

Farigola (*Thymus vulgaris*)

LC

Família de les Labiades
(*lamiaceae*)

Descripció

Subarbust petit, de 3 a 40 cm d'altura, perenne. Els talls son erectes, quadrangulars, llenyosos i molt ramificats. Les fulles son petites i ovalades, amb marges tomentosos per l'envès. Les flors son petites i de color rosat, produïdes en corimbos. Emet un penetrant olor aromàtic, sobretot quan floreix (primavera).



Hàbitat i requeriments

Amplia distribució, sobretot pròpia de zones amb clima mediterrani. La trobem en zones amb incidència directa de la llum solar de sòl calcari. Resistent a les gelades i al fred i prefereix climes secs. Forma l'hàbitat de les timonedes.

Propietats i usos

Pell i ferides. És antisèptic, la infusió de farigola es pot usar per combatre ferides infectades i per ajudar a sanar la pell danyada per fongs (dermatosis).

Vitamines. Les fulles de farigola són riques en vitamina B1, vitamina C, manganès, tanins, saponines i triterpenoides entre altres.

Paràsits. És antiparasitària, combat paràsits i cucs intestinals. Pres en tisana, i en forma de lavativa, ajuda a expulsar els oxiürosi (cucs) que pateixen els nens.

Malalties respiratòries. Té Excel·lents propietats expectorals: ajuda a evacuar de mucositats les vies respiratòries, modera els efectes de la tos, molt útil en casos de bronquitis, asma, sinusitis (inhalacions), mal de coll...

Recepta de preparació de remei: infusió

1

Collir i assecar

2

Separar fulles i flors

3

Bullir 10 minuts
Colar i beure en dejú