**Té de roca (***Jasonia glutinosa****)*** también conocido como **té de Aragón**, **té de peña**, **té de monte** o, simplemente, **té** forma una robusta cepa leñosa que se va desarrollando de año en año sin estirarse; al llegar la primavera de la cepa se forman los renuevos. Los tallos rojizos están cubiertos de tres clases de vello de diferente longitud que se distinguen sólo con una buena lente; las hojas son lanceoladas y sin rabillo y están cubiertas de pelitos parecidos a los del tallo.

En el extremo de los vástagos nacen una o más cabezuelas rodeadas de hojuelas glandulosas con florecitas amarillas muy pequeñas. Las hojas de la planta son muy aromáticas y de sabor un poco amargo.

A pesar de llamarse “té” no tiene ninguna relación con esa planta, ni botánicamente ni en sus propiedades



|  |
| --- |
|  |

**Florece** desde junio hasta agosto, según la altura a la que se halla y se recolectan sólo las flores cuando aun no están muy abiertas.

**Se cría** en las grietas de las peñas calcáreas a lo largo del Pirineo hasta el valle del Roncal, en las montañas de la mayor parte de Cataluña, Aragón, Navarra y Castilla la Vieja y por Valencia y Castilla la Nueva hasta las sierras de Andalucía.

**Virtudes:**

* Es un tónico amargo que facilita las digestiones, colaborando con la función hepática y estimulando las secreciones digestivas.
* Aperitivo (abre el apetito).
* Carminativo (reduce los gases intestinales).
* Anti-espasmódico, ayuda a disminuir y controlar los espasmos abdominales, ya sean intestinales o cólicos menstruales.

Si lo utilizamos en fresco sus aceites esenciales están más activos y puede ser un buenos anticatarral y antiséptico, ya sea de vías respiratorias o localmente en la piel, heridas o infecciones fúngicas leves.

**Uso externo**

* Para limpiar heridas.
* Lavados Vaginales
* Gárgaras en caso de faringitis o amigdalitis.

**Uso interno del Té de Roca**

* Digestiones pesadas.
* Flatulencia.
* Dolor abdominal con causa digestiva.
* Dolor de cabeza con espasmos y con causa digestiva.
* Cólicos menstruales.

Se ha usado popularmente como un sedante ligero y para ayudar a bajar la tensión

**Recolección**: es mejor cortarla antes de que se abran las flores y esto varía según la localidad en que se cría y conviene cortar solo las flores y no cortar el resto de la planta.

Para preparar una **infusión** a base de **té de roca** hay que utilizar 20 gr. de esta planta por cada taza de agua. Se lleva la mezcla a hervor y se deja reposar por unos 15 minutos. Esta **infusión** tiene efecto anti-diarreico, **anti-inflamatorio** e hipotensor. El **té de roca** también tiene usos externos. Se utiliza para lavar heridas, detener hemorragias y disminuir la inflamación en golpes. Hay que combinar **té de roca**, con tomillo, rabo de gato y caléndula. Mezclar una cucharada de esta preparación por cada taza de agua. Hervir cinco minutos, colar y aplicar sobre la zona afectada tres veces al día.

**Historia:** esta planta no aparece en los tratados de Farmacología antiguos por estar su territorio limitado a los países occidentales del Mediterráneo, hasta la Provenza, como límite oriental, parece que no llegaron a conocerla