



Rumex pulcher L.

Familia: Polygonaceae

romaza, paradella,
lampaza

USOS PRINCIPALES



GRADO DE AMENAZA Y PROTECCIÓN LEGAL

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

María Molino

NOMBRES VULGARES

Castellano: romaza (AN, CL, CM, CN, EX, MC, MD), romanza (AN, CL, CM, EX, MC, MD, VC), arromaza (CL, CM, EX, MD), arromanza (CM, EX), romanza real (AN), romanza común (CL), jarrumazas, romancilla (CM), arromada, romada (EX); vinagrera (AN, CM, MC, MD); alborraza (AN, CL); ramonas (AN, CM); acederones (CM, CL), aciadera, adeas de burro (CL), acedera, acedera de burro (CM), acedera de lagarto (MD); lengua de vaca (CN, MD); mastranzo (CL, CM); alabaza, labasa (CN), lapazuala, napazuala, rapazuala (AR); espinaca de campo, espinaca silvestre; parpucha (AN); orejas de burro (CL); arnazas; verzoletas (CM); churrilala; pucharaca; tabacalera (MD); lengua de buey (EX) [1-38].

Catalán: paradella (CT, IB); cama-roges; llengua de bou; peixo; sang-cuit; Santa Maria (CT); mal-llaure, mal-llaures, mallaures; romança; tabaquera (VC) [39-43].

Gallego: lampaza, herba alabarza, labarza, llabaza, llampaza; carvesa (GA) [26].

DESCRIPCIÓN

Planta perenne, hasta de 90(120) cm, papilosa, con tallos erectos, estriados. Hojas basales con limbo de 3,5-14(20) 1,5-5(6) cm y peciolo más corto, ovado-oblongas o lanceolado-oblongas, algo carnosas, redondeadas en la base, de márgenes ondulados; a menudo con un estrechamiento. Inflorescencia muy ramosa, en racimos espiciformes, en verticilos separados y bracteados. Piezas externas del perianto de 1,5-2 mm. Valvas fructíferas, que proceden de las piezas internas del perianto, de 3,5-6(7) 1,7-4,5 mm; de ovado-triangular a ovado-orbiculares, coriáceas, con nervios marcados y 2-9 dientes espinescentes a cada lado, con tubérculos basales muy prominentes. Frutos en aquenio, 2-3,5 mm, de color pardo rojizo oscuro.

HÁBITAT, FENOLOGÍA Y COROLOGÍA

Frecuente en suelos frescos de bordes de caminos, ribazos, medios alterados, cultivos y herbazales nitrófilos. Antiguamente se recolectaban en barbechos, cuando el arado romano no podía arrancar las potentes y profundas raíces. 0-1800 m.

Florece de abril a julio.

Europa y W de Asia; se encuentra naturalizada en las zonas cálidas de casi todo el mundo. En toda la Península Ibérica, Baleares y Canarias.

