



## Malva sylvestris L.

Familia: Malvaceae

malva, malma

### USOS PRINCIPALES



### GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

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

Emilio Laguna Lumbieras

## NOMBRES VULGARES

**Castellano:** malva (nombre generalizado), malva dulce (AN). Frutos: panecillos (AR, CB, CL, CM, MD), panetes (AR, CL, CM, MC), panes (CB), panines (CL), panecitos (EX); botones (AN, EX), botonillos (CM); pan y quesito, pan y quesillo (AN, EX, MC), quesitos (AR, EX), quesicos (AN, MC), chicha y pan (EX) [1-29].

**Catalán:** malva, mauva, valma, vauma (CT, IB, VC); malva de prat (CT), malva silvestre (IB), malva vera, malvera, malví (VC). Frutos: formatgets (CT, VC), formatges (CT); panets (IB) [23,30-62].

**Euskera:** malma; zigin (NC, PV), mamukio (PV) [2,63].

**Gallego:** malva, malveira (GA) [64-66].

## DESCRIPCIÓN

Hierba de 30-100(150) cm, bianual o perenne, a menudo rastrera, glabra o pelosa, con pelos simples y estrellados. Hojas palminervias, dentadas o aserradas, las basales largamente pecioladas, redondeadas, con lóbulos poco profundos, las caulinares con lóbulos más profundos y peciolas más cortos. Flores 3-6 cm de diámetro, en fascículos axilares o terminales. Cáliz con 3 piezas libres, elípticas, y 5 sépalos de 4-9 mm, triangulares. Corola con 5 pétalos libres, de 15-30 x 8-12 mm, color púrpura o malva, con nervios más oscuros, en general bifidos. Estambres numerosos, soldados por los filamentos en un tubo. Fruto en esquizocarpo aplanado que se abre en mericarpos o gajillos, de 10-13 x 1,5 mm, cada uno de los cuales contiene una semilla.

## HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

En medios nitrificados, como bordes de caminos, lugares incultos y cercanías de zonas con actividad humana y de animales domésticos. 0-1600 m.

Florece entre marzo y octubre.

Muy frecuente en Eurasia y N de África; también en Azores y Madeira; casi cosmopolita. Crece en casi toda la Península Ibérica e Islas Baleares.

## CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

### ALIMENTACIÓN HUMANA

#### Comestibles-Verduras y hortalizas

Su uso como **verdura** no es raro y está relativamente extendido, aunque no es su uso alimentario principal, ni es una de las verduras silvestres mejor reputadas. Se conoce de Andalucía [3,8,15,20], Cataluña [52,55], Comunidad Valenciana [56] e Islas Baleares [39].

Las hojas tiernas se comen frescas en ensalada en el Alt Empordà [52] y en Córdoba [8,15], solas o acompañando a otras plantas. En la misma comarca catalana se comen también escaldadas, al igual que en las comarcas centrales valencianas [56] y en Mallorca [39]. Se ha mencionado el consumo de las hojas fritas [19]. En el Cabo de Gata [20] la elaboración del producto es más compleja, puesto que las hojas de malva se cocinan en guisados, solas o con otras hierbas. Más raramente se consumen los pétalos, en crudo y en ensaladas [39].

#### Bebidas alcohólicas

Tanto la flor como el fruto entran en la composición de **licores** caseiros del tipo de las ratafías en Cataluña [30-32,52,53,58,59].

#### Bebidas no alcohólicas

La **infusión** de las flores se consume como refrescante en la comarca catalana de La Garrotxa [45].

#### Golosinas y masticatorias

Se consumen sus frutos *in situ* en el campo, a modo de **golosina**. Se pueden tomar ligeramente inmaduros o bien maduros, ya sea en plena sazón o incluso cuando empiezan a secarse en la propia planta. El fruto adopta una forma que puede recordar a un queso cortado en porciones o a algún tipo de panecillo (como los denominados de Viena en algunas partes), por lo que en muchos casos se conocen con nombres populares como panes, panecillos o quesitos. Este es el uso más famoso, frecuente y extendido de la malva. Se da prácticamente en todos los territorios en los que la especie está presente, como Andalucía [3,4,15,20], Aragón [29],



Cantabria [21,22], Cataluña [52], Castilla-La Mancha [24], Castilla y León [5], Galicia [66] y Murcia [23].

