

Juniperus thurifera L.

Familia: Cupressaceae

sabina

USOS PRINCIPALES



GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

Lista Roja: -
RD 139/2011: -
Catálogos autonómicos: AR; CM;
MD; MC
Directiva Hábitats: -

Emilio Laguna Lumbieras

NOMBRES VULGARES

Castellano: *sabina* (CM, MC, VC), *sabina albar* (CM); *enebro*, *enebro de la bardera*, *enebro de olor*, *nebro* (CL); *taravina*, *travina* (AR). Pseudo-frutos o gálbulos: *agallujas*, *cagurrias*, *gallaritas* (CL) [1-10].

DESCRIPCIÓN

Árbol de 5-15(20) m, perennifolio, dioico, de porte piramidal cuando joven, con corteza grisácea muy fibrosa, de madera aromática, impuntrescible. Hojas juveniles aciculares, de hasta 6 mm, las adultas pequeñas, de 1,5-2 mm, escamosas e imbricadas, algo punzantes. Flores masculinas en pequeñas piñitas globosas, amarillentas, que crecen en invierno, las femeninas solitarias rodeadas por escamas que se vuelven carnosas en la madurez. Falsos frutos carnosos en gálbulos o arcéscidas, de 7-12 mm, generalmente cubiertas de un polvillo céreo blanco-azulado o pruinosas, cuando maduros de color azulado o negruzco. Planta de crecimiento rápido al principio, que se vuelve lento a los 15-20 años, pudiendo llegar a ser muy longeva.

HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Vive sobre todo en páramos, mesetas y zonas de clima continental frío y seco, con frecuencia en roquedos o suelos esqueléticos calizos. Es planta de paramera. (300) 800-1600 (2000) m.

Florece de febrero a mayo. Fructifica en otoño o invierno del segundo año.

Región mediterránea occidental, Península Ibérica y norte de África (Marruecos), con algunas localidades en los Alpes franceses e italianos y en Córcega. En la mitad este de la Península Ibérica, forma masas importantes en León, Sistema Ibérico en ambos ramales, Sistema Central en Segovia, Soria y Guadalajara, Serranía de Cuenca, sierras del SW de Albacete, Campo de Montiel y zonas interiores de Valencia y Murcia hasta Andalucía oriental. En algunas comarcas sus bosques se están regenerando y extendiendo.

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

ALIMENTACIÓN HUMANA

Bebidas alcohólicas

En la provincia de Segovia, en los pueblos de Arcones y Prádena al menos, se mandaba a recoger los pseudofrutos para **aromatizar** la **ginebra** (uso no vigente). Esto debió ser una prueba que fracasó, pero varias personas mayores lo han referido [5].

ALIMENTACIÓN ANIMAL

Forraje verde o seco

La rama de *sabina*, denominada *barda*, *bardera* o *ramonizo*, es considerada buena forrajera para las **ovejas**; se cortaba en invierno como forraje, sobre todo los inviernos duros. Según indican "los animales también comen los frutos". Hay curiosos comentarios de pastores en relación con las variedades de esta especie según la palatabilidad del ganado. Así distinguen *sabinas amargas* y *sabinas más dulces*: "les gustan más las ramas que tienen *agállaras* (*agallas*)", "algunas ramas son más amargas y no les gustan" [5].

Pasto

En general la *sabina* es apreciada como buen **forraje**, aunque las jóvenes no son comidas por las **ovejas** [4,5].

