



Ceterach officinarum Willd.

= *Asplenium ceterach* L.

Familia: Aspleniaceae

doradilla, dauradella,
koxka-belar, douradiña

USOS PRINCIPALES



GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

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

Emilio Laguna Lumbieras

NOMBRES VULGARES

Castellano: doradilla (AN, AR, CL, CM, MC), hierba doradilla (AN), doradilla (CL), hierba del oro (CM); té bravío, té de la sierra, té de piedra, té silvestre; café moruno; hierba de la tos; rompepiedra (AN); felces; hierba lancera; jéus; mermasangre; sardineta (AR); helecha, helecho; colondrillo (AS); balandrillo; hierba del contrillo (CL); hierba plateada (CM); corazón de peña (MC) [1-20].

Catalán: dauradella, auradella (CT, IB), auladella, aurellina, herba auradella, uradella (CT), falguera doradeta (IB), dorada, herba dorada, herba daurada, herbeta doradeta, herbeta dorada (VC); herba de la sang (IB, VC), herba de sang, herba per a sang espessa (IB), herbeta de la sang (VC), herba de les set sagnies; falguera (CT, IB); herba rovellada (CT), herba de rosillo, herba rovellosa (IB); sardineta (AR, VC); herba de la febre; herba de paret; herba queixalera; nurella (CT); corbelleta; peixets; serpetta (VC) [19-36].

Euskera: koxka-belar; orma-belar; txanrangilla (PV) [37,38].

Galego: douradiña, herba de ouro; fenta das pedras, fenta pequeniña, fento pequeniño; cerveriña (GA) [14,39].

DESCRIPCIÓN

Helecho perenne, de 5-25 cm, con rizoma cespitoso, corto y superficial, revestido de escamas negras con margen ciliado. Frondes 5-15(25) cm, en roseta, persistentes, de color castaño negruzco en la base, las jóvenes enrolladas en forma de báculo, con láminas lanceoladas, coriáceas, pinnatifidas, gruesas, onduladas; color verde mate en la parte superior y cubiertas de escamas ferrugíneas o plateadas abajo, con 6-15 pares de pinnas de 8-10 x 4-6 mm, de ápice redondeado y disposición alterna, que se secan en verano. Soros lineares u oblongos, parcialmente cubiertos por las escamas del reverso de las frondes. Esporas color castaño negruzco.

HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Crece en grietas o fisuras de roquedos y muros, principalmente en calizas, en lugares no muy fríos y a la sombra, aunque aguanta bien la insolación. 0-2700 m.

La esporulación se lleva a cabo durante todo el año.

Especie euroasiática y mediterránea. Se encuentra en toda la Península Ibérica y las Islas Baleares.

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

ALIMENTACIÓN HUMANA

Bebidas alcohólicas

Empleada en la elaboración de **licores**: en la ratafia en Les Guilleries y en el Alt Empordà (Cataluña), y en las *herbes* mallorquinas [19,20,29-33]. Ambos se preparan por maceración de diversas plantas en aguardiente, orujo o anís; en el caso de la ratafia con una base de nueces verdes, mientras que en las *herbes* no hay una base concreta, pero no suele faltar el hinojo.