## ALIMENTACIÓN ANIMAL

### Forraje verde o seco

En Galicia [65,66] se dan de comer las hojas a los **cerdos**, a menudo junto con otras plantas como berzas, y siempre con alguna indicación medicinal colateral, como digestiva o para reforzar en una convalecencia. En el Parque Natural de la sierra de Cazorla, Segura y Las Villas se indica de manera genérica que sirve de alimento para animales [14]. Sin embargo, no se trata de un uso muy extendido, ni la planta en cuestión es de las de primera elección en la alimentación del ganado.

### Pasto

En el Cabo de Gata [20] se aprovecha como pasto para el **ganado caprino** y **lanar**, aunque, por el contrario, en Cantabria [22] se opina que en los pastos el ganado la rechaza.

## MEDICINA

La malva es una de las plantas medicinales populares por excelencia, de modo que su uso en farmacia está bastante más extendido y diversificado que el alimentario, dándose prácticamente en todas las comunidades en que la planta crece.



Joaquín Molero Mesa

### Sistema circulatorio

En muchas zonas se usa la parte aérea como **antihemorroidal** [p. ej. 3,22,29,58,66,67]; en el Poniente Granadino [3,4], por ejemplo, se aplica mediante los vapores que se desprenden del cocimiento de la planta y limpiezas ulteriores con la tisana obtenida. En Cantabria [21,22], además, se utiliza para **bajar la presión sanguínea** y en La Cerdanya [49-51], la planta entera en decocción se toma para mejorar la **circulación** de la sangre.

### Sistema digestivo

La parte más usada para estas aplicaciones es la flor, aunque se puede utilizar también la hoja e incluso la parte aérea entera, florecida o no. Encontramos con frecuencia los usos como **antiinflamatorio** y **antiespasmódico intestinal**, para el **dolor de estómago**, de vientre o de tripas y para tratar úlceras gástricas [p. ej. 3,25,30,52,64].

También se emplean como **laxante** o **purgante**, por ejemplo en el Alt Empordà, el Baix Empordà, en los Pallars y en la provincia de Castellón [32,48,52,60] y como **antidiarreico** [p. ej. en el Pallars [30-33]]. Por contradictorio que pueda parecer, en un mismo territorio, Pallars, se recogen los dos usos: la flor de malva va acompañada de chocolate a la piedra rallado para el primero y de aceite de oliva para el segundo. En todos esos casos la planta se ingiere en tisana, obtenida por infusión o decocción. Se usa también para la **inflamación de la boca** y para el **dolor de muelas** [25,37,52,64,66]. Para estos menesteres, se pueden emplear también las flores, aunque las hojas y la parte aérea son más comunes. Puede ingerirse una tisana o, mucho más a menudo, hacer enjuagues bucales (para el primer caso) o aplicar emplastos consistentes simplemente en una hoja de malva escaldada (para el segundo). En La Coruña los frutos se usan para **frotar encías inflamadas** o **sangrantes** [66]. Otras dos aplicaciones peculiares son para casos de **empacho**: en Cantabria [21,22] se ingieren los frutos y en Segovia [5] se aplican las hojas asadas, colocadas entre dos paños, a modo de cataplasma en el vientre del empachado.

### Sistema genito-urinario

La parte aérea, en flor o sin ella, se usa en infusión o decocción para lavados en zonas genitales femeninas y específicamente en casos de **inflamación de ovarios** e **infección vaginal** [3,64,66]. Para **durezas en los pechos**, la parte aérea cocida se aplica entre telas a modo de cataplasma. En el Poniente Granadino se utiliza en casos de **reglas dolorosas** [3,4]. Aunque no se trata ni mucho menos de su uso medicinal más típico, se emplea también como **diurética** y para tratar la **cistitis** y otros **problemas renales** [3,29,37,52,66].

### Concepción, embarazo, parto y puerperio

En las regiones catalanas del Montseny y el Ripollès [37,38,58,59], la parte aérea en flor se utiliza, ingerida en tisana, como **coadyuvante** en el **posparto**.