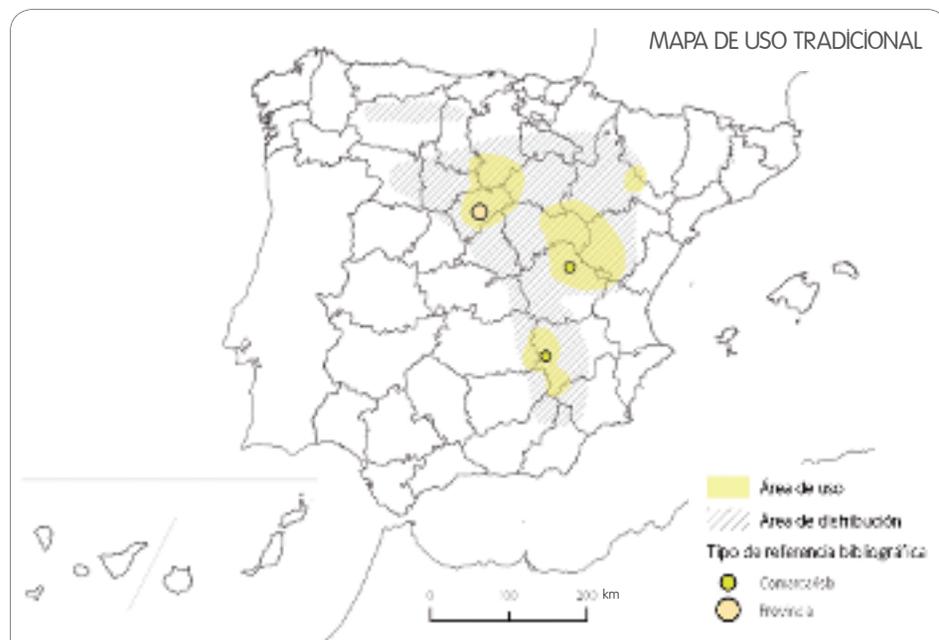
Plantas melíferas

Solo en Segovia se cita su **miel**, que forman las abejas con los mielatos del árbol [5].

MEDICINA

Sistema digestivo

Por destilación seca de la madera se obtiene un alquitrán conocido como "*micra*" en Albacete, ampliamente utilizado como desinfectante



en animales, que ha llegado a utilizarse por las personas para aplacar el dolor de muelas [4].

Concepción, embarazo, parto y puerperio

Como abortiva se han utilizado ambas sabinas (*J. thurifera* y *J. phoenicea* L) en algunas zonas donde conviven (sierras de Cuenca y Albacete, Aragón) [2,3,6]. La infusión de los frutos, bastante concentrada, la tomaban en Cañizares (Serranía de Cuenca) las señoras que tenían un embarazo no deseado y elegían interrumpirlo; práctica que debía ser peligrosa, dada su toxicidad [3].

Piel y tejido celular subcutáneo

Usado para curar verrugas planas y papilomas (clavos), al menos en Segovia, mediante un rito (medicina mágica-supersticiosa). Hay va-



Emilio Blanco

rias versiones de dicho rito: se cuentan los clavos que tiene una persona y a continuación se guardan tantos pseudofrutos (agayujas o gallaritas) como clavos tenga o se esconden en un hueco de la pared o bajo una piedra (generalmente sin que lo sepa la persona afectada), y cuando se secan los frutos, se quitan los clavos [5].

Otros usos medicinales

El humo (tanto de madera, ramón o resina) se considera buen purificador y desinfectante del ambiente en general, por lo que se quemaba en el brasero para desinfectar la habitación [5].

VETERINARIA

Musculatura y esqueleto

La corteza de las ramas se usaba para entabillar las patas rotas de las ovejas quebradas en Castrojimen y Castro de Fuentidueña, Segovia. Se entabillaban con dos mitades de corteza aplicadas fuertemente a la pata [5].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

El alquitrán o "micra" obtenido por destilación seca de la madera se empleaba en algunas zonas de Albacete para el tratamiento de la sarna y otras enfermedades de la piel de los animales [4].

En la ermita de la Virgen del Amparo de Orejanilla (Segovia), se quemaban bardas de sabina contra el cólera, exponiéndose adrede las personas al humo. Esto se hizo hasta hace unos 70 años, ya que se consideraba que su humo era bueno [5].

