

Recull d'informació del grup Telegram de Flora Catalana – Setembre 2021

Laurus nobilis

El llorer

<http://www.floracatalana.cat/flora/vasculars/taxons/VTax153>

INFORMACIÓ IMPORTANT

Aquest document només és una recopilació de les aportacions fetes, pels usuaris del canal de Telegram de l'associació Flora Catalana, durant el treball col·lectiu sobre la planta que tractem. No pretén ser un estudi exhaustiu, ni molt menys ser un treball de recerca, doncs no segueix la metodologia que requeriria aquesta finalitat. La finalitat del grup de Telegram de Flora Catalana és, simplement, la de compartir els nostres coneixements sobre els usos i creences populars d'aquesta planta i intentar explicar-los d'es d'un punt de vista científic quan esdevingui possible. En aquest document de recopilació, hem classificat les aportacions per tipus d'ús.

És important recalcar que Flora Catalana no es fa, ni es pot fer responsable, tant del contingut del document com del seu rigor i qualitat de redacció (ortografia, sintaxi, semàntica, estil ...), doncs la tasca de l'associació ha estat, simplement, la de recopilar literalment el coneixement aportat per els participants al grup de Telegram. En cap moment s'han contrastat les aportacions ni s'ha modificat la seva redacció original. No obstant, el document esdevé un compendi interessant dels usos d'aquesta planta que pot servir de punt de partida per a totes aquelles persones que vulguin conèixer aquesta espècie, contrastar la informació i endinsar-se en el coneixement dels seus usos.

Agraïm totes les persones que han compartit els seus coneixement, experiències i dubtes en el canal de Telegram, gràcies a les quals ha estat possible la confecció d'aquest document.

Si teniu companys a qui podria interessar aquesta iniciativa i col·laborar en el nostre grup de Telegram compartint coneixement i aprenent, els podeu convidar enviant-los aquest enllaç:

➡ <https://t.me/joinchat/HGuJwfKKSkGyHQlu>

SOBRE LA PERILLOSITAT DE LES PLANTES

És important recordar que les plantes no són innòcues. Tot i ser productes naturals poden tenir efectes adversos no desitjats que, fins i tot, poden arribar a ser mortals. S'ha de tenir en compte que algunes plantes medicinals poden augmentar o disminuir l'eficàcia d'altres medicaments de síntesi. Cal ser curós i, en cas de dubte, consultar sempre al metge.

SOBRE LA RECOL·LECCIÓ DE PLANTES

La recol·lecció descontrolada o forassenyada de plantes, en estat natural, és una pràctica que malmet el seu cicle de vida, alhora que interfereix notablement en l'equilibri de l'ecosistema del què formen part. També la recol·lecció moderada pot tenir el mateix efecte quan és practicada per molta gent. És per això que recomanem el cultiu d'aquelles espècies que siguin necessàries per a l'ús i consum personal. D'aquesta manera, entre tots, contribuïrem a la qualitat, perdurabilitat i sostenibilitat del nostre entorn.



Index

Alimentació	3
Usos medicinals	3
Higiene	3
Problemes de boca	3
Mal d'oïda	4
Licors	4
Mal d'estómac	5
Dolors reumàtics	5
Altres	6
Precaucions	6
Altres usos	7
Repel·lent d'insectes	7
Antihumitat	7
Cultura	8
Ecologia	8



Alimentació

- Si es posa una fulla de llorer a l'aigua de bullir la coliflor o bròquil, abans que bulli, redueix l'olor.
- I n'afegeixo una fulla a gairebé tots els guisos.
- En Picos d'Europa, a vegades, es col·loquen branques tendres de llorer sota les carns a rostir per a condimentar-les amb el seu fum.

Usos medicinals

Higiene

- Un producte que fa més de 2000 anys que s'elabora de forma artesanal és el Sabó d'Alep, a la mateixa ciutat d'Alep, al nord de Síria. S'ha transmès de generació en generació fins a dia d'avui. És considerat el primer sabó sòlid del món. Està fet a partir d'oli d'oliva i llorer. És l'avantpassat del sabó de Marsella. Té propietats antisèptiques, antioxidants i antiinflamatòries.
- Només afegiré que el sabó d'Alep es fa amb oli de les baies de llorer amb percentatges variables sobre el total d'olis, i és el que li dona el color blau verd característic quan es talla pel mig (si no, té una aparença marronosa).