MEDICINA

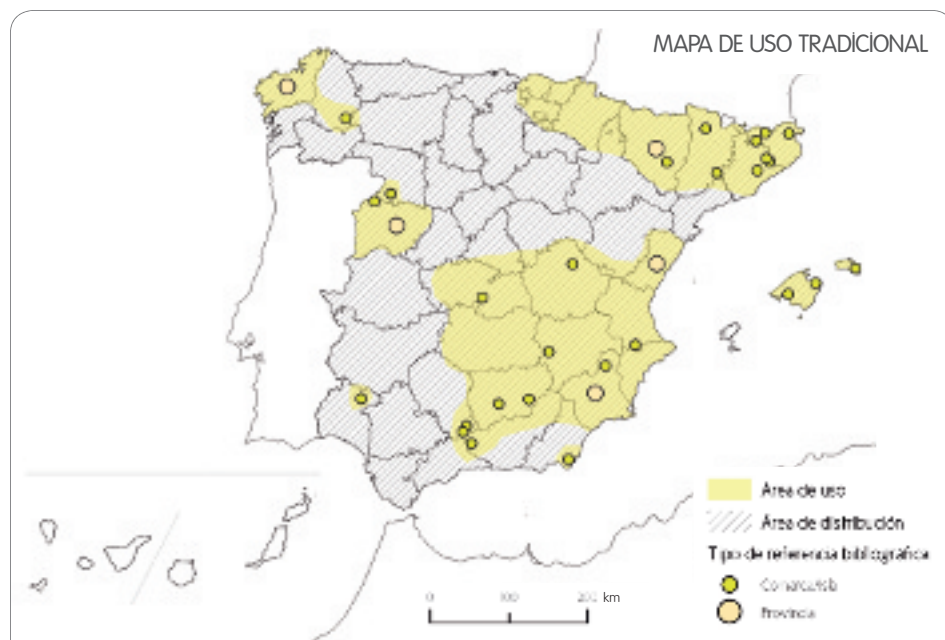
Sistema circulatorio

El cocimiento de las frondes se usa para "rebajar la sangre", "purificar la sangre" o "cambiar la sangre", como **hipotensor**, **depurativo sanguíneo** y **vasotónico** en numerosos territorios [2-4,12,13,17,19-24,27-33,37]. Es común tomar este preparado en ayunas, debidamente edulcorado, normalmente en forma de novenas (durante nueve días seguidos). Se decía que si se empleaba con un fin diferente a tratar la presión arterial alta, atacaba la vista [23,31]. En algunas zonas se mezcla con sanguinaria (*Paronychia argentea* Lam.) [4] o agrimonia (*Agrimonia eupatoria* L.) con el mismo fin y, en el caso de la agrimonia, también para el tratamiento de las **varices** [12]. Empleada igualmente para parar las hemorragias de los **cortes** o heridas en las comarcas centrales valencianas [27].

Sistema digestivo

La doradilla seca y hervida proporciona un cocimiento que quita el "mal de tripas" o "congestión de barriga", es decir, los **dolores de estómago** [12,13,18]. En Las Arribes del Duero (Salamanca), este cocimiento ha sido usado, además, como **antidiarreico** y para provocar la

Autores: Esperança Carrió, Teresa Garnatje, Montse Parada, Montse Rigat y Joan Vallès



evacuación de la bilis (colagogo) [2,3]. También se emplea en Mallorca y en las comarcas centrales valencianas como **antiinflamatorio** del hígado y contra la ictericia, en este último caso mezclada con marrubio (*Marrubium vulgare* L.) [19,20,27]. En Navarra y Guipúzcoa se usa como **hepatoprotectora** [37].

En Menorca se emplea como calmante del **dolor de muelas**, sobre todo si la muela ya está picada [28], y en el Montseny (Cataluña) como **antiséptico bucofaríngeo** y emoliente, en especial para las **pupas** de la boca de los niños [21,22].

Sistema genito-urinario

Frecuentemente citada para tratar trastornos renales, ya sea para combatir las **pedras del riñón** o como **diurético** o **antiséptico urinario**. Para ello se hace una infusión de la parte aérea, previamente desecada y se bebe un vaso durante dos o tres días consecutivos por las mañanas en ayunas [5,7,12,14,16,17,20,37].

En comarcas donde esta planta es escasa, por ejemplo en el Cabo de Gata-Níjar (Almería), se dice que puede ser reciclada, es decir, que una misma porción de planta es útil para hacer la infusión varias veces [7]. Además se puede mezclar, contra los **cálculos renales**, con flor de naranjo, "pelos" de maíz, cola de caballo o quebrantapiedras (*Herniaria cinerea* DC. in Lam. & DC.) [9,19].

Tanto en el Pallars (Cataluña) como en Sierra Mágina (Jaén), la doradilla preparada en tisana ha sido citada como antiemorreica, es decir, para **regular la regla**, y en algunos pueblos de La Mancha la mezclan con el mismo fin con culantrillo (*Adiantum capillus-veneris* L.) [8,16,34,35]. En Carcabuey (Córdoba), los dolores de la regla se alivian tomando ginebra mezclada con la infusión de esta planta [9].