CONOCIMIENTOS TRADICIONALES

ALIMENTACIÓN HUMANA

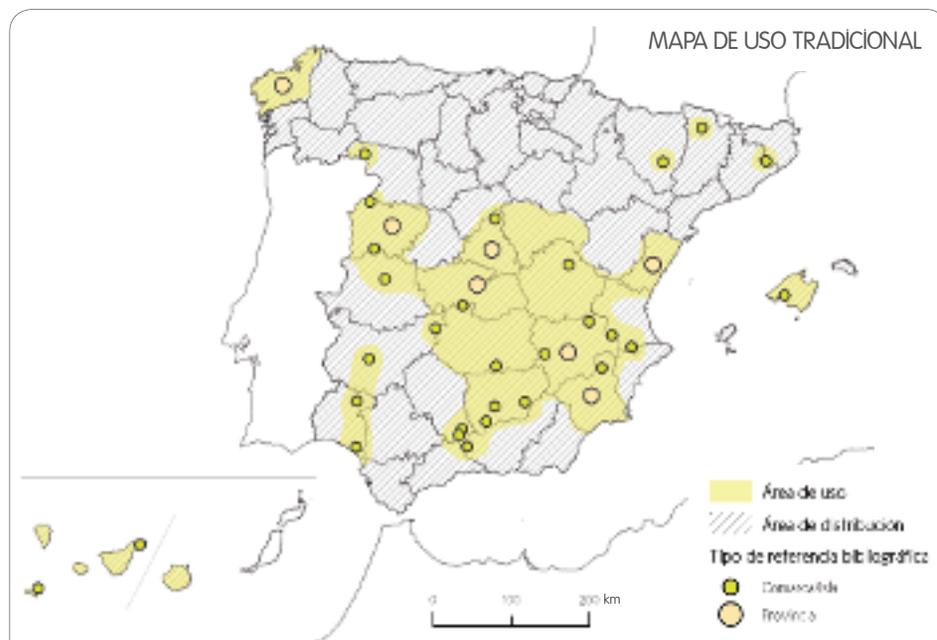
Comestibles-Verduras y hortalizas

Es una planta muy apreciada como **verdura** [1,15,22]. Su consumo se ha citado en Andalucía [1,2,4-7], Castilla y León [29,30], Castilla-La Mancha [10-15,17], Extremadura [19], Murcia [35], Cataluña [39], Madrid [22,23] e Islas Canarias [36,38]. Si bien las hojas suelen tener un sabor amargo, esta cualidad es valorada en algunos lugares, llegándose a preparar cruda en ensaladas, aderezada con vinagre, o comida directamente [1,2,4,10,30].



Javier Tardío

Autores: Ramón Rodríguez Franco y Cristina Ibancos Núñez



Generalmente no se consumen en fresco por su sabor agrídulce [19]. Lo más frecuente es hervirlas o escaldarlas [1,6,12,14,17,23,35,36]; o cocerlas durante 15 minutos, tirando el agua resultante y lavándolas después [4]. Se toma en sustitución de las espinacas [1,15] o las acelgas [11]. Después de la cocción, también pueden freírse [7,12,22]. Acompañan potajes [7,19,38], sobre todo los tradicionales de Semana Santa o Cuaresma [22,29], con bacalao [29], o con más ingredientes como patatas, garbanzos [22,30], judías y arroz [22]. Se toma también en tortilla [1,5,10], o fritas con otras hierbas como collejas [*Silene vulgaris* (Moench) Garcke], rehogadas en aceite con cebolla y ajo [4,5,23]. En Andalucía y Castilla-La Mancha se precisa que se comía “antes de la guerra” [11] o en épocas de necesidad [4,13,15], dejando expreso valoraciones negativas asociadas a su consumo.

Bebidas no alcohólicas

El caldo resultante de hervir su espiga es considerado un agua muy fresca en la isla canaria de El Hierro, y muy buena para combatir el calor. Para este uso se hierven las hojas picadas y se toma fría. Si el agua es de las raíces mejor [38]. Incluso se usa como sustituto del café [15].

ALIMENTACIÓN ANIMAL

Forraje verde o seco

Se emplea como forraje para el ganado [1,11,26,32,38] y animales de corral como pollos, gallinas y conejos [35], pudiéndose moler previamente [16]. En la Serranía de Cuenca, la parte aérea, mezclada con otras plantas, formaba parte de piensos para cerdos, a base de plantas cocidas y mezcladas con harinilla o salvado que se amasaban y se preparaban diariamente. Para ello se usaba la parte aérea de la romaza y otras plantas como cardillos [*Scolymus hispanicus* L.], ortigas o verdolagas [*Portulaca oleracea* L.] [12]. En El Atazar (Madrid) también se recolectaba para dársela a los cerdos. Se utiliza igualmente para alimentar pajarillos [6].

MEDICINA

Sistema circulatorio

El cocimiento de las hojas se usa para bajar la tensión en zonas del Pirineo Catalán [44], Aragón [24] y en las Islas Canarias [38], y contra las

“dolencias del corazón” en las sierras de Albacete, tomadas durante un novenario [18]. También se emplea como antihemorróidico [35,41] poniendo en contacto la raíz con las hemorroides y renovándola diariamente durante ocho días [41], o llevando las raíces en el bolsillo; cuando se secan las raíces lo hacen también las hemorroides [18].

Sistema digestivo

La infusión o cocimiento de hojas e inflorescencias se usa para calmar los dolores de estómago o contra los espasmos digestivos [12,15,26,35], solas o mezcladas con las de *R. crispus* L. [5,18], con la indicación de tomarse por la mañana [5,7]. Facilita la digestión [38] y se toma después de las comidas contra la aerofagia [26]. En Cataluña se prepara un emplasto triturando las hojas en un mortero o calentando una hoja hasta que quede

mustia, para finalmente aplicarla sobre la zona inflamada de la tripa [43]. Sus hojas tiernas abren el apetito y se dan en ensalada a los niños que no tienen ganas de comer [18].