USO TÓXICO Y NOCIVO

Venenos, insecticidas y plaguicidas

Como insecticida vegetal, usado para ahuyentar polillas de la ropa y gorgojos, tanto en Castilla-La Mancha como Castilla y León (en algunos casos ambas especies de sabina indistintamente, *J. thurifera* y *J. phoenicea*). Se colocaban trozos de madera o ramillas en saquitos o bolsitas de tela dentro de los armarios y cajones, entre la ropa, o bien se forraba el interior de los armarios con planchas de madera de sabina [1-5]. También se mofían ramas y corteza de sabina en las trojes de la cámara donde se almacenaba trigo y cebada [3].

Tóxicas para humanos o animales

Planta tóxica en general, incluidas las semillas, tanto para humanos como animales; para estos últimos solo en determinadas circunstancias y dosis [8].

USO COMBUSTIBLE

Leñas

Usado como leña, que es considerada buena y muy aromática, aunque hay personas que opinan que da dolor de cabeza y prefieren usar otra leña. Su leña era la base para calentarse y cocinar en los pueblos de las zonas sabineras [5].

Encendido o leña fina

La corteza o casca es buena para encender la lumbre, "para encenderla" [5].

CONSTRUCCIÓN

Casas, edificios e instalaciones agropecuarias

Con sus troncos se han hecho **vigas** de las casas, **dinteles**, **pilares** y **postes** de las construcciones tradicionales o rurales. Hoy todavía quedan vigas enormes de hasta 4 m en algunas casas [2-5]. En Segovia indican que antiguamente, lo que más se hacía eran **ventanas** y **puertas** "la mayoría de ventanas y puertas del pueblo están hechas de esta madera" [5]. Hasta los **cabrios** y **ripias** de los **tejadros** de las casas se hicieron de esta especie (como soporte de las tejas junto con barro, sustituyendo al cañizo). Incluso el entramado de los **muros** de adobe o barro y las puertas de las bodegas se hicieron con su madera, muy resistente a la humedad [4,5]. En la construcción de tapial se utilizaban "pisonos" de sabina para aplastar el mortero, por su dureza [3,4].

Se usaba mucho tanto la madera como el ramaje para hacer **cobertizos** de animales y **chozos** [2,3]. En algunas zonas de Segovia, Soria, Guadalajara y Serranía de Cuenca, los chozos y sus techumbres están hechos prácticamente enteros de sabina. Estos chozos eran refugios de animales y pastores [5].

Cercas, tapias y vallas

Muy usado para **postes** de fincas. Considerada muy buena la madera para este fin, porque no se pudre [5].

Infraestructuras

Su madera era usada incluso para construir diques y vigas de **puentes**, que en algunos casos todavía están en pie, siendo como poco centenarios, así como todo tipo de postes de cercas y hasta **postes de teléfono** y de la **luz** en Segovia [5].

INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Cosmética, perfumería y limpieza

Se ha destilado la madera del tronco y ramas para obtener **esencia**, al menos que sepamos en Ossa de Montiel (Albacete), donde quedan dos empresas que destilan en rústicas calderas. La esencia se vende a mayoristas del sudeste, para aplicación farmacéutica y cosmética [13]. Para destilar se recogían las ramas, lo que servía a la vez para podar estos árboles [1,2].

Trocitos de astillas o taquitos de su madera se usaban para dar buen olor o **aromatizar** arcas y armarios, que a la vez tenían una función antiséptica [5].

Con la ceniza de la lumbre de quemar sabina se fabricaban **lejías** [4] y se blanqueaban las madejas del cáñamo [5].

Para uso cosmético véase también lo indicado en usos simbólicos de la fiesta de San Juan.

Curtientes

Las raíces se han utilizado como **curtiente** en Villarrobledo-Campo de Montiel, Albacete [4].

Herramientas y utensilios

Con su madera se han hecho todo tipo de **pequeños objetos**, ya que es una madera muy resistente, que no se estropea y muy bien valorada. Reconocida por su color rojizo y su veta [2,3,5]. Con madera de sabina se hacía el timón de los **arados** [3,4]. Para mangos de herramienta parece ser que no es tan buena, pues no amortigua el golpe [8].