### Sistema respiratorio

Este es uno de los dominios en los que la malva tiene una aplicación más frecuente y extendida. Sus flores, sus hojas o la parte aérea entera se utilizan como remedio para los **resfriados**, **catarros**, **gripes**, **bronquitis** y **pulmonía** [p. ej. 3,22,25,34,52,64,67]. Para este tipo de afecciones, a veces se emplea también la raíz. La **tos** se combate con la malva. Se suele indicar la

acción demulcente que se produce con la expresión “ablandar el pecho” u otra por el estilo. A menudo también se usa en caso de **amigdalitis**, **laringitis**, **faringitis** y afecciones similares que cursan con **dolor de garganta** [5,25,52,68]. Dos de las modalidades de consumo de la planta para estos casos son en tisana, obtenida por infusión o decocción, y por inhalación de vahos. Además, no son raros los emplastos, las compresas o cataplasmas, de aplicación externa, y el jarabe, para uso interno. A modo de ejemplo, en la Sierra Norte de Madrid se usa para las anginas un emplasto con flor de malva, verbena (*Verbena officinalis* L), manteca de gallina y sal, que se aplica con un trapo en la garganta y se renueva varias veces [1]. En La Coruña se cita con este uso incluso la ingesta directa de la planta una vez limpia [66]. Además, se atribuye de manera generalizada efectos **sudoríficos** a las flores, lo que suele estar vinculado con la resolución de afecciones como gripes, resfriados y catarros.

### Musculatura y esqueleto

El uso contra **dolores musculares**, corrientemente como consecuencia de **contusiones**, está documentado en diversos territorios [3,22,37,39,52,64]. Para esta finalidad se aplica generalmente por vía externa, en forma de baños con el cocimiento de la planta o de cataplasmas o formas similares. En Mallorca [39,40] cataplasmas de este tipo se emplean para curar **esguinces**.

### Piel y tejido celular subcutáneo

Este es otro de los ámbitos terapéuticos en los que la malva goza de gran predicamento. Se utiliza en casos de **abscesos**, **callos**, **diviesos**, **eccemas**, **forúnculos**, **golondrinos**, **granos** -infectados o no-, **sabañones** e **irritaciones** varias de la piel [p. ej. 6,22,52,65]. Las flores o las hojas se utilizan principalmente para estas finalidades y se pueden aplicar directamente (normalmente previo reblandecimiento por calor, es decir algo cocidas o asadas), trituradas (y en ocasiones mezcladas con productos como manteca o aceite, coadyuvantes en la misión emoliente) y puestas como emplasto o cataplasma o bien en un paño impregnado de la tisana preparada por decocción de la planta. En el Alto Aragón [29] las hojas recién recogidas y calientes se aplican sobre los **uñeros** para reventarlos, y en Albacete [12] con la misma finalidad se usa un cataplasma con flores cocidas y un poco de aceite. También es muy frecuente su uso en **irritaciones cutáneas** causadas por contacto con ortigas o por picaduras de insectos. Igualmente es común el empleo de hojas (y a veces flores) para limpiar y curar **heridas** y **llagas**.

### Sistema nervioso y enfermedades mentales

En las regiones catalanas del Alt Empordà y Pallars [31-33,52,54] se ha citado el uso de la malva, normalmente mezclada con otras plantas, para el **dolor de cabeza**.

### Órganos de los sentidos

En la ciudad de Valencia [43], así como en el Alt Empordà y el Montseny [37,38,52,54], las flores o la parte aérea en flor se usan como **antiséptico ocular**, en enjuagues y baños.

### Síntomas y estados de origen indefinido

En varias regiones de Cataluña [31,54] y en el Pirineo Aragonés [29] se ha indicado para hacer bajar la **fiebre**.

## VETERINARIA

### Sistema digestivo

La parte aérea se usa en decocción como **antidiarreica**, en ocasiones mezclada con otras plantas, como en las regiones catalanas del Montseny y los Pallars [30,38]. Contrariamente, en el Alto Aragón [29] la planta tiene utilidad contra **espasmos intestinales** y para desinflamar,

pero también se usa como **purgante**, volviendo a ocurrir lo que describíamos en medicina humana de la convivencia de los usos antidiarreico y laxante en esta planta. En La Coruña se da a los animales hervida junto a otras verduras, como **digestiva** [66]. También se administra en tisana para el **dolor de barriga**, al igual que en Navarra [2].

### Concepción, embarazo y parto

Se usa sobre todo en el **posparto** de animales. Así, por ejemplo, la tisana se emplea externamente para lavar a los animales que han parido en Cantabria [21,22] e internamente para ayudar a **eliminar la placenta** (lo que se suele manifestar con expresiones como “para que queden limpias por dentro”) en diversas áreas de Cataluña como Les Guilleries [61] y Pallars [31]; en este último territorio también se administra, con la misma finalidad, la planta entera cocida.

