

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

Rosa spp.

Rosers silestres

<http://www.floracatalana.cat/flora/vasculars/taxons/vtax2470>

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/HGuJwfKKSgYHQlu>

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



Index

Alimentació	4
Propietats medicinals	6
Tractaments per la pell	6
Altres usos	9
Cultura	9
Jocs	9
Poesia i cançons	10
Altres	11
Ecologia i cultiu	11
Possibles confusions	12



Algunes fotos de les espècies citades en la conversa:

Rosa canina



Rosa rubiginosa



Rosa moschata



En aquest enllaç, podreu veure més fotos i informació per a aquestes espècies, així que per a altres rosers que podem trobar a Catalunya:

http://www.floracatalana.cat/flora/vasculars/cercador_imatges?field_nom_cientific_value=rosa+&field_sinonims_value=rosa+&field_referencia_imatge_value=

Alimentació

- Els pseudofruits són molt bons quan es recullen després d'una gelada. Són molt més tous i dolços. Es diu que tenen entre 20 i 80 vegades més vitamina C que la taronja. En la web de fitoterapia.net indiquen que poden contenir fins a 1,7% de vitamina C.
- Jo també les faig amb melmelada, ara bé ho passo per un xino i per diferents filtres. És un gran antioxidant i té moltíssima vitamina C, més que qualsevol cítric. És força astringent per a algunes persones.
- Tinc entès que la Vit. C és termolàbil.
- Sí que és termolàbil per això si faig melmelada la cuino a poca potència per preservar la màxima quantitat possible tot i que en perdrà.

- La confitura l'he feta en cru amb força sucre perquè es conservi, sen'ha de prendre molt poqueta cada dia. Cada fruita ve al temps adient.
- Sona molt interessant això de la confitura freda per a conservar al màxim la vitamina C. Mai ho havia escoltat. Com la fas? Poses el mateix pes de sucre que de fruita com en una confitura clàssica (encara que sovint es posa menys) o tapes els grataculs amb el sucre i deixes que els suc s'el disolquin? Els aixafes o tritures abans i filtres el resultat després? Em costa imaginar-los com un "fruit" sucós per a arribar a fer confitura... a no ser que es recullin ben madurs, a final de l'hivern (si encara en queden). Afegeixes una mica d'aigua?
- Ja he tastat confitures i xarops fets amb els pètals (deliciosos 😊😋) però mai amb els "fruits". Imagino que es fan sobretot amb els rosers ornamentals que tenen flors amb molt més pètals que els rosers silvestres. Vaig provar fer melmelada, però el sabor em semblava més vegetal que floral. En la recepta que vaig provar estava indicat que es tregui la base blanca de cada pètal perquè pot amargar.
- Estic veient que en el Dioscórides renovado la confitura en fred està també esmentada per a preservar la vitamina C. Pio Font Quer indica que amb una cocció llarga (fins a reduir a una tercera part o a la meitat la quantitat d'aigua posada a bullir), la vitamina C es perd per complet o en gran part, i que en aquest cas, s'aprofita com a diürètic i astringent.
- Per la confitura en fred, parteixo per la meitat els gavarrons vermells, però durs i els hi trec les llavors i els pèls, i ho poso en un bol a macerar amb sucre, si no el mateix pes una mica menys i ho deixo unes hores, ho vaig remenant, va traient suquet i fa fàcil aixafar amb una forquilla i ho guardo en potets. I cada matí una punta de cullereta. Boníssim!!
- També sé que es fan licors i xarops.
- I suc!
- Ja hem comentat que els fruits del roser es podien consumir en infusió, confitura o xarop... Segons sembla també queden deliciosos amb salsa de tomàquet, all i herbes per a acompanyar pasta o pizzes.
- Tinc entès que dels gavarrons (del roser silvestre), les llavors són tòxiques, per tant, treuria llavors i pèls, i assecar i triturar la resta per a poder-ho consumir. Algun/a expert/a? Merci.