Concepción, embarazo, parto y puerperio

Ligado al uso antiemorreico citado anteriormente, la tisana de las frondes ha sido citada como **abortiva** en varios territorios peninsulares [1,16,24].

Sistema respiratorio

Aunque no es una de las plantas más utilizada y citada con este fin, con la doradilla se elaboran diversos preparados con acción **antitarral** y **antitusígena** [2,3,6,9,13,18,21,29,30,32,37,40]. En general se usa el cocimiento o la infusión de las frondes. En Carcabuey se

prepara sola o mezclada con colicosa (*Micromeria graeca* (L.) Benth. ex Rchb.) o con la raíz de sieteenrama (*Potentilla reptans* L.). Se toma por las noches y se prepara con un número impar de frondes y, en caso de mezclarlas, un número impar de las partes de las otras plantas. Para la tos se prepara un jarabe hirviendo la planta y añadiendo azúcar moreno. El agua toma un color rojo. Puede sustituirse por limón en caso de no tener doradilla [9]. En las comarcas centrales valencianas, se utiliza en ocasiones mezclada con hojas de níspero (*Mespilus germanica* L.) para el resfriado [27].

También en el Montseny, se usa para la **irritación de la garganta**, como antiséptica y antiinflamatoria faríngea, y se puede mezclar con escaramujo (*Rosa canina* L.) y tila (*Tilia platyphyllos* Scop.) [21,22]. En Rute, Córdoba, se mezcla con colicosa (*Micromeria graeca*) para la gripe [5].

Musculatura y esqueleto

En el Pirineo Aragonés, los **dolores musculares** se alivian dando fricciones con el cocimiento de la doradilla [12].

Piel y tejido celular subcutáneo

Tanto el cocimiento como la polvorización (de color rojo) y el jugo de las frondes sirven para desinfectar **heridas**, lavando la zona afectada varias veces al día [12,18]. En Menorca se prepara un ungüento mezclando esta planta con grasa de cerdo con la misma finalidad [28]. En Navarra se tomaban las frondes en infusión para cicatrizar **granos**, **sarpullidos** y **espinillas** [37] y en Salamanca se usan las hojas, aplicadas directamente en uso externo para tratar los **sabañones** [1].

Sistema nervioso y enfermedades mentales

La infusión de las frondes se ha usado para el **dolor de cabeza** y como **relajante** para los nervios en Carcabuey, Rute y en el Alt Empordà [5,9,31-33].

Órganos de los sentidos

En La Cerdanya (Cataluña), las frondes se cuecen en aceite y el preparado se instila en la oreja para el **dolor de oídos** [25].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

En el Pallars se emplea contra el **sarampión** y la **rubéola** en forma de tisana [34].

Síntomas y estados de origen indefinido

Utilizada para tratar diversos síntomas de origen indefinido. En Castilla-La Mancha y Murcia se empleaba como **febrífugo** en calenturas fuertes o recurrentes [16-18]. Para **calmar el dolor**, en el Pallars se toma la doradilla en tisana [35], en Rute en forma de infusión sola o con colicosa (*Micromeria graeca*) [5], y en Salamanca se calientan las hojas y se ponen directamente para tratar el dolor de pies [1]. En las comarcas centrales valencianas se emplea para tratar **inflamaciones** [27].



Joaquín Molero / Mesca

VETERINARIA

Musculatura y esqueleto

Para los dolores musculares en animales, en el Pirineo Aragonés aplican el cocimiento en forma de fricciones [12].

Piel y tejido celular subcutáneo

Igual que en medicina humana, en el Pirineo Aragonés el cocimiento de las frondes se usa en veterinaria como vulnerario externo, lavando las heridas varias veces al día [12].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

En el Pallars se ha recogido su uso contra la viruela en cerdos, administrada oralmente y mezclada con el agua de beber [34,35].

USO TÓXICO Y NOCIVO

Tóxicas para humanos o animales

En algunas zonas se recogen efectos secundarios importantes del consumo de esta planta relacionadas con su uso hipotensor. En Monzón (Huesca), los informantes aseguran que no se puede tomar mucha, pues te quedas sin fuerzas [13], y en el Montseny dicen que rebaja mucho y que solo se debe poner un puñado de la planta verde por tres cuartos de litro de agua, y se toma un vaso por la mañana y otro por la tarde [21,22].

INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Cosmética, perfumería y limpieza

Antiguamente, el agua del cocimiento de doradilla mezclada con ceniza se empleaba en el pueblo de Hecho (Pirineo Aragonés) para lavar la cabeza y fortalecer el pelo [12]. En Mallorca también se ha citado este cocimiento para "enrubiar" o aclarar el pelo [41].

USOS SOCIALES, SIMBÓLICOS Y RITUALES

Usos recreativos

El nombre de "sardineta" se lo ponían los niños y las niñas cuando jugaban a cocinitas con este y otros helechos de frondes divididas y de pequeño tamaño [13].

ECOLOGÍA

Diferenciación y ciclos biológicos

En El Caurel, Galicia, dicen que cuando está seca y se pone en agua, se abre [39]. Durante el verano se seca y muere, y vuelve a aparecer cuando llueve [29,30].

Hábitat

Crece en las paredes o casas viejas [21,29,31] y cerca de los pozos [29,30]. En Mallorca, algunos informantes precisan que este helecho crece en las paredes que miran al norte y sobre todo en las construcciones de piedra seca como barracas, caminos y albarradas tan característicos de la isla [19,20].

MANEJO DE LAS ESPECIES

Recolección

En los lugares en los que la doradilla forma parte de la etnofarmacología local, la gente recolecta esta planta durante todo el año, aunque es más difícil de encontrar en verano porque se seca [8]. En zonas de los Monegros (Aragón), donde la planta escasea o está ausente, también usan este mermasangre y es tan importante en el recetario tradicional de la zona que suben a buscarla hasta el Somontano de Guara [12].

Comercialización

En las comarcas centrales valencianas se recogía mucho para vender en Barcelona a diez céntimos de peseta el kilo [27]; es un helecho que se comercializa bastante en herboristería [12].

REFERENCIAS HISTÓRICAS

La doradilla es una planta empleada desde tiempos remotos. De ella recogen algún uso médico tanto Dioscórides como Galeno. Dioscórides habla de la doradilla en el capítulo CXLV del Libro III, denominándola *asplesio* según traduce Laguna en el siglo XVI, comparándola y estableciendo su semejanza con otras especies de helechos hoy reconocidos como parte de los géneros *Polypodium* y *Phyllitis* [42]. Este concepto amplio del *asplesio* de Dioscórides agrupa de alguna manera aquellos helechos que tienen algún efecto en los problemas



Teresa Tomás



del "splen" esto es, del bazo. Así, el médico grecorromano nos dice que sus "hojas", que son vellosas en la parte basal, cocidas en vinagre e ingerida su cocción durante 40 días "disminuyen el bazo" y que majadas y aplicadas externamente con vino tienen el mismo efecto. También, nos dice, "son útiles para el estilicidio (incontinencia) y la retención de la orina, frenan la ictericia y los pólipos y deshacen las piedras de la vejiga". Finalmente hace mención a un uso o virtud que no hemos encontrado en autores posteriores: "hacen a la mujer estéril [¿efectos antoconceptivos?] pero para conseguir este efecto hay que cogerlas [las doradillas] de noche y sin luna".

En los autores andalusíes, el médico Ibn Wāfid (siglo XI) [43] aumenta esta confusión mezclando bajo el término de "doradilla" las virtudes de *Ceterach officinarum* con las "escolopendras" [*Phyllitis scolopendrium* (L.) Newman, *P. sagittata* Guinea & Heywood]. El autor coincide con la opinión de su contemporáneo y también médico Ibn Zuhr (Avenzoar en Alonso de Herrera) en reconocer esta especie (lo mejor grupo de especies) bajo el término 'uqrubān. También repite la idea de Dioscórides de que quien quiera utilizarla para impedir el embarazo conviene que la arranque una noche después de la luna nueva.