El cocimiento de los tallos secos se bebe como astringente [12]; también el de frutos y semillas [5,26] -que son llamadas arroces en Castilla-La Mancha [14,18]-; el de las flores [13,16,18,35], las hojas [7,13,25], e incluso las raíces [25]. Se puede preparar una tisana de sus flores con la parte blanca de la base de los juncos [*Scirpoides holoschoenus* (L.) Soják, su parte blanca] y mejorana [*Thymus mastichina* (L.) L.] para rebajarle la fuerza [18]; o toda la planta mezclada con jopo de lobo [*Cynomorium coccineum* L.] [15]. Su uso como laxante, en cambio, está menos extendido. Se ha documentado en Extremadura, donde dicen que suelta la tripa [19], y en las Islas Canarias [38].

También se emplea el cocimiento de la planta entera mezclado con vinagre para lavar las heridas y llagas de la boca [18].

Sistema genito-urinario

El cocimiento de la planta o la raíz, según zonas, tiene efectos diuréticos [26,44], haciéndose un agua que se toma al día siguiente [38]. También puede servir para tratar las infecciones de orina [34,35].

Sistema respiratorio

Se utiliza para curar resfriados, catarros y sus síntomas en varios lugares. Por lo general se toma el caldo resultante de cocer las hojas [5,7], las semillas [26] o la parte aérea [18,41], y también se hacen gárgaras [26,38]. También se toma una tisana con sus inflorescencias junto con higos, frutos de rosas, y un chorro de limón [18]. En Salamanca, para tratar el asma se fuman las hojas secas [30].

Musculatura y esqueleto

En La Coruña se emplea como antiinflamatorio de los pies, para reblandecer espolones, bañándolos con el cocimiento de las hojas [26].

Piel y tejido celular subcutáneo

Con las hojas se prepara una cataplasma que madura granos y forúnculos [26,35], también llamados diviesos [9,17,18,20]. A veces se mezclan con aceite de oliva [18] u hojas de beleño [*Hyoscyamus niger* L.] [11] o se envuelven en una hoja de col [*Brassica oleracea* L.] [39].

También se utilizan para el acné [35], quemaduras, heridas [20], inflamaciones y úlceras [25]. La decocción de las hojas se usa para tratar la dermatitis y urticaria [21] y como dermatológico genérico [34].

Síntomas y estados de origen indefinido

Las hojas se emplean como antipirético en casos de fiebre [44].

VETERINARIA

Sistema digestivo

El caldo resultante de hervir las raíces, los frutos, las hojas o toda la parte aérea se emplea como astringente para animales en algunas zonas [25,26].

Concepción, embarazo y parto

En Les Guilleries (Cataluña) se les daba infusión de romaza y malva (*Malva sylvestris* L.) a las vacas cuando parían [43].

Sistema genito-urinario

En Galicia para hacer orinar a las burras se les daba a beber el cocimiento de las hojas [26].

Sistema respiratorio

Para curar resfriados en animales se les hace respirar un sahumero de sus hojas o frutos y cáscaras de nuez [33]. En Salamanca, para quitar la tos "se echa un puñado de romaza en el pienso y a los pocos días dejan de toser" [30].

Otras enfermedades infecciosas y parasitarias

Sus frutos secos se aplican para quitar los "rosones" o gusanos en procesos de miasis del esfínter anal de burros y mulas [32].



José Fajardo

USO TÓXICO Y NOCIVO

Trampas atraentes

En algunas zonas de Jaén se utilizan sus granos como cebo en las trampas de cazar pájaros [6].

Tóxicas para humanos o animales

Si desarrollan pintas rojas en sus hojas no se comen, por ser ligeramente tóxicas [1], amargas y astringentes [29]. En tal caso se deben hervir cambiando el agua varias veces [29].

INDUSTRIA Y ARTESANÍA

Herramientas y utensilios

En Extremadura con sus tallos secos humedecidos se hacían escobas o "baleas" para barrer la era [19], recolectándose cuando estaba con los tallos endurecidos, secos y con frutos [19,20]. Las mismas escobas sirven para barrer corrales, cuadras, patios, piconeras, chimeneas y la calle. Se elaboran también con otras especies del género *Rumex* [17,20].

USOS MEDIOAMBIENTALES

Malas hierbas

En algunos lugares se considera una mala hierba, que si la comen las vacas esparcen sus semillas por otros sitios [26]. Esta y otras especies de *Rumex* (*R. obtusifolius* L. y *R. crispus*) consideradas no comestibles y denominadas "carbeas" en la zona de Sanabria, La Carballada y los valles del Tera y Vidriales (Orense, León, Zamora), son consideradas malas hierbas de los cultivos [27].

USO ORNAMENTAL

Adornos florales y plantas de interior

Los tallos de la inflorescencia forman parte de ramos de flores y composiciones de hojas secas para adornar la casa [14,26,30,35].