Problemes de boca

- La infusió concentrada de fulles de llorer pot servir de col·lutori per als problemes d'aftes i les inflamacions de geniva. Per a aplicacions externes (un col·lutori si no s'empassa es consideraria aplicació externa?), Fournier aconsella 20-50 g de fulles per litre (10-20 g per a una infusió).
- Com col·lutori i per aftes i genives, entenc que no s'empassa i ja és el seu propòsit, No???
- Exacte ☺ ... El meu dubte era si es considerava aplicació externa.
- Jo no ho considero aplicació externa perquè entra en contacte amb la cavitat oral que té un teixit diferent de la pell.

- Doncs no deixa de ser una aplicació tòpica d'un producte que no s'ingereix, per la qual cosa jo ho classificaria d'aplicació externa... 😊
- Uf, no, la mucosa bucal, nasal o genital no tenen res a veure amb la pell i la seva capacitat d'absorció de químics no té res a veure. En cosmètica, a més sempre es considera que una part dels productes que van als llavis/dents/boca s'ingereixen. Els nens es calcula que ingereixen un 25% de la pasta de dents. Perdó pel rotllo. Vaja, que un producte per posar a la boca no es pot considerar aplicació tòpica.
- Tots els productes per glopejar es consideren ús tòpic. La qual cosa no vol dir que no tinguin efecte terapèutic, és a dir, que tenen una acció per contacte i penetració.

S'hi consideren perquè no s'han d'ingerir, tot i q sempre hi ha una part que passa internament. Els nens empassen dentífric i per això les pastes de dents per ells venen amb el fluor reduït, per evitar coloracions per fluorosi a les dents definitives que encara s'estan formant.

La part que ingerim els adults que controlem la deglució no es considera que tingui repercussió interna. De totes formes, sí pot haver una persona al·lèrgica a algun antiseptic d'ús tòpic com a la clorhexidina o inclús el iode. En aquests casos, s'hauria d'evitar.

Mal d'oïda

- També és un excel·lent remei, les baies madures i seques i ben triturades al morter i amb oli fer una pasta, pel mal d'orella (del llibre "Flora de Mallorca" del Pare Francesc Bonafè Barceló).
- La meva mare feia servir el llorer pel mal d'oïda... Bullia quatre o cinc fulles i es posava unes tres gotes a l'oïda que li feia mal. 😊

Licors

- Recepta de licor de llorer (digestiu)
Netejar 30 fulles de llorer i assecar-les damunt d'un drap. Deixar-les un mes en un pot tancat amb 1 litre d'aiguardent, en un lloc fresc i fosc. Agitar una vegada cada setmana. Al mes, filtrar i afegir un xarop refredat (1,5 L d'aigua amb 350 g de sucre). Embotellar i deixar reposar un mes abans de consumir.
Encara no l'he provat, però no trigaré ... 😊

- Això és el que vaig treure jo... Licor de llorer: 1/2 litre d'alcohol de 96 de boca, 30/40 fulles de llorer verdes, deixar macerar un mes com a mínim. Colar. Fer un xarop amb un litre d'aigua i mig kg o una mica més de sucre, al gust, deixant coure a foc lent cinc minuts. Quan estigui fred barrejar amb l'alcohol de llorer, posar en ampolles i que reposi uns dos mesos. Beure fred.
- Jo he fet licor de llorer amb fulles fresques i està molt bo. També havia llegit que fresc era tòxic, però... podia més la meva curiositat. 🤖 😊

Mal d'estómac

- Com a remei d'urgència contra el mal d'estómac per dur de viatge es pot portar fulles seques (fresques no per tenir més toxicitat) i mastegar-ne una mica (del llibre "Flora de Mallorca" del Pare Francesc Bonafè Barceló).
- Com va esmentar la companya, dels fruits, rics en matèries grasses (25%), es feia una mantega xafant les baies, posant-les en aigua i escalfant la mescla. Una vegada calenta, s'espremen i es recull la capa de greix que flota. Es guarda ben tapada.



S'utilitzava en veterinària per a combatre els paràsits o per a calmar els còlics / evacuar gasos (per a això s'aplicava el greix insistint al voltant del melic).

Dolors reumàtics

- En el formulari magistral d'Apollinaire Bouchardat trobem per fer un ungüent amb llard de porc i amb les "olivetes" del llorer baguer s'extreu una mena de mantega que s'usa pels dolors reumàtics.

