

Malva

Malva sylvestris L.

Nombres vernáculos: malva, malva silvestre, malva oficial.

Descripción: hierba bienal o permanente de 40 - 100 cm de altura. Tallo erecto, vellosa y con alguno pelos simples, tiesos. Hojas de 6 - 10 cm de largo, acorazonadas y lobuladas, de bordes dentados. Flores de pedúnculo largo que nace en las axilas de las hojas, conformadas de 5 pétalos de variados colores aunque predominan azul y rosa. Fruto redondo de 7 - 8 mm de diámetro, con 1 semilla en cada segmento. Florece entre primavera y verano.

Farmacodinamia: en medicina popular se utilizan las flores y hojas de malva; su alto contenido en mucílagos les confiere propiedades emolientes y antiinflamatorias; de ahí su utilidad como antitusígeno, antiinflamatorio y laxante suave (esto último, además por su contenido en derivados antraquinónicos); la infusión (10 g/L; dejar reposar 15 min.) se usa cuando hay tos irritativa, sequedad de garganta, bronquitis, lesiones bucales, afecciones del aparato digestivo; en forma externa esta misma preparación sirve para apósitos y baños contra úlceras, erupciones cutáneas y hemorroides.

Preparados comerciales: se encuentra a la venta un preparado recomendado para tratar afecciones de las vías respiratorias, que contiene flores de violeta, borraja, eucalipto, malva, saúco, tilo y tusílagos.

Aspectos agronómicos: esta planta es nativa de Europa y asilvestrada en Chile, donde crece principalmente en las provincias centrales, propia de climas templados, templado-cálidos o de montañas. No es exigente en cuanto a suelos; prospera en diversidad de terrenos, siendo los mejores los de consistencia media, permeables y ricos en nitrógeno, aunque también son adecuados los suelos arenosos si están provistos de materia orgánica. Se multiplica por semillas, las que conservan su poder germinativo por alrededor de tres años, lo que hace aconsejable utilizar las de la cosecha del año anterior. Cuando se cultivan grandes extensiones es conveniente sembrar en almácigo, dado el pequeño tamaño de las semillas



Malva sylvestris L., Koehler (1887).

<http://www3.unileon.es/personal/wwdbvcac/images/ILUSTRACIONES/MAlva%20sylvestris.jpg>



<http://www.iqb.es/cbasicas/farma/farma06/plantas/pm04.htm>

Hábito natural



<http://www.cepvi.com/medicina/plantas/malva.shtml>

(1000 semillas pesan entre 4 y 5 gr), y después llevar a campo definitivo o bien sembrar directamente en éste. En vivero la siembra se puede realizar a fines de invierno para llevar las plántulas al campo cuando alcancen el tamaño adecuado. La siembra directa puede realizarse a principios de primavera. La cosecha se realiza en forma escalonada, a medida que las flores abren, a la mañana temprano y a la caída de la tarde, en forma manual. Cuando se recolectan hojas, se hace un corte total de la parte aérea de la planta, cuando ha alcanzado su pleno desarrollo. En un cultivo bien llevado son posibles dos colectas al año. Después de la cosecha de las flores, éstas deben ser puestas a secar rápidamente a una temperatura no superior a los 35° C, entonces tomarán un color azul. Cuando se cosecha la planta entera, se la lleva a secado primero y posteriormente se separan los tallos de las hojas. Si la malva se cultiva para uso doméstico, se aconseja coleccionar las hojas en primavera-verano, cuando la planta se ha desarrollado por completo; en cambio las flores, durante la plena floración de la planta. Se debe tener en cuenta que tanto las hojas como las flores se deben secar rápidamente, extendiéndolas en capas finas, en un lugar seco y protegido de la luz. Se recomienda almacenar en recipientes bien cerrados, al abrigo de la luz y en un lugar fresco y ventilado.

48. MALVA (*Malva sylvestris*), hojas-flores.

PROPIEDADES

Usos tradicionales:

a) uso interno: tos irritativa y bronquitis; laxante suave.

La infusión se prepara con 1 cucharada del vegetal para 1 litro de agua recién hervida: beber 1 taza 3 veces al día.

b) uso externo: lesiones bucales y sequedad de garganta; hemorroides; úlceras y otras afecciones de la piel.

Usar la misma infusión en gargarismos. Para lavados, compresas y baños usar la infusión más concentrada (2 cucharadas por 1 litro de agua).

Efectos: antitusivo¹, emoliente², laxante³, balsámico⁴, anti-inflamatorio.

Precauciones: estos productos tienen el carácter de auxiliares sintomáticos y no reemplazan lo indicado por el médico en el tratamiento de una enfermedad. Al consultar al médico infórmale que está usando esta hierba medicinal. Evite su preparación en utensilios de aluminio.

Otros antecedentes: sus efectos antitusivo, anti-inflamatorio y laxante, tienen alguna evidencia científica.

1. Modera la tos.

2. Suaviza la piel.

3. Favorece la evacuación del vientre.

4. Modera la secreción bronquial.