

LLantén

Plantago major L.
PLANTAGINACEAS



CARACTERÍSTICAS

Planta herbácea perenne de **tallo único, corto y grueso**, caracterizada por su **baja estatura (entre 10-50 cm)**.
De raíz fibrosa.

Las **hojas** de 40cm de longitud, dispuestas en roseta de forma aovada y con **largo pecíolo**, poseen **color verde**.



Las **flores** con cáliz y corola de color **verde-blanquecino** están reunidas en **densas y alargadas espigas** de color **verdeamarillentas** de 3-5mm.

El **fruto** es una **pequeña cápsula ovada** conocida como *pixidio*. Contienen entre 6 y 30 semillas de color pardo de 1 mm de largo.

SUELO Y RECOLECCIÓN

La **desección** debe realizarse lo más rápidamente posible, a Tª menor a 50°C o con desecador solar.

Tanto las **hojas** como las **semillas** pueden ser almacenadas en un lugar seco y fresco hasta **3-4 meses** sin perder sus propiedades medicinales.



Evitar la humedad excesiva del suelo.

- **Sembrar** en invierno-primavera.
- **Florece** en primavera.

Es recomendable **mantener la planta viva** e ir recolectando las **hojas** para su uso.

ACCIONES FARMACOLÓGICAS

Semillas: como laxante volumétrico por su alto contenido de mucílagos y pectinas.

Hojas: efecto astringente útil para diarreas y hemorroides.

Es hipolipemiante y antiinflamatorio.

Extracto acuoso: tiene actividades probadas como broncodilatador.

USOS ETNO-MEDICINALES

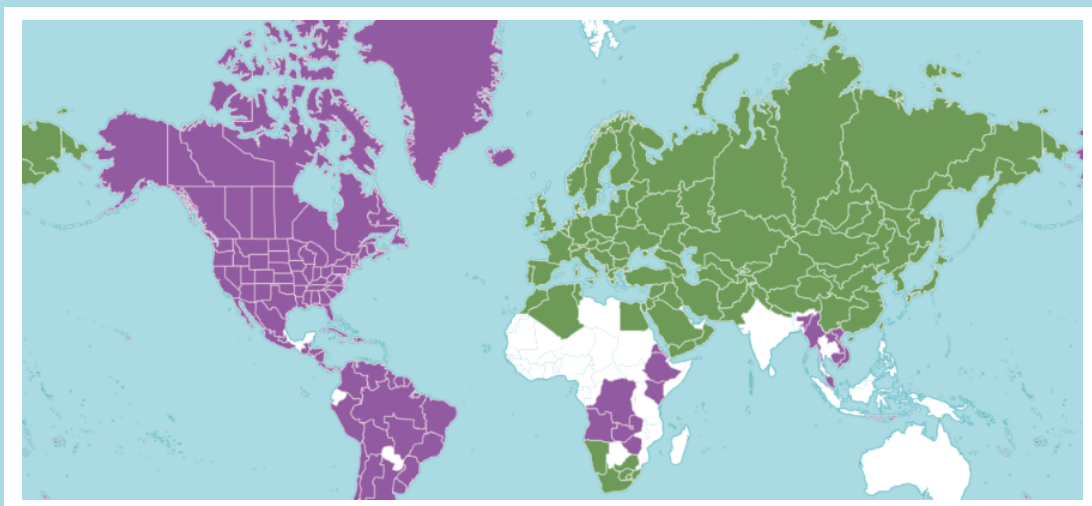
La infusión de la semilla como laxante suave y los extractos de hoja para tratar enfermedades respiratorias y para aliviar el dolor de garganta y la irritación en la boca.



DISTRIBUCIÓN GEOGRÁFICA

■ NATIVA

■ INTRODUCIDA



POWO.SCIENCE.KEW.ORG



Universidad
Nacional
de Rosario



facultad de
ciencias
bioquímicas y
farmacéuticas



Municipalidad
de Rosario