



Artemisia absinthium L.

Familia: Compositae (Asteraceae)

ajenjo,
absenta, asensio, asento

USOS PRINCIPALES



GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

Lista Roja: -
RD 139/2011: -
Catálogos autonómicos: MC
Directiva Hábitats: -

Javier Tardío

NOMBRES VULGARES

Castellano: ajenjo (AN, AR, CB, CL, CM, VC), asensio (AN, AR, CM), asenjo (AR, CL), ajenzo, jenzo, jento (AR), asensi, senso, sensio (VC); absenta (VC), ausenta (MC); artemisa (AR, GA); doncel [1-17].

Catalán: absenta (CT, IB, VC); donzell (CT, VC); aixenc; encens; herba cuquera (CT); fonoll; juliveri bord (VC) [12-14, 18-24, 26-27].

Euskera: asensio, azantzko, azonzonbelar (PV) [5, 28, 29].

Gallego: asento, absintio, axenxo; herba lombrigueira; herba de Nosa Señora (GA) [15, 16, 30].

DESCRIPCIÓN

Planta herbácea vivaz, algo lignificada en la base; de olor característico y color blanquecino por la densa pilosidad que cubre sus tallos y hojas. Hojas alternas, las de la base más grandes, pecioladas y divididas hasta tres veces; las caulinares sésiles, 1-2 veces divididas en segmentos linear-lanceolados, de 5-20 x 1-5 mm, las de más arriba enteras. Inflorescencias en capítulos pequeños, discoideos, de 3-5 mm de diámetro, péndulos, agrupados en panículas terminales y laterales. Flores solamente tubulosas o flósculos, amarillas, con varias filas de brácteas tomentosas que acaban casi al mismo nivel. Fruto en aquenio liso, de pequeño tamaño, sin vilano.

HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Crece en suelos secos, nitrogenados, removidos y en baldíos y cunetas, en herbazales nitrófilos vivaces de origen antrópico, sobre todo en zonas de montaña; cultivada a menudo en huertas. 800-2500 m.

Florece de julio a septiembre.

Se distribuye por Europa, W de Asia y en ciertos lugares del N de África. En España en la mitad septentrional y oriental.

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

ALIMENTACIÓN HUMANA

Bebidas alcohólicas

Frecuentemente empleada en la elaboración de licores [12, 13, 15, 17, 19, 20, 24, 31]. Macerando las flores en aguardiente se elabora la absenta o licor de absenta, de color verde y sabor fuerte, extremadamente amargo, que en muchos casos llega a superar los 75°. Las hojas e inflorescencias se usan igualmente en la elaboración de ratañas en Cataluña [19, 20] y en la sierra de Mariola (Comunidad Valenciana) es usada en los herberos o *herberets* en cantidades muy pequeñas, a modo de afinar el buqué final de este tipo de macerados de hierbas [12, 13, 24, 31].

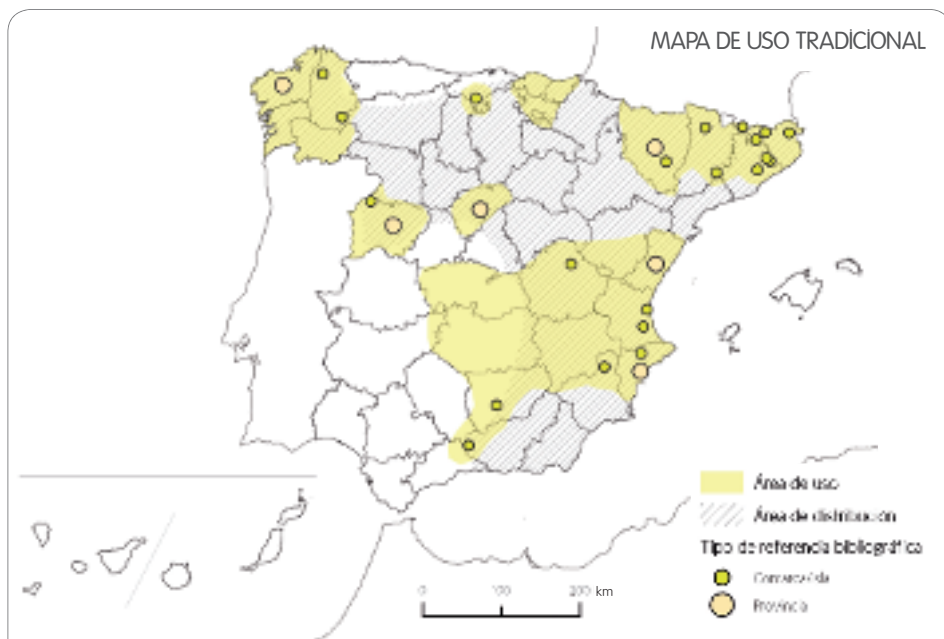
En La Coruña, aunque el licor de absenta está prohibido, hay gente que lo hace casero y se conoce como "licor de asentes" [15]. También en Valencia estuvo prohibido en el pasado, aunque no en la actualidad, ya que se ve en algún que otro comercio y grandes almacenes, aunque ahora ya no se hace casi en ningún sitio. En Valencia es muy tradicional su consumo por labradores, obreros u otra gente que realiza trabajos duros, como primera bebida alcohólica del día (la primera hora de la mañana), normalmente mezclada con otras bebidas (que de paso rebajan el contenido alcohólico de la mezcla), como anís o coñac. Estas mezclas de bebidas de alto contenido alcohólico presentan una graduación de entre 70-80° y se denominan *barrejat*, pero no hay una norma en su composición, y algunas no llevan absenta.

