

## la oreganina: el perfume de las mayadas

- ❖ muy frecuente a la orilla de los senderos por las brañas, las camperas altas...
- ❖ se frotaba el cuerpo en los días de las brañas, para darle frescura aroma, bienestar en el verano;
- ❖ no estaban cerca Paco Rabanne, Christain Dior..., y compañía...



**nielda:**  
*Calamintha sylvatica* Bromf.

❖ aromática suave, refrescante, azulada, muy apreciada como calmante, estomacal...

❖ las muyeres la usaban para todo tipo de trastornos femeninos, depurativos..., como dice la copla:

"Si las muyeres supieran lo buena que ye la nielda, paceríanla nel campu como las vacas la yerba"

❖ topónimos como Naldietsos...



el brúncanu:  
*Ligusticum lucidum*, Miller

- ❖ aromática, al machacar los granos
- ❖ la planta de los vaqueros, al xubir pa la braña: se deseaba buen verano al ganado; se les daba con sal en alguna enfermedad;
- ❖ se hacía unguento para la ubre de las vacas, mezclada con sal, grano y cascarilla de la escanda
- ❖ se cocía para el catarro de personas y animales



el brúncanu:  
*Ligusticum lucidum*, Miller

- ❖ aromática, al machacar los granos
- ❖ la planta de los vaqueros, al xubir pa la braña: se deseaba buen verano al ganado; se les daba con sal en alguna enfermedad;



el blime, el belime:  
la jartura les vaques  
*Scilla liliohyacinthus* L.

- ❖ O la *bulimia*: mismo origen...  
(lo que son las paradojas)
- ❖ griego, *boûs limós*: hambre de buey
- ❖ topónimos como El Monte'l Blime; otros como Blimea, son más dudosos (tal vez, de las blimas, varas para los cestos).



# La piel del paisaje:

las cañas del árbol,  
siempre buscando la salida del sol,  
el tacto agudo de los acebos,  
el amarillo intenso de las espinela,  
el musgo intenso que nos indica  
la dirección el norte  
en la más ciega nublina

espinela:  
*Berberis vulgaris* L.

- ❖ el agracejo, el arbusto espinoso de bayas rojas alargadas;
- ❖ de zonas altas, entre las peñas
- ❖ cerezuelas, llaman algunos
- ❖ se comían las bayas;



## la piel de la espinela: el fijador de los colores y los tejidos *Berberis vulgaris* L.

- ❖ hasta la piel más disimulada (la segunda piel) se rebuscaba bajo la corteza de un arbusto, hoy olvidado entre calizas y breñas
- ❖ la savia amarillenta del agracejo (*Berberis vulgaris*) para los tejidos caseros
- ❖ la segunda capa interior de las cañas;
- ❖ se cocía en agua abundante, y se metía la ropa a fijar el color: de lana, de lino...; ya no desteñía.



la tirigaña, tiraña, l'atrapamoscas:  
*Pinguicula grandiflora* Lam.).  
la planta carnívora

- ❖ atrae las moscas y mosquitos que van a quedar pegados a las hojas muy viscosas; poco a poco, se van diluyendo hasta quedar sólo las alas, las antenas...
- ❖ muy abundante en zonas húmedas, riberas de los regueros...
- ❖ muy laxante, usada en dosis calculadas.