En la 'Umda de Abū I-Jayr (siglo XI) [44] encontramos un concepto igualmente amplio de "doradilla" de nuevo bajo el término 'uqrubān ('Umda, 3456). Con este nombre el autor sevillano-andalusí describe varios helechos de al menos cuatro géneros diferentes entre los cuales creemos se encuentra no solo *Ceterach officinarum* sino también otras especies como *Phyllitis scolopendrium*, *P. sagittata*, *Asplenium*

trichomanes L. y *Blechnum spicant* (L.) Sm.. En nuestra opinión, la auténtica doradilla, esto es *Ceterach officinarum*, sería el 'uqrubān sagir de Abū I-Jayr, es decir la "doradilla pequeña" que también es allí denominada "compostura de roca" (tal vez en referencia a que vive "pegado" a la roca). Además de citar muchas de las propiedades medicinales que cita Dioscórides (calmante del dolor de cabeza, ictericia, tos flemática) menciona otras como la de "reducir contusiones y fracturas", lo que podría aludir a sus virtudes antiinflamatorias.

Entre los médicos andalusíes no hemos encontrado identificada esta especie en la traducción de Leclerc de Ibn al-Baytar [45] pero sí en la traducción de Meyerhof [46] de la Materia Médica de Maimónides, bajo el término sarjas (en persa *kildāru*) reconociendo sus virtudes para las enfermedades del bazo y vías urinarias.

En una receta del médico morisco Román Ramírez, que ejerció su medicina en la segunda mitad del siglo XVI y que fue procesado por la Inquisición, se recoge una mezcla de doradilla y azafrán (*Crocus sativus* L.) en infusión para "las upilaciones de la matriz", para aquellas señoras que les faltaba el fluido menstrual [47].

■ VALORACIÓN

La doradilla es uno de los helechos medicinales más comunes de España por su acción sobre los sistemas respiratorio, genito-urinario y circulatorio, y no solo en la medicina tradicional, también desde tiempos antiguos en herboristería.

Aunque no es una de las plantas más populares y que se citan en los primeros puestos de los listados etnobotánicos de los territorios que nos ocupan, de la doradilla siempre se suele recoger algún uso, o al menos un nombre, y por eso se puede afirmar que forma parte indisoluble de la etnoflora medicinal ibérica.

Es habitual en los muros y fisuras de rocas, también cerca de las habitaciones humanas; por eso y por su color dorado es fácilmente reconocible para las personas que la quieren usar. El característico color dorado de sus frondes, sobre todo en verano cuando está seca, da lugar a tanta variedad de nombres populares.

■ REFERENCIAS

1. Velasco *et al.* 2010; 2. González *et al.* 2010; 3. González 2009; 4. Gallego & Gallego 2008; 5. Sánchez Romero 2003; 6. Benítez 2009; 7. Martínez Lirola *et al.* 1997; 8. Mesa 1996; 9. Molina 2001; 10. San Miguel 2004; 11. Lastra 2003; 12. Villar *et al.* 1987; 13. Ferrández & Sanz 1993; 14. Latorre 2008; 15. Verde *et al.* 1998a; 16. Verde 2002; 17. Rivera *et al.* 1994; 18. Rivera *et al.* 2008; 19. Carrió 2013; 20. Carrió & Vallès 2012b; 21. Bonet 2001; 22. Bonet & Vallès 2006; 23. Rigat 2005; 24. Rigat *et al.* 2006; 25. Muntané 1991; 26. Muntané 1994; 27. Pellicer 2000-2004; 28. Moll 2005; 29. Selga 1998; 30. Parada *et al.* 2002; 31. Parada 2008; 32. Parada *et al.* 2009; 33. Parada *et al.* 2011; 34. Agelet 1999; 35. Agelet 2008; 36. Oltra 1998; 37. Barandiaran & Manterola 2004; 38. Lacoizqueta 1888; 39. Blanco 1996a; 40. González-Tejero *et al.* 2008; 41. Bonafè 1977-1980; 42. Laguna 1555; 43. Ibn Wāfid 1997; 44. Abū I-Jayr 2004-2010; 45. Ibn al-Baytar 1877-1883; 46. Meyerhof 1939; 47. García Ballester 1984.



Doradilla; traducción de Dioscórides de Laguna. Libro III: 359 (1555)