- Sí, no mortals per això, eh? El ideal per fer-los en cru, és deixar-los amb aigua i sal uns dies, d'aquesta manera s'estoven. Després com et deien, treure llavors i rentar bé la part dels pèls que té a dins. I afegir a les amanides per exemple.
- Tòxiques no ho sé, però irritants, amb els pèls i tot, una estona llarga. Al nord d'Europa es fan servir molt, fins i tot culinàriament, i sempre es treu el de dins. De totes maneres, la meva recomanació és primer assecar-los, després partir-los per la meitat amb guants i treure les llavors, triturar-los (en aquest pas es desenganxen els pèls que encara queden) i finalment passar-ho tot per un colador perquè es perdin els pèls. És un pal i és de les coses que em fan mandra cada tardor 😊, però són una addició valuosíssima a múltiples infusions medicinals o nutritives!
- Ah, i a l'hora de collir-los, val més triar-los dels rosers que els fan grossos... 😊
- És que jo me'ls menjo i no em fan res als budells... Així que segurament, també ha de tenir aquest altre efecte. 😊😊😊
- També menges les llavors? I si les treus, com ho fas? D'1 en 1?
- Sí, precisament... I a voltes tinc restrenyiment... I no recordo destrosses.
- En principi, i segons aquesta font d'informació, mal no te'n poden fer. Diu que, molts, es feien servir per allargar la vida de la farina i com a succedani del cafè, igual que les llavors de l'arç. Hi ha gent que els talla pel mig, treu els aquenis i pèls amb una cullera i els asseca (també surt a la font d'informació).
<https://plantes-sauvages-comestibles.com/leglantier-et-ses-cynorrhodons/>

Propietats medicinals

Tractaments per la pell

- Pel que fa als gavarrons, *Rosa canina*, em podríeu explicar o dir on consultar com fer l'oli de rosa de mosqueta? L'any passat en vaig provar de fer, però em van sorgir dubtes (triturar o no els fruits amb les llavors, etc.), gràcies!
- Algú preguntava per fer l'oli, el que es pot fer és un macerat dels fruits, primer secs i després triturat, amb les llavors, que són les que contenen vit A i omega 3 i 6. Així que sí que s'hi han de posar les llavors. 🙏😊

- Jo n'he fet i l'oli agafa un color mostassa preciós.
- Gràcies per les aportacions aquest oli entenc es pot ingerir?
- Jo l'utilitzo pel cos, no per ingerir. Però no hi hauria cap problema.
- Jo faig macerats amb els grataculs, els deixo assecar, els aixafó una mica i els poso amb oli d'oliva, O ametlles O altre depenent de per què ho vulgui. Té propietats molt semblants a la mosqueta.
Certament, venen molts olis de rosa mosqueta que en realitat el INCI indica *R. canina* i no és ben bé el mateix, però és molt antioxidant i regeneradora.
- Tenia entès que l'oli de rosa mosqueta es feia d'un altre arbust... també es pot fer del roser silvestre?
- Jo creia que la rosa mosqueta era la *Rosa moschata*. Quin embolic amb els noms! Sembla ser llavors que la rosa mosqueta, del qual s'extreu l'oli que podem trobar en el comerç, es diu *Rosa rubiginosa* = *Rosa eglanteria*.
- A mi em van explicar que es podia fer amb roser silvestre, pelant-los per treure'ls els pèls, fent una pasta triturant els fruits, amb oli d'oliva i guardant el pot a la foscor durant un mínim de 60 dies. El que dubto és si s'ha de triturar finament o no... de quin altre arbust el fas?
- Hi ha marques que fan servir només *Rosa rubiginosa* per fer oli de rosa mosqueta i d'altres que fan servir les tres: *Rosa canina*, *R. moschata* i *R. rubiginosa*.
Copio tal qual l'anunci d'un oli que està a la venda (elimino la marca) perquè ho pugueu veure: "Este aceite de rosa mosqueta está formado por la combinación de 3 especies de rosa mosqueta: *Rosa canina*, *Rosa moschata* y *Rosa rubiginosa*".
Acabo de trobar que també es comercialitza sota el nom de rosa mosqueta, l'aconseguint només amb *R. moschata*.
Haurem de llegir les etiquetes!
- Doncs us afegiré confusió: l'empresa on treballo envasa oli de rosa mosqueta. El proveïdor de l'oli ens diu que pot ser *R. moschata* o *R. rubiginosa*, depenent de l'origen. I, per tant, nosaltres hem d'etiquetar els dos.
Això sí, en tots els casos l'efectivitat contra estries és la mateixa.

