Las plantas y sus efectos curativos La florista……

2- El *llantén menor (***Plantago lanceolata**): continuando nuestro paseo en las zonas urbanas, en las praderas de los parques y orillas de los caminos es muy frecuente esta planta que goza desde antiguo de gran fama; el término **Plantago**  es por el parecido de sus hojas a la huella de una pisada (*llantén* *mayor)* y el término *lanceolata* es porque sus hojas son lanceoladas o lineales y gradualmente se estrechan hacia el peciolo o rabillo, mientras que el *llantén común* o el *mayor* las presentan más ovaladas y anchas.

También recibe los nombres *lengua de oveja*, *zaragatona*, su nombre etimológico en alemán es “rey de los caminos”. Las hojas de esta planta crecen todas hasta el mismo nivel y forman una roseta levantada y de ella surgen largos pedúnculos de flores de 5-7 cm de altura que sobresalen por encima de las hojas y florece desde finales de la primavera hasta finales del verano ( Ver foto ) y aparece en casi todas las partes del mundo.



Usos: esta planta tiene muchas aplicaciones medicinales; en primer lugar se utiliza contra todas las **afecciones de las vías respiratorias**, tanto en catarros, tos, tos ferina, asma pulmonar e incluso tuberculosis pulmonar. Suele emplearse todas las partes de la planta y es también un remedio **vulnerario** desde antiguo(empleada en la desinfección y cicatrización de heridas): las hojas bien lavadas, recién cocidas y machacadas aplicadas en cataplasma ayudan a curar grietas, cortaduras, picaduras de avispa e incluso mordeduras de perro y picaduras de serpientes. Para **curar ampollas** que se produce si se camina mucho se suelen meter unas hojas dentro del zapato. Los **tumores** (de piel) por malignos que sean desaparecen si se tratan con hojas de llantén machacadas. Es también **depurativa y antibacteriana**. El jugo extraído de la planta se introduce en la nariz para cortar las **hemorragias nasales** . Para emplear su jugo fresco ha de tomarse espaciado , 2 a 5 cucharadas cada hora.

(Quién los desee puede buscar en la red un vídeo de “propiedades del llantén en imágenes”, con las arriba citadas).

Su recolección y conservación requiere cortar las hojas en primavera o verano, dejar secar en un lugar sombrío y guardarse en recipientes limpios y herméticos.