Se ha empleado incluso en el noreste de Segovia para fabricar **colmenas** tradicionales, entretrejiendo sus ramas y uniéndolas con barro o excremento de vaca [8].



Emilio Blanco

Juguetes e instrumentos deportivos y musicales

Con madera de sabina se han hecho las **castañuelas** en algunos pueblos de Segovia y los **bolos** del juego tradicional, aunque para ello también se usaba madera de boj (*Buxus sempervirens* L.) [5].

Mobiliario y enseres domésticos

Su madera se ha empleado en la fabricación de algunos muebles y enseres domésticos tales como **mesas**, **armarios** y **cajoneras** (en el caso de armarios, el interior de los mismos y cajones servía además como antipolilla de la ropa). Actualmente se hacen algunos muebles de encargo como **aparadores**, **sillas**, **mesas** y **arcones** [4,5].

Algunos carpinteros o ebanistas tradicionales trabajan o trabajaban principalmente la madera de sabina, en pueblos como Casla y Prádena (Segovia), Milagros (Burgos) o El Ballestero (Ciudad Real). Comentarios alusivos a su madera realizados por estos carpinteros, indican que es muy dura y resistente, no se apolilla y soporta muy bien la humedad: "La parte blanca (albura) se puede apolillar, pero la roja (duramen), nunca, aunque esté metida en agua". Es una madera difícil de trabajar: "no es tan dura pero tiene muchos nudos y parte las sierras", "tiene mucho desperdicio" [5].

Otros usos industriales y artesanales

Algunos artesanos hacían trabajos artísticos con su madera, incluso **torneado** y **escultura**, o pequeños muebles de lujo, aunque esto último es reciente y no tradicional [8].

USOS MEDIOAMBIENTALES

Mejora del suelo

La hojarasca seca fue usada como **abono** y como **protección** contra el frío de los campos, al sembrar berzas [5].



Sombra y protección

Por supuesto, este árbol es valorado por su **sombra** y frescor en verano; por ello era a veces respetado en las lindes de algunas tierras de cultivo donde a veces quedan grandes ejemplares [8].

USO ORNAMENTAL

Patios, huertos y jardines

Árbol a veces plantado como **ornamental** en los pueblos, en plazuelas o junto a las casas y ermitas [8], aunque normalmente se usan otras cupresáceas exóticas como cipreses, arizónicas o tuyas.

USOS SOCIALES, SIMBÓLICOS Y RITUALES

Rituales del ciclo anual

En algunos pueblos segovianos el **Domingo de Ramos** se ponía un ramo de sabelina bendecido en la ventana de la casa o en los campos de cultivo. Dichos ramos se quemaban para conseguir la ceniza del Miércoles de Ceniza. Esto sigue vigente aún en algunos pueblos de Segovia [5].

Era una de las plantas elegidas, junto con otras, para dejar en remojo en un recipiente la noche de **San Juan** y luego por la mañana lavarse la cara con el agua, todo ello con un valor simbólico y cosmético. Por ejemplo en Graya (Yeste, Albacete) se recogían sus ramas junto con las de romero, tomillo (*Thymus vulgaris* L.) y piedemulo (*Tussilago farfara* L.) en la madrugada de San Juan, antes de salir el sol; se colocaban en un recipiente y el líquido que espontáneamente destilaban servía para rejuvenecer los rostros de las jóvenes [2].

En algunas localidades de Segovia, donde esta especie se llama enebro al igual que tantos pueblos de Castilla y León, existe un cierto culto a este árbol sobre el que según la tradición se apareció la Virgen. Por ejemplo, La Virgen del Enebral es venerada en la **romería** del Santuario de Hornuez que se edificó sobre la sabelina en la que se apareció la Virgen. En la ermita de la Virgen del Amparo de Orejilla se cuenta también que había una sabelina enorme con dos grandes ramas, sobre la que se apareció la Virgen [5,9].

También se ha descrito su uso esporádico como árbol de Navidad en Segovia, o tan solo las ramas y el ramaje para hacer adornos en Navidad [5].