### Sistema respiratorio

El empleo de malva, tanto interna como externamente, está documentado para **resfriados**, **catarros**, **pulmonías** y afecciones similares del ganado [2,22,25].

### Musculatura y esqueleto

La malva ha sido utilizada para aliviar **contusiones** de los animales, dando fricciones en la zona afectada con el agua resultante de la infusión [66].

### Piel y tejido celular subcutáneo

Al igual que en medicina, las afecciones dérmicas son ampliamente tratadas con malva en los animales domésticos, sobre todo en uso externo, ya sea en limpias con tisana o en emplastos o cataplasmas. Entre otras aplicaciones podemos enumerar las de limpiar y cicatrizar **heridas** (producidas por accidentes o por intervenciones quirúrgicas) o



Ernio Laguna Lumbieras



úlceras, solucionar cojeras o torceduras de patas o pezuñas o desinfectar y curar otras enfermedades de la piel [22,37,58,64-66].

### Sistema nervioso

La infusión ha sido usada para calmar a animales excitados en La Coruña [66].

### USOS MEDIOAMBIENTALES

#### Malas hierbas

En general la gente conoce bien esta planta y su ecología, asociándola a lugares con influencia de la actividad humana. Es por ello frecuentemente considerada mala hierba (y señalando a veces que hay que eliminarla) [p. ej. 52,61], sin que ello sea óbice para apreciarla bastante.

#### Bioindicadores

En distintos territorios, como los Pallars [30] y Mallorca [39], se considera planta indicadora de buena calidad del suelo para la agricultura (concepto a veces señalado como "terreno graso" o "tierra fértil"), lo que tiene su lógica teniendo en cuenta que la planta vive preferentemente en terrenos ricos en nitrógeno, es decir, bien abonados.

### USO ORNAMENTAL

#### Adornos florales y plantas de interior

Los pétalos de las malvas son vistosos y se tiene la idea de que se trata de flores que duran bastante una vez recolectada la planta (que mantienen durante largo tiempo el color y una cierta consistencia). Por ello se puede hacer uso de las mismas en decoración. Algunos ejemplos están a medio camino entre lo ornamental y lo ritual, y los citaremos en el siguiente apartado.

### USOS SOCIALES, SIMBÓLICOS Y RITUALES

Esta especie ha sido bastante productiva en este tipo de utilizaciones no ligadas al consumo de la planta, pero sí a su empleo, tangible o intangible, en distintas actividades de la vida.

#### Rituales del ciclo anual

En el Alt Empordà [52] las flores se usan en la confección de alfombras del día del Corpus. De manera mucho más extendida, se trata de una planta típicamente asociada al día de San Juan y, en menor grado, al de San Pedro, mencionándose que si se recoge en la noche víspera de este día tiene mayor poder [29,66,69]. Tanto en la Sierra Norte de Madrid [1] como en algunos lugares de Cataluña [31,32] existe la idea de que la malva recogida la noche de San Juan y dejada secar y colgada florece de nuevo en Nochebuena.

#### Rituales del ciclo de vida

Las flores entran en la elaboración de ramos para depositar en cementerios [52].

#### Literatura oral popular

Existen dichos populares relativos a esta especie como uno que tiene dos versiones antagónicas. En Albacete y Murcia [12,23] dicen "si te curas con malvas, mal vas" y, con una ligera modificación dicen en León [16] "si te curas con malvas, vas mal"; en cambio, en el Pirineo Aragonés [29] afirman -e incluso los niños aprenden en las escuelas- "malva te doy por remedio / con malva te has de curar / y si no curas con malva / mal vas con tu enfer-

medad". El uso vinculado con el final de la vida tiene su complemento en la muy extendida expresión "criar malvas" (en catalán *criar malves* o *fer malves*), que se refiere a estar muerto y que evoca la ruderalidad y la nitrofilia de esta especie. En las Islas Pitiusas [62] la malva forma parte de una adivinanza, cuya solución es la cabra: *darrere una estepa / menja malva, verda i seca* (detrás de una jara / come malva, verde y seca).

#### Usos recreativos

La ingestión de los frutos por los niños tiene sin duda un componente lúdico. Podemos señalar, además, que en Cantabria estos frutos hacían de tortilla cuando los niños jugaban a comiditas [22].