USOS SOCIALES, SIMBÓLICOS Y RITUALES

Literatura oral popular

Las romazas han llegado a formar parte de coplillas y del refranero popular, como en el refrán cordobés "las romanzas pa las panzas" [5].

Usos recreativos

En el Pirineo Catalán, las hojas eran usadas como bistecs cuando las niñas jugaban a las cocinitas [42].

Alucinógenas, narcóticas y fumatorias

Sus hojas, así como las de otras especies del mismo género, han sido usadas como sustituto del tabaco [11,15,17,22,26,29,35,38]. Para ello se secan, se muelen y se lían [15]. En Madrid indican que "se colocaban las hojas, agrupándolas una al revés y otra al contrario, se ataban y se dejaban secar en habitaciones donde estaba oscuro" [22]. Los frutos también se fuman, y se recogen "pasando la mano por los tallos" para después echarlos en un papel y fumarlos [30].

MANEJO DE LAS ESPECIES

Recolección

Como muchas otras plantas silvestres empleadas como verdura cocinada, suele recogerse en invierno y primavera, aunque varía según



Teresa Tomás

las zonas y condiciones meteorológicas [19,22]. Se recolectan las hojas basales tiernas antes de la floración [13,22,31]. Era frecuente en barbechos, en donde el arado romano no podía arrancar sus profundas raíces. Además el laboreo superficial le beneficiaba, con lo que se recogía como verdura muy jugosa, que ahora solo se puede conseguir en lugares frescos y sombreados [22].

Para hacer escobas se recolectaban los tallos endurecidos secos y con frutos, cuando la planta estaba *cucá* (de floración pasada) [19,20].

■ REFERENCIAS HISTÓRICAS

Columela (siglo I) [45] como otros autores de la antigüedad se refieren de forma genérica a las acederas o romazas (en este caso mencionada como planta purgante) pero resulta imposible saber a qué especie del género *Rumex* se refiere. Entre los autores andalusíes, Ibn Bassāl menciona las romazas como especies indicadoras de humedad edáfica [46]. Ibn al-'Awwām (siglo XII) cita en la segunda parte de su *Quitab al-Silaha*, cap. XXIII, artículo XI, al menos cuatro especies de romazas [47], por lo que alguna de ellas pudiera ser *R. pulcher*.

■ VALORACIÓN

La romaza es una planta muy versátil en la cultura popular, siendo su uso principal como alimento humano, pero también como alimento para los animales, con aplicaciones en medicina y veterinaria, como sustituto del tabaco, como instrumento para determinadas faenas del campo, como adorno en las casas o incluso como elemento simbólico en la literatura popular. El uso actual de la romaza parece estar en fuerte decadencia, siendo descrita en algunas de las fuentes consultadas como de una vigencia nula o baja [4,13] y utilizada solamente por la gente de mayor edad. En algunos casos indican que su descenso en el consumo guarda relación, igual que pasa con otras verduras silvestres, con el miedo de contraer una intoxicación debido al uso generalizado de pesticidas en las tierras de cultivo, donde generalmente se recolecta esta especie [4].

■ REFERENCIAS

1. Benítez 2009; 2. Casado Ponce 2003; 3. Guzmán 1997; 4. Mesa 1996; 5. Molina 2001; 6. Ortuño 2003; 7. Sánchez Romero 2003; 8. Triano *et al.* 1998; 9. Blanco 2003; 10. Consuegra 2009; 11. Criado *et al.* 2008; 12. Fajardo *et al.* 2007; 13. Molero Mesa *et al.* 2001; 14. Rivera *et al.* 2006b; 15. Sánchez López *et al.* 1994; 16. Verde *et al.* 1998a; 17. Verde *et al.* 2000; 18. Verde 2002; 19. Blanco & Cuadrado 2000; 20. Tejerina 2010; 21. Vázquez *et al.* 1997; 22. Tardío *et al.* 2002; 23. Aceituno-Mata 2010; 24. Ferrández & Sanz 1993; 25. Villar *et al.* 1987; 26. Latorre 2008; 27. Blanco & Díez 2005; 28. González 2009; 29. Piera 2006; 30. Velasco *et al.* 2010; 31. González *et al.* 2011b; 32. González *et al.* 2011a; 33. Obón & Rivera 1991; 34. Rivera *et al.* 1994; 35. Rivera *et al.* 2008; 36. Gil González *et al.* 2009; 37. Perera López 2005; 38. Perera López 2006; 39. Bonet 2001; 40. Moll 2005; 41. Mulet 1991; 42. Rigat 2005; 43. Selga 1998; 44. Agelet & Vallès 2003a; 45. Columela 1988; 46. Ibn Bassāl 1995; 47. Ibn al-'Awwām 1988.