Rituales del ciclo de vida

La resina, llamada "lágrimas" en algunos pueblos de Segovia, se usaba como **incienso** para quemar en los **velatorios** y purificar el ambiente [5]. Dicha resina o "rasina" precipita en gotas sobre la corteza del tronco. También se utilizó en algún caso como incienso de iglesia [5].

En las fiestas de **Las Lumbres**, **Candelas** o **Luminarias** (2 de febrero), se quemaba principalmente sabelina, "para desinfectar el aire de todo". Esto recuerda a los antiguos ritos de purificación contra las epidemias de peste [5].

Rituales de incertidumbre, protección y aflicción

Igualmente se recogían las ramas de sabelina el día de San Juan, y se colocaban en los campos como **protectoras de las cosechas**, o se plantaban entre los garbanzos para que no les entraran plagas, como la "roña" o el "arriero" [2].

Literatura oral popular

Una **adivinanza** recogida en Fuentenebro (Burgos) donde esta especie es conocida como enebro alude a la dureza de su madera: "¿Qué le dijo el enebro al clavo? sacarás la cabeza pero no el rabo". Esto se dice

también del olmo en la provincia de Burgos, cuya madera se considera incluso más dura que la de la sabelina [8].

Alucinógenas, narcóticas y fumatorias

En Segovia los mozos **fumaban** como entretenimiento su corteza, liándola en seco con papel de periódico; "al fumarla picaba la lengua" [8].

Árboles o arbustos singulares

Se conocen muchos árboles singulares de esta especie por su gran talla y longevidad. Algunos ejemplos son la Sabelina del Nevazo, la Sabelina del Calar de Los Tornajos, la Sabelina de Sorbas (en Letur, Albacete), la Sabelina de la Portera, Sabelina Gorda, Sabelina Retratá, Sabelina de la Cerrá (en Cuenca) [2,3]. En Segovia la Enebra de Sigueruelo, el Enebro de La Rama, las Tres Marías, el Enebro Gordo, la de las Tres Patas o la Enebra de la Ermita [5]. Algunas arboledas singulares son las de Hornuez y Prádena en Segovia, y Calatañazor (enebral de Dehesa de Carrillo) en Soria [5].



Teresa Tomás

ECOLOGÍA

Diferenciación y ciclos biológicos

En algunas zonas de Aragón y Castilla-La Mancha, donde conviven *J. thurifera* y *J. phoenicea*, a veces se confunden y se les da el mismo nombre y los mismos usos, o se usan indistintamente con el mismo fin [2,3,6]. En otros casos se distingue la sabelina albar (*J. thurifera*) de la sabelina negra (*J. phoenicea*) por el color más claro y ceniciento de sus hojas, o bien por el color blanquecino del exudado de su savia [2].

En Segovia indican que es un árbol único por su dureza y lentitud de crecimiento, algunos carpinteros calculan que tarda unos 25 años en aumentar 5 cm de grosor [5].

Hábitat

Abundante en la macro y microtoponimia de las zonas donde se presenta esta especie, tanto derivada del vocablo enebro como del de sabina, por ejemplo: Sabinares, Alto de Sabinares (en Cuenca), El Sabinar, Nebrallano, El Enebral, Las Enebradas, Prado del Enebral, Cueva de los Enebralejos (en Segovia) [3,5].

Muchos comentarios en relación a los lugares donde crece esta especie hacen alusión a su presencia en suelos pobres y superficiales, como: "esta es tierra de enebro, cada tierra pide lo suyo", "hay zonas donde no cuaja el enebro, es el terreno", "terreno más sano" (por sano entienden seco y pobre), "el enebro es esclavo" (por esclavo entienden suelos pobres y superficiales), "regeneración de ellos mismos" [8]. Igualmente se indica que forman bosques abiertos que dan buenos pastos [5].