### ■ REFERENCIAS HISTÓRICAS

Aparece citada en la obra de Dioscórides (siglo II), traducida al español por Laguna (siglo XVI). Allí se comentan algunos de sus usos medicinales [70]; "contra las puncturas de bejas y abispas", "su cozimiento ablanda los lugares secretos de las mugeres", "sirve a las mordicaciones de la vexiga, de las tripas".



Teresa Tomás

Fue conocida y con toda probabilidad utilizada desde épocas muy antiguas en tierras ibéricas, como lo demuestra la mención de Columela (siglo I) "la malva que al sol inclinada se vuelve" [71]. También Isidoro de Sevilla explica el origen del nombre y aprovecha para comentar algunas de sus virtudes: "la malva, es así denominada por derivar del griego *malassein* (suavizar) porque tiene la virtud de ablandar y soltar el vientre. Su jugo, si una persona se unta con él, mezclado con aceite, tiene la propiedad según dicen de impedir ser herido por las abejas. Las hojas de la malva, majadas con aceite y puestas sobre los escorpiones las provocan, según se cree, el sueño" [72].

En la Edad Media y en al-Andalus, encontramos nuevas citas de su uso medicinal. Así, según atestigua una traducción del siglo XIV del árabe al catalán del *Libre de les medicines particulars*, del médico de Toledo del siglo XI, Ibn Wāfīd: la planta se denomina en árabe *habbeze* y en catalán *malva* y se le atribuyen estas virtudes:

"ablaneixen e solven e son auls a l'estomag e valen als budells e a la vexiga e la fulla quan es picada ab sal val a les fistoles que son en los ulls e menys de sal val a les fibladures de les abelles. E quan la femna es posada en la sua decoccio menys de sal tol la durea de la mare. E la fulla e la rail valen al puzo e fan venir leyt ea tolen la durea dels pitz e de la vexiga e dels ronyons" [73].

Sin embargo Ibn Baṣṣāl (siglo XI) discípulo de Ibn Wāfīd, no la cita [74]. Ahora bien, el amplio conocimiento de las malvas y los malvaviscos y sin duda de sus virtudes y aplicaciones queda perfectamente demostrada en la obra de Abū l-Jayr (siglos XI-XII). En la *Umda* de este autor se diferencian hasta doce especies diferentes (*hubbāzā*): malva loca, malva de monte, malva cordobesa, malva siciliana, de magos, de amapola, malva negra, malva de huerto, malva del agua, malva del hechizo, junto a malvaviscos y alteas. Los nombres romances de *mālbaš* y *ālīāeā* aparecen ya en este texto. Entre las primeras distinguimos algunas especies de *Lavatera* (*L. cretica* L., *L. arborea* L.) y muchas más de *Malva* (*M. sylvestris*, *M. neglecta* Wallr., *M. parviflora* L., *M. cretica* Cav. o *M. tournefortiana* L., entre otras). Se citan algunos usos, principalmente ornamentales (al menos cinco asociadas a este uso) y medicinales. De las malvas se dice claramente que las hay "de huerto y silvestres", es decir, una vez más estamos ante plantas que están en proceso de domesticación, y entre todas ellas destaca una de la que dice ser "la malva comestible que conocen todos, de ramas de color antimonio, hojas rizadas y pequeño tamaño, aunque hay una variedad mayor. Crece mucho en la proximidad de saladares y sesteaderos de ganado mayor y menor, llamándose esta especie en romance *mālbaḥ*, en bereber *miššīr* y *fi simmā*". No sabemos si se refiere más adelante y en otro párrafo, a la misma o parecida especie cuando dice que con "sus flores se prepara un jarabe laxante"

Una obra muy importante sobre la vida rural, que fue en su época un *best-seller* tanto en su edición original catalana de 1617 (*Llibre dels secrets de agricultura, casa rústica y pastoril*, de Miquel Agustí) como en varias ediciones ulteriores en castellano, recoge también el uso de esta planta [76]. Dice de ella que es *herba que naix per totes parts* y que es propia de *terra grassa e humida*, asignándole estas propiedades:

"... gran virtut en mollificar, serveixen també en evacuar lo cos, especialmente en aquietar la dolor dels ronyons, a fer orinar, y lo such mesclat ab oli guareix la picadura de las vespas. Lo such de las malvas mesclat ab vi ajuda a la dona que va de part. Las fullas de las malvas picadas y pastadas, mescladas ab fulla de salze, y ab oli rosat, llevan la duresa de la mare".