MEDICINA

Sistema circulatorio

El decocto al 2% de la parte aérea se usa como hipotensor en Els Ports, tomándose 150 ml una vez al día en ayunas [14]. También se usa como antihemorroidal en Terra Chá, Lugo; se hacen baños de asiento con la decocción obtenida con las hojas [16]. Para la anemia, en el País Vasco se introducía un poco de ajenjo en un vaso de vino y se tomaba a la mañana siguiente [29].

Autores: Concepción Obón, Vanessa Martínez Francés, Emilio Laguna Lumbreras, Diego Rivera, Segundo Ríos Ruiz, Arturo Valdés, Alonso Verde, José Fajardo, Estela Barroso, Luis San Joaquín y Rodrigo Roldán



En Berdún (Huesca) preparan paños húmedos con el cocimiento de la raíz y los aplican "para la sangre recogida" (hemorragias subcutáneas) [4].

Sistema digestivo

Utilizada para tratar **ardor de estómago**, **dolor de estómago** o de barriga [16], en casos de **digestiones pesadas** y **pesadez de estómago** [7,8], **indigestiones** [14] y **desarreglos intestinales** (dispepsia) [2], así como **inflamaciones** e **infecciones** intestinales. Generalmente se emplea la infusión de hojas o de estas con flores como digestiva o estomacal, "para confortar el estómago" o "limpiar el estómago", indicando en algunos casos que debe tomarse en pequeñas dosis [2,4,7,8,16,17,20,21,24]. En otros casos se aplica externamente. En Benassal, Castellón, para indigestiones, inflamaciones e infecciones intestinales acompañadas de fiebre, utilizan la parte aérea en emplastos junto con melocotón, paretaria (*Parietaria judaica* L.) y verbena (*Verbena officinalis* L.) y en Sucàina, Castellón, colocan la parte aérea sobre el estómago para indigestiones provocadas por comidas copiosas, dejándola actuar durante 15 min. [14]. En Terra Chá, Lugo, se frota la barriga con la planta o el preparado obtenido con ella cuando hay dolor.

También se ha citado su empleo para estimular el **apetito** en Linares (Jaén) [2], Garcibuey (Salamanca) [11], el Alt Maestrat (Castellón) [14] y Javierregay (Huesca) [4]. Para ello se toma en infusión o macerada en vino tanto las cabezuelas como las hojas y tallos.

En Cataluña, en el Alt Empordà, la inflorescencia se usa en infusión como **emélica** (para provocar el vómito) a altas dosis [19]. En Pallars se aplica en forma de enema como laxante [18], mientras que en Tejadillos (Serranía de Cuenca) se recolecta la planta entera y se toma su infusión para cortar las **diarreas** y **cólicos** [7,8].

