

# El brezo (*Calluna vulgaris*)

Es un pequeño arbusto de bonito color verde, con hojas diminutas que no se caen en invierno. Las flores son de color lila y se encuentran formando ramilletes terminales; posee brácteas basales, cáliz con pétalos rosados y un ovario con cuatro piezas. El fruto está formado por una cápsula tetralocular, con una semilla en cada lóbulo.

Se cría en las llanuras, laderas, collados, etc., de las tierras sin cal de toda la península. Suele formar extensos matorrales en las tierras silíceas más pobres.

## Aplicaciones de la planta medicinal Brezo:

En la composición de la brecina se ha hallado quercetina junto con varios ácidos como el tánico, el fumárico y el cítrico. También contiene taninos, inulina y un fermento llamado arbutasa.

Además de poseer una marcada acción astringente y antidiarreica, contiene una sustancia que por hidrólisis libera hidroquinona, con acción antiséptica, sobre todo, sobre las vías urinarias.

Esta acción se debe principalmente a que este tipo de compuestos se eliminan por la orina prácticamente sin metabolizar, esto es, igual que han entrado en el cuerpo; de esta manera, ejercen su acción antiséptica por donde pasan, siendo las vías urinarias el final de su recorrido.

Algunas personas consideran la brecina como el mejor remedio para eliminar el exceso de ácido úrico del cuerpo. Por su virtud astringente se emplea contra las irritaciones de piel, para quitar las pecas, etc.

## Administración:

**Decocción:** Muy usada contra cualquier infección de las vías urinarias y particularmente en la cistitis. Se deja hervir durante un rato un puñado de flores en un litro de agua y se toman tres tazas al día, hasta que remita la infección.

**Baño:** Igualmente, se puede preparar un baño muy útil en reumatismo y gota. Simplemente, en una bañera de agua templada se añade una brazada de la planta, sumergiéndose en el baño a continuación, dos veces al día.

**Cataplasma:** Se prepara una cataplasma muy caliente que se coloca sobre los sabañones. Este remedio, aunque antiguo, se sigue empleando hoy día.



# El brezo (*Calluna vulgaris*)

