

## SALVIA CANARIA



Nombre científico : *Salvia canariensis*

Nombre común: Salvia canaria, salvia morisca, garitopa  
Origen: Nativo seguro  
ESPECIE PROTEGIDA

**Hábitat:** Brezal-fayal, Herbazales y matorral ruderalflo

**Distribución:** Endemismo canario, distribuidas en La Palma, Tenerife y Gran Canarias

**Descripción:** Arbusto que puede alcanzar los 2 metros de altura. Presenta unas hojas grandes (15cm) lanceoladas con la base sagitada y unas vistosas flores purpúreas o blancas.

Flores vistosas de color púrpura, rosado o violeta oscuro, a veces blancas, que se encuentran dispuestas en unas inflorescencia terminales y ramificadas.

### Información médica

**Información médica:** Planta muy utilizada en medicina popular por sus propiedades antisépticas, antivíricas, hipotensora, tonificante, hipoglucemiente, emenagoga, febrífuga y para las afecciones estomacales (digestivas). Para ellos se emplean las hojas y sumidades, tanto por medio de infusiones como masticada. En algunos lugares era utilizada en forma de gargarismos y enjuagues para aliviar o mejorar las diferentes inflamaciones de la boca. También ha sido muy utilizada para aliviar y mejorar los dolores de las articulaciones (artrosis) así como para tratar los problemas de circulación sanguínea, mediante baños de pies pediluvios y los de manos maniluvios. Para el pediluvio se introducen ambos pies por encima de los tobillos y en el caso de los maniluvios podemos bañar sólo las manos o incluso los antebrazos hasta la altura de los codos.

Es una planta que actualmente se emplea en la gastronomía, ya que aporta un sabor intenso. Siendo ideal para sopas, cremas, pastas y salsas. Incluso se usa para aromatizar vinagres y aceites. Así mismo las hojas frescas se pueden mezclar en encurtidos, quesos y ensaladas, así como en vegetales y pan.

Fotografías: David Chong Pérez