Altres

- Una aplicació que he trobat del llorer és per combatre les angines. S'aixafen els fruits ben triturats. La pasta resultant es posa enmig de dos draps. S'aplica el drap al damunt del coll i s'hi porta almenys durant un mes seguit.
- També es feia servir com a diürètic prenent una infusió de les fulles.
- Jo tinc un oli macerant amb llorer, perquè tinc entès que pel cabell va bé 😊. Estic encara investigant el tema.
- El que és perfecte pel cabell, és l'ortiga.
- Altres usos d'aquest "oli" esmentats per Pio Font Quer: afectes de nervis, malalties de l'oïda, fluxions, malaltia de ronyons causada pel fred. Indica que aquest oli és calefactant i emol·lient; obre els porus.
- En el Dioscorides Renovat, indiquen que "les seves fulles verdes, lleugerament constrenyen; les quals aixafades i posades en forma d'emplastre, val contra les picades de les vespes i abelles. Barrejades amb una mica de farina i amb molla de pa, mitiguen tota sort d'inflamació".

Precaucions

- Diuen del llorer que si l'utilitzes en fresc, pot ser tòxic, però no sé ben bé perquè ho diuen.
- En les receptes que vaig trobar parlen de fulles fresques... La companya va esmentar que es diu que el llorer fresc és tòxic. Ho havia sentit també, però no sé si s'aplica també a la maceració alcohòlica.
- Si, diuen que les fulles tendres no, però la fulla madura, s'ha de deixar assecar. Tòxic a nivell intern.
- No sé si en maceració... serà diferent.

- Sobre toxicitat del llorer vaig trobar que es desaconsella a les dones embarassades i als nens de menys de 12 anys usar el seu oli essencial (que és fotosensible), i també s'hauria de tenir precaució amb els remeis que tenen dosis més altes que les culinàries, més que res per falta d'estudis.
- Mentre no siguis un gat... 🐱
- I el de ser gat? Per alguna raó??? És que vaig tenir un gat que es purgava amb llorer... Quan el vaig pillar, ja devia fer molt de temps, perquè el pobre lloreret no feia res, pobrete... Ara bé el gatet va viure 18 anys i va morir de cop amb un esglai, vull dir que no va patir... I jo sempre havia escoltat que era tòxic, com la flor de Pasqua, i tb se la menjava... Un animaló molt especial... Molt tendre, carinyós i molt estimadet... 🐱🐱🐱🐱
- Compte amb els llorers al jardí de casa: les arrels poden envair els desaigües!!!

Altres usos

Repel·lent d'insectes

- Com a repel·lent d'insectes es maceren 20 fulles de llorer en alcohol i es deixa 15 dies i es cola.
- Després de macerar el llorer en alcohol què es fa? Es ruixa com un esprai?
- Jo en poso entre la roba guardada, ho faig per costum familiar, suposo que deu espantar les arnes.
- Diuen que posar unes fulles de llorer dins els pots de vidre on hi tenim els cereals evita l'aparició d'arnes.
- I dins de la farina també!!

Antihumitat

- Si poses unes branques de llorer en les parets on hi ha humitat, aquest l'absorbeix. Ho he comprovat i funciona. 👍 😊
- Pots dir com es posa la branca de llorer a la paret, si us plau ?

- Bé, jo ho vaig posar a terra entre un moble i la paret, així s'aguantaven, però com que més aviat les humitats estan de mitja paret avall, vaig agafar unes branques lligades amb un fil i ho vaig enganxar amb una masilla adhesiva. No s'ha de fer forats i es treu fàcilment.
- I també dins dels armaris si fan olor a humitat poses un ramellet de fulles de llorer i eliminen/absorbeixen l'olor i em sona que també fa de repel·lent de xicotets insectes que hi poden haver.

Cultura

- "Adormir-se sobre els llores" (que deixa de ser actiu, o de treballar després d'assolir un èxit).
- Diuen que "quién siembra un Laurel no consigue sentarse debajo la sombra de él" (pel creixement lent que presenta).
- L'Esculapi, Déu de la medicina, se'l representa amb fulles de llorer.
- Batxillerat ve de "Baca laureatus" que en italià significa que s'ha aconseguit el títol.
- Jacint Verdaguer, durant la seva estada a Sant Esteve de Vinyoles entre els anys 1871-1873, va plantar a l'hort de la rectoria un llorer que encara viu i que s'ha convertit en tot un símbol, ja que amb les seves branques va ser coronat com a mestre de les Lletres Catalanes, i del qual se n'ha plantat esqueixos en els llocs més significatius de la seva vida.
- També es diu que si portes una fulla de llorer al moneder, dona sort. I si les fulles són del ritual de Cap d'Any, millor. 🍀

Ecologia

- Jo he après una cosa fa poc que potser algú altre tampoc no sabia. I és que de llores n'hi ha que fan flors mascles i d'altres de femelles, i aquests últims s'anomenen baguers i són els que fan les olivetes. De fet Bagué és un cognom que se sent bastant per aquí l'Empordà... ara ja sé què és!