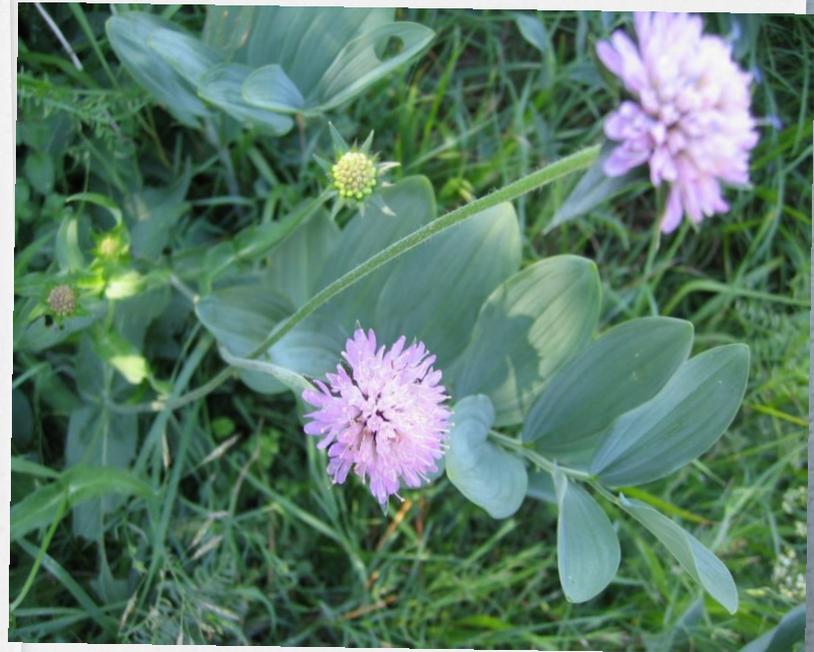
## la suelda, consuelda, la consolda: *Polygonatum odoratum* Miller

❖ la planta de las soldaduras:  
huesos con fracturas, quebraduras,  
torceduras, astillados, machacones...

❖ se cuecen las ramas y se lava la  
zona con frecuencia;

❖ la recuerda la copla:

"Pastor que vas por La Viga'l Carru,  
si quies que te cure la pierna,  
pon suelda y quita suelda"  
(Pastores de Amieva).

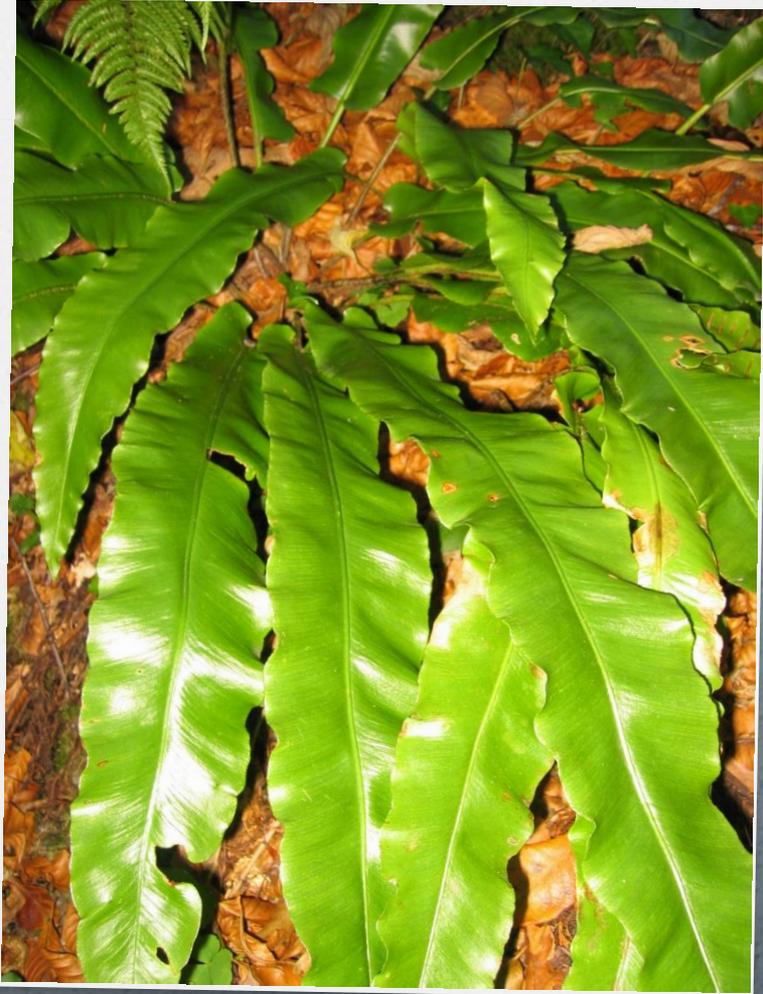


«Pastor que vas  
por La Viga'l Carru,  
si quies que te cure la pierna,  
pon suelda y quita suelda»

(dicen los pastores de Amieva...