MANEJO DE LAS ESPECIES

Otras actividades de manejo

Se recomienda cortar la madera de primeros de diciembre a mediados de febrero. También dicen que en meses de invierno o que contengan la letra "r" [8]. La madera tarda dos veranos en secarse y curarse bien para poder ser trabajada. Antes se subastaban los montes para cortar; los carpinteros marcaban y cortaban los árboles; ahora ya no se deja cortar [5].

Este árbol se podaba ("regular" en Segovia) con frecuencia para acelerar su formación y de paso conseguir forraje para las ovejas. También para que se posasen los pájaros y poder cazarlos. En algunos casos indican: "Tanto personal que había antes, descabezaban los árboles, podaban de cualquier manera por la escasez de leña, y por eso no crecían tanto" [5].

REFERENCIAS HISTÓRICAS

Leyendo a los autores andalusíes, botánicos y geóponos, resulta difícil saber cuándo se refieren a enebros (*Juniperus oxycedrus* L., *J. communis* L.) y cuando a sabinas (*J. thurifera* y *J. phoenicea*), salvo en el caso del insigne Abū l-Jayr (siglos XI-XII) [11] que diferencia bien ambos grupos de especies del género *Juniperus* y tampoco presenta confusión con el ciprés. Más difícil es precisar si el uso de las virutas de sus ramas u madera para ahuyentar plagas (como hormigas) y el de las cuñas de madera para insertarlas en el tronco de frutales a fin de estimular su fructificación, son solo de esta especie o también de las otras dos sabinas ibéricas.

Parece haber unanimidad entre los autores de la antigüedad respecto a la toxicidad de las sabinas y las únicas aplicaciones medici-

nales que encontramos están relacionadas con esa toxicidad o con sus virtudes abortivas. Las palabras de José Quer (1695-1764), que Font Quer (1961) recoge, son taxativas: "el mejor uso que se puede hacer de la sabina es ignorarla...". Se refiere obviamente solo a su uso farmacológico, pues su madera es muy resistente al paso del tiempo y se ha empleado desde la antigüedad para muy diversas artesanías, esculturas, estructuras de techos y en la fabricación de lápices de gran calidad.

Diego de Colmenares (1637), nos cuenta que en 1599 hubo en la ciudad de Segovia una gran peste, y entre las medidas para combatir dicha corrupción del aire dice que "[...] cada día, al poner el sol en calles y plazas, se encendiesen hogueras de enebro, madera olorosa, que por costa común se trajese de los montes de Sepúlveda, y todos sahuma-sen [sic] sus casas con olores" [5]. En la *Agricultura General* de Alonso de Herrera (siglo XVI) se cita cómo su madera se usaba para hacer violines y castañuelas [12].

VALORACIÓN

Muy pocos usos de la sabina están todavía vigentes, excepto los referidos a la madera (trabajos artesanos) y a la leña. Sin embargo, antiguamente en regiones de abundantes enebrales o sabinares, se hacía un uso integral del enebro, que constituía un verdadero pilar de la cultural local.

OBSERVACIONES

El nombre de "sabina" se viene generalizando en todo el país desde hace unos 40 años o más, por influencia del turismo y los libros. Incluso en Castilla y León, donde el nombre vernáculo original es "enebro", el nombre oficial y comercial para referirse a la especie es sabina, por ejemplo para solicitar permisos de cortas o podas oficialmente. Se trata de un cambio de nombre (a nuestro juicio incorrecto) por influencia de los ingenieros, técnicos, estudiosos y gestores [5].

El polen de la sabina o enebro puede producir también alergia a los que tienen reacción al del ciprés y la arizónica.

REFERENCIAS

1. Verde 2002; 2. Verde *et al.* 1998a; 3. Fajardo *et al.* 2007; 4. Fajardo *et al.* 2000; 5. Blanco 1998; 6. Villar *et al.* 1987; 7. Blanco *et al.* 2005; 8. Blanco 2013; 9. González Herrero 1994; 10. Oria de Rueda 1996; 11. Abū l-Jayr 2004-2010; 12. Alonso de Herrera 1981; 13. López Sánchez 2013.