- Jo em pensava que havia publicat un comentari on explicava que originàriament la *R. moschata* va ser la que va donar el nom a la rosa mosqueta (es veu clarament la similitud del nom), pero degut a la limitació d'aquesta espècie, localitzada a Argentina i al monopoli que aquest país exercia sobre ella, no es podia cobrir la grandíssima demanda que hi havia d'aquest producte. Per això, havent comprovat la similitud de les propietats amb altres espècies de rosa es va començar a comercialitzar amb altres espècies. I avui dia podem trobar R mosqueta de diversitat d'espècies. Això sí, especificant a l'INCI quines són, ja que és l'únic que s'exigeix, i amb el nom comú es veu no hi ha aquesta exigència. No deu estar regulat.
- Que interessant! Però la *Rosa canina* es suposa que té menys propietats que la *R. rubiginosa*, que tinc entès que és de Xile. És així? Perquè molta rosa mosqueta que es ven, en realitat és *Rosa canina*, per no dir, gran part de les marques. I això, és un lío.
- Molt probable. Però no he llegit (tampoc investigat) cap estudi sobre les diferents propietats. Aquesta explicació ens la van donar a una formació d'Aromateràpia.
- He repassat els meus apunts i he trobat aquest document interessant on pot aclarir alguns dels dubtes de la *R. moschata*. Parla de Xile més que de l'Argentina, suposo que la meua confusió ha sigut perquè el cultiu i monopoli se'l divideixen entre els dos països.

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-99172016000100007

- Truquet per enriquir els cosmètics amb rosa mosqueta, sense quedar enganxifosa! Omple un flascó comptagotes (millor opac) amb l'oli de rosa mosqueta, pots afegir oli essencial (opcional) segons el teu tipus de pell, a l'1%. Remou. Posa la quantitat de cosmètic necessària per a 1 aplicació a la mà i afegeix de 3 a 5 gotes del preparat, barreja i aplica fent una mica de massatge. Ja està!! Cosmètic millorat!!! Personalment, faig servir oli essencial de gerani (*Pelargonium asperum*), per les seves propietats antiarrugues.

A tenir en compte:

- Informa't bé de les possibles precaucions de l'oli essencial que fas servir, n'hi ha que són fotosensibles, etc...
- Prepara quantitats petites, per assegurar la qualitat.
- 1 ml són aprox. 20 gotes.
- Hauria d'haver comentat que no està de més fer una prova, abans d'aplicar a la cara, a l'interior del braç per a assegurar-nos que no ens produeix al·lèrgia. (Especialment, si fem servir olis essencials que no hem provat abans).

- Jo afegiria que si hi poseu oli essencial aneu amb compte amb la zona del voltant dels ulls. 🙅
- Sí, tota la raó. Em referia a cosmètic facial no pas a contorn d'ulls, però és cert que no he especificat.

Altres usos

- (kion + rhodon) = roser caní, que designa el fruit, Cinorròdon. Semblança entre agullons i ullals dels gossos. S'utilitzava per a guarir la ràbia. En anglès, anomenada Dog Rose.

- Respecte a les seves propietats antioxidants i antiinflamatòries, la *Rosa canina* és una planta que també ha demostrat poder ser molt interessant per a les persones que sofreixen malalties inflamatòries com l'artrosi.

Diversos estudis han mesurat els efectes de la pols de cinorròdon sobre mans, malucs, genolls de persones afectades i els resultats són molt positius, tant en reducció del dolor (i, per tant, en la reducció del consum d'altres analgèsics), com en millora de la mobilitat. El principi actiu estudiat és un galactolípid patentat amb el nom gopo. S'obté després d'un assecatge particular del cinorròdon, per evitar la seva degradació.

- https://www.scirp.org/html/7-2040066_35933.htm
- <https://www.rosehip-gopo.co.uk/gopo-evidence/clinical-trials.html>
- <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1063458408600035>

- La *Rosa canina* és una de les Flors de Bach. Bach la va indicar per a aquells qui sense cap raó aparent es resignen al que s'esdevé i només llisquen per la vida sense fer cap esforç per millorar les coses i trobar una mica de felicitat. Sense queixar-se, s'han rendit en la lluita per la vida.

Cultura

Jocs

- Les llavors, embolcallades per uns petits pèls urticants, que els nens trapelles utilitzaven com a pols picant perquè tenen efecte irritant.
- I pensar que de petits en fèiem collarets, o els hi posàvem oberts a l'esquena de tanta gent com podíem, que no era gaire, ens pillaven de seguida...