## lengua de ciervo, la lengua cervical: *Phyllitis scolopendrium* L

- ❖ la planta de las quemaúras: se ponía sobre la piel para calmar el calor: produce un sensación de frío muy calmante;
- ❖ se da en los hayedos, sobre pendientes muy sombrías, en las grietas de murias, pareones, buscando la humedad entre las piedras.



caquexa, caqueixa:  
*Chamaespartium tridentatum* L

- ❖ la planta del reuma: se tomaban infusiones de las flores y las hojas; o se daban resfriegas para los riñones;
- ❖ los pastores la usaba en las camas de las a modo de colchón, pues relajaba mucho la espalda;
- ❖ la pela el ganado en verde; muy usada para la lumbre, pues arde muy bien;
- ❖ topónimos: El Fitu la Carquexa, Carqueixedo...



**carquexa** (*Chamaespartium tridentatum*)

**car-, cer-, COR-, cur-, quir-**

Preind. \*kar: 'roca'; luego, 'planta dura'

1. carba	1. 'monte pedregoso con matorral'
2. Cares	2. 'lugar de agua entre rocas'
3. Cars	3. 'región francesa'
4. Cerébanes	4. 'río entre rocas'
5. Karst	5. 'región eslovena de Kars'
6. cárstico	6. 'suelo calizo'
7. carquexa	7. 'planta dura, de suelos rocosos'
8. carrascu, carrasca	8. 'planta con púas, de suelo rocoso'
9. corolla	9. 'cantizal más alomado que el curullo'
10. curullu, curutsu	10. 'cantizal de piedra en pequeño alto'
11. Quirós	11. 'conceyu de abundantes montañas calizas'

## vegambre: *Veratrum album* L

- ❖ parecida a la xanzaina (genciana), pero de hoja más ancha, con las nervaciones muy marcadas; la raíz más delgada;
- ❖ muy venenosa: las raíces cocidas se usaban como veneno para los ratones;
- ❖ pero muy eficaz para las heridas más rebeldes: mordeduras de los lobos; heridas infectadas...
- ❖ "Ye más malu que la vegambre"
- ❖ " Si comiera vegambre..." (maldición)



# El sonido del hayedo

ruidos, chasquidos,  
el murmullo del viento  
en la hojarasca,  
la brisa del ramaje en el otoño

## el murmullo del quexigu, el quejigo, roble pequeño: *Quercus faginea* L

❖ ¿por qué no se caen las hojas del arbusto en todo el invierno?

❖ Escuchamos las palabras de Tomás: el arbusto, de clima mediterráneo, necesita proteger la humedad necesaria hasta que brote la nueva hoja en primavera; sólo entonces, se deja caer la seca;

❖ las hojas son marcescentes: marchitas, pero que se conservan al mismo tiempo; producen un suave murmullo con los vientos invernales;

❖ suponían el alimento del ganado muchos meses al año;

❖ topónimos como El Caxigal, La Caxiga...



“Pienso con los ojos y con los oídos  
y con las manos y los pies  
y con la nariz y la boca.  
Pensar una flor es verla y olerla  
y comerse una fruta es conocer su sentido”

(Fernando Pessoa)

# Muchas gracias

... y a seguir leyendo,  
descubriendo plantas  
por las sendas de las palabras:  
según la estación del año

Más información:

web: [www.xuliocs.com](http://www.xuliocs.com)  
[xuliocs@gmail.com](mailto:xuliocs@gmail.com)