En el Campo de Almansa-Higueruela y Caudete (Albacete) las partes aéreas floridas se emplean en infusión para el **hígado** y la **vesícula biliar** [17] y en el Pirineo Aragonés para tonificar el estómago y limpiar o descongestionar el hígado [4]. En Terra Chá se bebe la infusión obtenida con la hoja para favorecer el funcionamiento de la vesícula [16]. Igualmente se considera **colagogo** y **colerético** en el Alt Maestrat [14] y en La Cerdanya (Cataluña) se emplea el decocto de las inflorescencias "para la hiel" [22].

En la Plana Alta (Castellón) utilizan el decocto de la parte aérea al 2% en las **apendicitis crónicas**, tomándose 250 ml una vez al día en ayunas. Se efectúan tres novenas (27 días). Afirman que este remedio es efectivo en dolores fuertes de apéndice, pero no cuando esta se perfora (apendicitis aguda) [14].

Sistema genito-urinario

La infusión de las hojas y flores en algunos casos se toma, si es suave, para favorecer la **menstruación** (emenagogo) [4,21].

Concepción, embarazo, parto y puerperio

La infusión fuerte de hojas y flores se considera **abortiva** [4]. En Les Guilleries toman la infusión de la hoja para tal fin [21], al igual que en el Alt Maestrat, donde emplean un infuso al 2-3% de la parte aérea, tomándose 120-250 ml dos veces al día [14].

En Terra Chá indican que "para una mujer cuando estaba mala de matriz" es bueno hacer baños de asiento con la decocción de la hoja. En esta misma comarca, para el momento del **parto**, al dar a luz, se hacen baños de asiento (anal y vaginal) con la decocción de hoja recién recolectada [16].

En La Ribagorza y otras zonas de Huesca, para **destetar** al niño, las madres untan el pezón con la pasta resultante de mezclar hojas frescas con miel, a pesar de lo cual no pierden su fuerte sabor amargo [4]. En la comarca de Monzón (Huesca) y en La Cerdanya se untaban con esta planta para el destete [5,22] y en el Montseny preparaban un aceite con la planta con el mismo fin [20].

Sistema respiratorio

El cocimiento de la planta florida se tomaba para la **gripe** o el **catarro** en algunas zonas de Granada y Cantabria [1,6,32]. En La Coruña, para los catarros se tomaba licor de asentes en pequeñas dosis o se ponían



Javier Tardío



unas ramas cocidas calientes en el pecho y se tapaban para no coger frío, dejando el emplasto hasta que se enfriara [15]. En Terra Chá, además de para la gripe y el catarro, se ha empleado para el **dolor de garganta, ronquera, tos**, para **desatascar garganta y nariz** o desinfectar las narices [16]. Para ello se bebe la decocción obtenida con la ramita de esta planta junto con romero y eucalipto (*Eucalyptus globulus* Labill.), tras añadirle miel y limón, o la decocción obtenida con la hoja en invierno. La parte aérea se toma en forma de tisana como **antiasmático** en el Pallars [18].

Sistema endocrino-metabólico

En La Cerdanya, para bajar los niveles de **colesterol** en sangre (hipo-colesterolémico) se emplean las sumidades en decocción durante un novenario y la decocción con leche de las flores como **antianoréxico** [22]. En el Baix Maestrat, se utiliza el decocto al 1-2% de la parte aérea como hipoglucemiante, para bajar el **azúcar** en sangre, tomándose 150 ml una vez al día en ayunas [14].

Musculatura y esqueleto

En La Plana Alta se emplea como **antiinflamatorio** [14]. Para el **dolor** y la **artrosis**, en el Pirineo Catalán se emplea la loción (uso externo), la embrocación o cataplasma macerándola con romero en alcohol o en aceite [23].

Piel y tejido celular subcutáneo

Para las **heridas**, se elabora en Linares (Jaén) un cocimiento que tiene como ingredientes: flores de ajeno y romero y botones florales de jara pringosa (*Cistus ladanifer* L.). En La Carolina (Jaén), como vulnerario, se aplica la infusión de ajeno con botones florales de la misma especie de jara [2]. También se usa en Huesca como desinfectante de **heridas** y cicatrizante. Para ello se aplica una cataplasma de la parte aérea cocida [4]. En el País Vasco se prepara una mezcla de ajeno con aceite de oliva y cera virgen que se aplica sobre las heridas enconadas cuando se ha quedado sólida. También se tomaba la cocción de ajeno para los **granos** [29]. Con sus hojas se prepara una loción tópica para las **verrugas** en el Pallars [18].