- A l'esquena perquè??? Potser també tingui a veure amb el nom de grataculs? No només per l'efecte netejador dels budells... 😞😞😞
- Sí, exacte. Et pica tant que t'has de dutxar per calmar-ho, i rentar la roba que ho ha tocat. Pobres veïns. 🙄
- 😊 A França es diuen igual: gratte-cul ! Imagino que per les mateixes raons ... queda pendent saber quines 😞: pels nens bromistes, pel seu efecte vermífug...?
- Gratacul es diu pels pèls que té, que ingerits en molta quantitat, són urticants, és a dir, pica el cul quan els ... També es diu tapacul, i això fa referència a la quantitat de tanins que tenen els fruits, ajudant a restringir, encara que en cap cas és tant com per dir que et crearia un tap 😊
- Per fer pols de gratacul amb assecar i moldre les baies va bé o també m'he d'entretenir a treure les llavors? Ho dic més que res pels pèls.
- Hi ha una empresa que es diu Gratacool que fa algo així i em sembla que com jo dic tritures els pèls també i ja no són un problema, però no n'estic segur. 😊
- Suposo que sí, perquè un cop triturat deu quedar pols.

Poesia i cançons

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ ROSA DE PASTOR
Et despulles dels teus pètals
en un gest d'humilitat, | <p>vols oferir-te, lleugera,
a l'impuls d'eternitat.
Montserrat Oriol</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> ▪ — Rosa blanca, rosa vera,
rosa vera de pastor.
Tan amunt, per què te'n puges,
tan amunt del Canigó?
— Tan alteta en só pujada
per veure a Nostre Senyor
quan mira des de sa tenda
si son verger està en flor. | <p>— Rosa blanca, rosa vera,
què dius a Nostre Senyor?
— Jo li dic: « Senyor, colliu-me,
que en la terra tot s'hi mor:
de l'infern ve una ventada
que ho fa assecar tot.
Colliu-me, Senyor, colliu-me,
no m'hi assequi també jo ».</p> <p>JACINT VERDAGUER</p> |

▪ ROSA DE BARDISSA

Una rosa el nin trobà,
rosa de bardissa,
fresca i tendra el va encisar
i ell, bo i ple de goig anà
vers la flor que encisa.
Rosa, rosa, roja flor,
rosa de bardissa.
Diu el nin: jo et trencaré,
rosa de bardissa;
diu la flor: jo et punxaré
perquè te'n recordis bé
que so punxadissa.

Rosa, rosa, roja flor,
rosa de bardissa.
I ell, esquerp, la va trencar,
rosa de bardissa,
mes la rosa el va punxar
i ell de bo, de bo plorà,
car era punxadissa.
Rosa, rosa, roja flor,
rosa de bardissa.

JOHANN WOLFGANG VON GOETHE

Aquest poema fou musicat per H.Werner (1800-1833) i també per F.Schubert (1797-1828); la cançó és interpretada per la majoria de corals del nostre país.
https://youtu.be/u5KCIZ6Q_Cs

Altres

- No sé si ja s'ha dit: les Gavarres (serra de l'Empordà) es diuen així pels rosers de bosc que suposo que en altra època hi devien abundar. Per altra banda, a l'època en què es trobaven talles de Mares de Déu, sembla que era habitual que es trobessin sota gavarreres (la de Meritxell, per exemple) per la simbologia associada de la rosa amb la Verge Maria. A pagès es creia que els rosers boscos allunyaven els llamps, i per això se'n plantaven vora les masies.

Ecologia i cultiu

- I per si us interessa el tema, aquesta pàgina recull alguns dels cultivars que poden ser més útils per la producció de gavarrons
<http://www.fruitiers-rares.info/articles93a98/article95-Rosa-rosiers-a-gros-fruits.html>
- Jo tinc un roser silvestre en un test, esperant des de fa 3 o 4 anys a què trobi un lloc consensuat on plantar-lo. Si us serveix, puc explicar com ho vaig fer per tenir-lo.
- Sembla que les espines fan de ganxos que ajuden a guanyar estabilitat a la planta, sobretot amb vent. Això em van dir. Algú ho corrobora?

- Perdó: els rosers no tenen espines... tenen agullons.

Possibles confusions

- "Roser silvestre: https://ca.m.wikipedia.org/wiki/Roser_silvestre
"Englantina roja: https://ca.m.wikipedia.org/wiki/Englantina_roja

Son dues plantes diferents *

* Confusió possible a causa del nom francès de la *Rosa canina*: "Eglantier", esmentat al principi de la conversa via un enllaç.