Repasando el contenido de esta ficha se pueden encontrar, perpetuados hasta el momento presente, prácticamente todos estos usos documentados hace ya tantos siglos.

La popularidad de la malva hace que sea mencionada en El Quijote: "Esto allá se ha de entender -respondió Sancho- con los que nacieron en las malvas" [77]. Es también una de las plantas que componen el poema *Camí florit* del mallorquín Josep M. Llopart, que consta solamente de nombres de plantas -sonoros y evocadores- excepto en sus dos últimos versos, que contienen alguna otra palabra y son: *i en l'aire color de vauma, l'esgarrifança d'un poll* (y en el aire color de malva, el escalofrío de un chopo) [78].

## ■ VALORACIÓN

Es una de las plantas más conocidas por la gente y más reputadas, especialmente en medicina popular. Cuesta hallar a alguna persona que no conozca, al menos de nombre, la malva y raro es quien no puede decir alguno de sus usos. Su utilización alimentaria es cada vez más rara, puesto que se trata en la práctica más de un juego de niños que de una función alimenticia y sabido es que los niños cada vez juegan menos con plantas; de todos modos, muchos mayores se acuerdan bien de haber mordido más de una vez los quesitos o panecillos de malva. En contraste, el uso medicinal (tanto en medicina como en veterinaria) seguro que ha decrecido -como todos los usos populares de plantas en sociedades industrializadas-, pero sigue vigente al menos en cierto grado y, sin duda, está todavía muy presente en la memoria popular.

## ■ REFERENCIAS

1. Aceituno-Mata 2010; 2. Akerreta 2009; 3. Benítez 2009; 4. Benítez *et al.* 2010a; 5. Blanco 1998; 6. Blanco & Cuadrado 2000; 7. Tejerina 2010; 8. Casana 1993; 9. Sánchez Romero 2003; 10. Cobo & Tijera 2011; 11. Criado *et al.* 2008; 12. Fajardo *et al.* 2000; 13. Fajardo *et al.* 2007; 14. Fernández Ocaña 2000; 15. Galán 1993; 16. García Jiménez 2007; 17. González-Tejero 1989; 18. Guzmán 1997; 19. Hadjichambis *et al.* 2008; 20. Martínez Lirola *et al.* 1997; 21. Pardo de Santayana 2004; 22. Pardo de Santayana 2008; 23. Rivera *et al.* 2008; 24. Rivera *et al.* 2006b; 25. San Miguel 2004; 26. Velasco *et al.* 2010; 27. Verde *et al.* 2008; 28. Ferrández & Sanz 1993; 29. Villar *et al.* 1987; 30. Agelet 1999; 31. Agelet 2008; 32. Agelet *et al.* 2002; 33. Agelet & Vallès 2003a; 34. Barber *et al.* 2005; 35. Batet *et al.* 2011; 36. Belda & Bellod 2006; 37. Bonet 2001; 38. Bonet & Vallès 2006; 39. Carrió 2013; 40. Carrió & Vallès 2012b; 41. Carrió *et al.* 2012; 42. Climent 1992; 43. Fresquet *et al.* 2001; 44. Garnatje *et al.* 2012; 45. Llongarriú & Sala 2005; 46. Moll 2005; 47. Mulet 1990; 48. Mulet 1991; 49. Muntané 1991; 50. Muntané 2002; 51. Muntané 2005; 52. Parada 2008; 53. Parada *et al.* 2002; 54. Parada *et al.* 2009; 55. Parada *et al.* 2011; 56. Pellicer 2000-2004; 57. Raja *et al.* 1997; 58. Rigat 2005; 59. Rigat *et al.* 2006; 60. Saura 2009; 61. Selga 1998; 62. Torres 1999; 63. Menendez Baceta *et al.* 2012; 64. Anllo 2011; 65. Blanco 1996a; 66. Latorre 2008; 67. Alcántara 1990; 68. Blanco & Díez 2005; 69. Barandiarán & Manterola 2004; 70. Laguna 1555; 71. Columela 1988; 72. Isidoro de Sevilla 1982; 73. Faraudo 1943; 74. Ibn Baṣṣāl 1995; 75. Abū l-Jayr 2004-2010; 76. Agustí 1988; 77. Morales 2005; 78. Llopart 1990.