Sistema nervioso y enfermedades mentales

En Huesca se prepara una infusión suave de hojas y flores como **sedante nervioso** [4].

Órganos de los sentidos

Un remedio mágico-medicinal recogido en Jaén consiste en pasar un tallito de esta planta por los ojos "para no quedarse ciego" [2].



Alonso Verde

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

Frecuentemente utilizada para eliminar las **lombrices** intestinales, bajo diversas formas de preparación. En Hoya de Huesca, Somontano, Sobrarbe y Ribagorza (Aragón), las hojas y tallos, bien sean cocidas o maceradas en agua o vino, se toman en ayunas durante varios días seguidos [4], en los Montes de Toledo se toma en infusión la planta entera [8], en el Montseny y en las comarcas valencianas de l'Alcoià y El Comtat se utiliza la parte aérea en tisana, vino o licor medicinal, o inhalando el humo en forma de cigarrillo [20,26]. También se emplean con mucha frecuencia las sumidades como **vermífugo** en distintas zonas de Cataluña [18,22,23] o las hojas, aplastadas con una cuchara y mezcladas con agua, ingeridas directamente [21]. En el Baix Maestrat se utiliza un brote de la planta macerado en aguardiente, como vermífugo en los niños, dándoles una copita o una cucharada una vez al día [14]. En La Coruña se hace una infusión de ajeno y se mezcla con unto (grasa animal), con este preparado se frota alrededor del ombligo haciendo círculos. Algunos ponen una ramita debajo de la almohada tanto de los niños como de los adultos [15]. En Terra Chá (Lugo) se emplea inhalando la esencia desprendida al triturar las hojas, bebiendo la infusión de hojas en pequeña cantidad, o lavándose con el preparado obtenido con las hojas [16], y en El Caurel se fríe la planta en aceite y este aceite se da a tomar a los niños con un poco de azúcar *cando os nenos tiñan lombrices e pro mal de barriga* (cuando los niños tenían lombrices y para el mal de barriga) [30].

En tres pueblos salmantinos, Bañobárez, El Cabaco y Macotera, se ha recogido recientemente el uso antiguo del ajeno para curar las **fiebres tercianas** [11]. En otros pueblos de Salamanca se ha utilizado para curar las **calenturas**. Para ello se toma en ayunas el cocimiento de ajenos que había estado al sereno. En Abusejo [11] y en Garcibuey se prepara en infusión [10]. También se ha utilizado el ajeno como anti-infeccioso en La Plana Alta, Castellón [14], y para la **brucelosis** en el Pallars, Cataluña [18]. En Jódar (Jaén), cuando alguien, normalmente un niño, tenía **sarampión**, para curarle se cogían unos tallos frescos de ajeno, que se pasaban repetidas veces sobre los ojos del enfermo [3].

En Tejadillos (Cuenca) se cuenta que esta localidad fue la única que no se vio afectada por una feroz epidemia de **cólera**, protegida, según sus habitantes, por la gran abundancia de asensos que existen en el pueblo y que según el saber popular, libraron a sus moradores de esta enfermedad [7].

Enfermedades "culturales"

En el País Vasco se ha empleado para combatir el **mal de ojo** o "aojo", elaborando un amuleto con laurel, ajeno, olivo, romero, ceniza y carbón, entre otros elementos [29].

Síntomas y estados de origen indefinido

En La Cerdanya (Cataluña) se usan las sumidades floridas como **antitérmico**, se pican con tocino y se aplican en los talones [22].

En La Coruña se dice que hacer un baño de pies medicinal con el cocimiento de ramas de aseno, romero y ruda: "tira de la maldad hacia abajo y quita la enfermedad" [15].

VETERINARIA

Sistema digestivo

En el Pirineo Aragonés se emplea como **tónico** y **aperitivo**, dándose al ganado la planta macerada o cocida [4]. En Terra Chá, *para que remoera a vaca* (problemas de digestión del ganado) y en caso de **diarrea**, se le da de beber la decocción obtenida con la hoja mediante una botella [16]. El sabor amargo del preparado hace que el animal lo rechace pero es útil para combatir la indigestión. La infusión de la

planta también se da a los animales “entambullados”, a las vacas “hinchadas” y “congestionadas” [16].

