



## **ACTIVITAT 3 (LINEA DE TREBALL 1): PREPARACIÓ DE FITES PER A DOSSIER D'ESPÈCIES VEGETALS AMB APLICACIONS MEDICINALS DEL SECÀ**

La present activitat tracta de la preparació d'una fitxa d'una de les espècies amb aplicacions gastronòmiques, medicinals o culturals que trobem als ecosistemes de secà. La fitxa consta de diverses parts (veure figura 1):

- a) Nom de l'alumne
- b) Nom comú i científic de l'espècie triada
- c) Nom de la família taxonòmica a la que pertany l'espècie
- d) Descripció morfològica de l'espècie
- e) Descripció de l'hàbitat i els requeriments de l'espècie
- f) Propietats i usos de l'espècie (mínim 3)
- g) Recepta resumida de preparació d'un remei o plat en la que s'utilitzi
- h) De forma opcional, l'alumne podrà aportar el producte final descrit a la recepta anterior (per exemple unguent, oli essencial, infusió, tonificant, etc.) o una fotografia d'aquest

La fitxa es durà a terme de forma individual, no obstant, serà necessari un pas previ en grup en el qual es farà recerca sobre les espècies vegetals amb aplicacions que trobem a l'ecosistema del secà de caire estèpic. Un cop feta la llista d'espècies, aquestes s'assignaran als alumnes. Si no s'han trobat prou espècies, l'activitat es podrà dur a terme per parelles.

Finalment, totes les fitxes podran ser recollides, posades en comú i incloses en un dossier sobre les aplicacions de les espècies vegetals de l'ecosistema del secà, dins del marc de la línia de treball 1 sobre la preparació de material audiovisual referent als serveis ecosistèmics dels secans.

Nom alumne

Nom comú  
(Nom científic)

Cat. UICN

Grup taxonòmic

Descripció

Text	Fotografia
------	------------

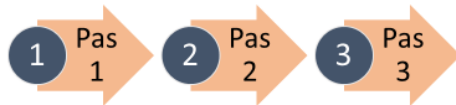
Hàbitat i requeriments

Text
------

Propietats i usos

Text	1
Text	2
Text	3

Recepta de preparació de remei



Pablo Sanchez Martínez

Farigola  
(*Thymus vulgaris*)

LC

Família de les Labiades  
(Lamiaceae)

Descripció

Subarbusclet petit, de 3 a 40 cm d'altura, perenne. Els talls són erectes, quadrangulars, llenyosos i molt ramificats. Les fulles són petites i ovalades, amb marges tomentosos per l'envers. Les flors són 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 sol calari. Resistent a les gelades i al fred i prefereix climes secs. Forma l'hàbitat de les timonedes.

Propietats i usos

**Pell i ferides.** És antièptic, 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 oxiuros (cucs) que pateixen els nens.

**Malalties respiratòries.** Té excel·lents propietats expectorants: 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



Figura 1. a) Apartats de la fitxa, b) Exemple de fitxa per a l'espècie *Thymus vulgaris*.