En el Alt Maestrat y la Plana Alta (Castellón), la parte aérea de la planta en infuso al 3-4% se da de beber a las gallinas, y se dice que actúa como protector del **hígado**; también para los animales domésticos y el ganado como tónico amargo. También se usa como **antiespasmódico** [14].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

En el Pallars se emplea como **antihelmíntico** en infusión [33]. Como alimento en avicultura, con acción **antiinfecciosa**, se utiliza toda la planta en Castellón [14].

Síntomas y estados de origen indefinido

En el Alt Maestrat la parte aérea se usa como **febrífugo** en forma de emplastos [14].

USO TÓXICO Y NOCIVO

Venenos, insecticidas y plaguicidas

En Enguñados (Serranía de Cuenca) se extiende la planta en los gallineros donde hay **piojuelo** [7] y en algunas zonas de Cataluña, se ponía un ramo debajo de la cama para ahuyentar las **pulgas** [23]. En La Plana Alta y el Alt Maestrat (Castellón) se emplea contra **insectos** utilizando los brotes macerados en agua, impidiendo así la entrada de las moscas en las casas [14]. En Tejadillos (Cuenca), se colgaban ramas de asenjo en las gorrineras para evitar que les salieran “pintas” (una enfermedad propia de estos animales). También se colgaban en los gallineros para proteger a los animales, en Tejadillos y Huerta de Marquesado. Comentan que por esta razón los huevos de esta localidad eran buscados por todos los habitantes de las localidades limítrofes [7,8].

Tóxicas para humanos o animales

Su empleo como planta medicinal debe realizarse con moderación puesto que presenta cierta **toxicidad**. En algunos casos indican que la infusión de la flor y las hojas “es venenosa” si se bebe mucha cantidad [16].

USO ORNAMENTAL

Patios, huertos y jardines

Se cultiva como **ornamental** en algunos cortijos del Poniente Granadino [1] y en jardines en el Campo de Almansa-Higuera y Caudete, Albacete [17]. En la Comunidad Valenciana se encuentra cultivada en muchos huertos, tanto como ornamental como para consumo particular, junto con otras especies de ajenjos [*A. arborescens* (Vaill.) L. y *A. verlotiorum* Lamotte] [26,31,34]. En Les Guilleries indican que “se usaba antes, en las casas de campo como planta ornamental”, aunque esa costumbre se ha perdido [21].

USOS SOCIALES, SIMBÓLICOS Y RITUALES

Rituales del ciclo anual

En Alhama, Granada, aún recuerdan que esta planta la cultivaban los curas para hacer sahumeros con sus ramas durante las **misas** [1].

Rituales del ciclo de vida

En la Comunidad Valenciana y en general por toda la Península, el ajenjo se ha utilizado como un componente esencial en los **filtros de amor**. Se decía que poniendo en secreto unas gotas de su esencia en la comida o la bebida de la persona amada, estimulaba fuertemente su libido [13].

Literatura oral popular

En la comarca de Monzón se recoge el **dicho**: “es más amargo *qu’el jenzo*” [5]. Igualmente, en Tejadillos (Serranía de Cuenca) cuentan que Jesucristo quedó tan harto de este mundo que cuando se fue, se agarró a un asenjo diciendo “ahí te quedas, mundo amargo” y por eso es tan amarga esta planta [7].

En todas las localidades de la Comunidad Valenciana donde se celebran las fiestas de moros y cristianos, se hace referencia a los distintos tipos de licores tradicionales consumidos en estos eventos. Como ejemplo de ello estos párrafos de varias **chirigotas** de Banyeres de Mariola [27]:

“[...] botifarres en anís, / llonganises de coñac, / sabor a herbero un choros / y salchicha de arropat. / Banquets en gust de picó, / sobrasá feta de absentia, / embuchao de quantió / y mortadela de menta [...] otro sí, pa Don José, / una taula de sent vares, / que l’ompliga de café, / absentia, vermouth y tares [...]”.

REFERENCIAS HISTÓRICAS

Como *absinthium*, “ajenjo” o “ajenjo mayor” aparece en las fuentes clásicas con diversas aplicaciones. En las Edades Antigua y Media entre otros la mencionan Dioscórides, Columela, Isidoro de Sevilla, Ibn Bassal, Ibn al-Baytar, Abū I-Jayr e Ibn al-Awwām, y ya a comienzos de la Edad Moderna, también Alonso de Herrera.

Dioscórides (siglo I, traducción de Laguna, 1566) [25] trata de esta planta en el capítulo 24 y dice que:

“El absintio, llamado de algunos *bathypicron* es planta conocida y vulgar. Crece mejor en el Ponto y en Cappadocia, en el Monte Tauro. Su virtud es caliente y estíptica. Sirve a la digestión, purga los humores coléricos recogidos en el estómago y vientre, provoca la orina y tomada antes del pasto, impide la embriaguez. Bebida con seseli y con la spica celtica, sirve a las ventosidades y a los dolores de estómago y vientre. Si se beben cada día tres ciatos de su infusión o de su cocimiento, restituye el apetito perdido y sana la ictericia. Provoca el menstuo, ansi bebido como aplicado con miel. Dase a beber con vinagre últimamente a los que de haber comido hongos se ahogan...”

Font Quer [35] advierte de los problemas que puede causar la adicción a la absintina, principio activo del ajenjo, ingrediente del vermut, con propiedades vermífugas y tonificantes estomacales. Nos recuerda las advertencias de Quer (1762-1764) en la *Flora española*:

“La mayor parte de los grandes comedores que usan todos los días el vino de ajenjos, tinturas aromáticas y espirituosas para aumentar el apetito y para hacer la digestión de los alimentos, que despóticamente se llenan por el uso de estos espirituosos y aromáticos, se van insensiblemente perdiendo y debilitando el resorte del estómago y muchas veces para decirlo así, se precipitan antes de tiempo en unos muy fúnebres efectos”.

Columela (siglo I) trata sobre cómo preparar el “vino de ajenjo” y dice que es preferible utilizar ajenjo del Ponto, y que se prepara cociendo el mosto junto con el ajenjo hasta reducirlo a parte [36]. Esta receta no coincide con la de un destilado de absentia, ni con la de un vino conseguido por maceración de hierbas, entre ellas el ajenjo, como es el vermut.

Isidoro de Sevilla (siglo VI-VII) explica que *absinthium* es nombre griego, y que el ajenjo más estimado es el que se cría en la región Pónica, NE de Turquía junto al mar Negro, por lo que es llamado *absinthium ponticum* [37].



Teresa Tomás

Ibn Baṣṣāl (siglo XI) dedica un espacio dentro de su Tratado de Agricultura a explicar la técnica de cultivo del ajenjo. Dice que la planta tiene un ciclo de vida de dos años, que se siembra en febrero, se puede multiplicar vegetativamente por esquejes o renuevos y finalmente afirma que se trata de una planta muy útil [38].

Abū l-Jayr (siglo XI-XII) en su *ʿUmda* menciona varios tipos de ajenjos o absintias bajo el término *afsantin*; además de referirse a *Artemisia absinthium*, al menos reconoce la existencia de otros ajenjos [39].

Ibn al-ʿAwwām (siglo XII) dedica una considerable extensión a esta especie [40]. En primer lugar destaca la sensación de diversidad que parece recoger de Abū l-Jayr en la *ʿUmda*, algo que está todavía por aclarar suficientemente [39,41], pero que en todo caso nos llevaría a identificar en este texto varias especies del género *Artemisia* como *A. herba-alba* Asso, *A. chamaemelifolia* Vill., *A. dracunculus* L., o incluso *A. granatensis* Boiss. También se reconoce la huella de Ibn Baṣṣāl en la información del sevillano del Aljarafe, pero sin embargo apenas se ocupa de mencionar virtudes medicinales, limitándose a señalar las aplicaciones como repelente de polillas y otras plagas y parásitos.

Ibn al-Baytar (siglo XII-XIII) explica que el *afsantin* es muy conocida en Egipto bajo el nombre de *demissa*. Según este malagueño farmacólogo andalusí, la especie vive también en Capadocia, en el N y C de Turquía, en el monte Taurus, al S de Turquía y en Siria. Comenta extensamente sus propiedades medicinales y de nuevo nos recuerda que en Tracia y cerca de la región Póntica se prepara un vino con esta planta, el vino de absinta [42].

Alonso de Herrera (siglo XVI) llama asensios al ajenjo, probablemente por corrupción lingüística en la España meridional; trata sobre su cultivo que dice se da mejor bajo climas fríos; conoce también su propagación vegetativa y se extiende pese a tratarse de un tratado

de agricultura en sus virtudes medicinales entre las que menciona sus propiedades diuréticas, aperitivas, antihemorroidales, digestivas, facilitadoras de la menstruación, etc. Así como otros usos y propiedades como la de repelente de insectos y alimañas, pudiéndose utilizar para evitar las polillas de la ropa o los roedores [44].

■ VALORACIÓN

Los conocimientos sobre esta planta, dedicada a Artemis (la Diana romana), diosa protectora de los partos, han sido transmitidos entre las mujeres y durante generaciones por su potente virtud como emenagoga, especialmente en los nacimientos; aunque posteriormente haya sido repudiada en la sociedad de consumo, por sus efectos nocivos en ingestas desmesuradas del licor que lleva su epíteto específico. A pesar de ello, tanto esta especie como *Artemisia arborescens* (Vaill.) L., han seguido cultivándose por toda la Península, y su consumo -siempre a bajas dosis y con fines medicinales-, se mantiene localmente. El licor de absenta sigue siendo muy popular, al menos en Valencia, aunque lo que se venda sea siempre irregular, probablemente se sigue haciendo casero y circula de modo ilegal.

Ha sido una planta fundamental en los siglos pasados, tanto en la vida de los maseros (campesinos, cuidadores de las masías), aislados de una sanidad cercana, como en las zonas costeras donde los cultivos de regadío (especialmente arrozales) o albuferas favorecían la malaria, ocasionando estragos constantes en la población; o incluso en aquellas ciudades industriales donde el éxodo rural iba acompañado de una insalubridad favorecida por el hacinamiento. Por ello, esta y otras especies eran frecuentes en los modestos botiquines de hierbas que muchas casas tenían y en los preparados medicinales elaborados a partir de ellas. Ha sido fundamental en la medicina infantil y de los más mayores: como aperitiva, digestiva y antihelmíntica; en la medicina de la mujer como abortiva, reguladora del parto y en el destete; para todos en los resfriados y otros males específicos, y también como veterinaria. Cultivada en las montañas de Cuenca y en Castellón, ha sido un recurso importantísimo para estas poblaciones que la transportaban por carreta para elaborar el licor de absenta, tan importante en la costa mediterránea. Ha sido una planta esencial en la supervivencia de nuestras generaciones pasadas por los males que con ella se han tratado y olvidarla supone, como con otras muchas especies, olvidar nuestros orígenes.

■ REFERENCIAS

1. Benítez 2009; 2. Guzmán 1997; 3. Mesa 1996; 4. Villar *et al.* 1987; 5. Ferrández & Sanz 1993; 6. Pardo de Santayana 2008; 7. Fajardo *et al.* 2007; 8. Verde 2002; 9. Blanco 1998; 10. Blanco 1985a; 11. Velasco *et al.* 2010; 12. Ríos & Martínez Francés 2003; 13. Martínez Francés & Ríos 2007; 14. Mulet 1991; 15. Latorre 2008; 16. Anllo 2011; 17. Rivera *et al.* 2008; 18. Agelet & Vallès 2003a; 19. Parada 2008; 20. Bonet 2001; 21. Selga 1998; 22. Muntané 1991; 23. Rigat 2005; 24. Martínez Francés & Ríos 2009; 25. Laguna 1555; 26. Martínez Francés *et al.* 2012b; 27. Molina Picó 1985; 28. Lacoizqueta 1888; 29. Barandiaran & Manterola 2004; 30. Blanco 1996a; 31. Martínez Francés & Ríos 2005; 32. Pardo de Santayana 2004; 33. Agelet 1999; 34. Ríos *et al.* 2012; 35. Font Quer 1961; 36. Columela 1988; 37. Isidoro de Sevilla 1982; 38. Ibn Baṣṣāl 1995; 39. Abū l-Jayr 2004-2010; 40. Ibn al-ʿAwwām 1988; 41. Navarro García & Hernández Bermejo 1994; 42. Ibn al-Baytar 1877-1883; 43. Alonso de Herrera 1981.

