

SALVIA



NOMBRE ESPECÍFICO	<i>Salvia officinalis</i>
OTROS NOMBRES	<i>Salvia carnosa</i> .
CARACTERÍSTICAS DESTACABLES	<p>Familia: Lamiaceae (= Labiatae).</p> <p>Arbusto de unos 60 cm de altura con tallo erecto, cuadrangular y leñoso en la base. Ramas tormentosas de color gris pálido.</p> <p>Hojas: simples, oblongas y de pecíolo corto. Con margen crenado y son de color verde grisáceo. Son aromáticas con sabor fuerte y amargo.</p> <p>Inflorescencias: falsas espigas con flores de color blanco, rosa o violeta.</p> <p>Hábitat: Se encuentra en la Europa Mediterránea, en sitios rocosos y herbazales secos, desde el nivel del mar hasta zonas montañosas. Tiene preferencia por los terrenos poco productivos y poco fértiles.</p> <p>Planta de gusto áspero y picante y de aroma muy fuerte.</p>
PARTES USADAS	Hojas y sumidades floridas.
PROPIEDADES	<ol style="list-style-type: none">1. Medicinales.<ul style="list-style-type: none">▪ Hojas y flores tienen propiedades: diuréticas, tónicas, digestivas, febrífrugas, antisépticas, cicatrizantes, antioxidantes, emenagogas, vulnerarias, antisudorales y antiespasmódicas.▪ Aceite esencial: también es diurético, tónico, beneficioso para problemas estomacales, febrífrugo y antisudoral. Pero tiene un problema, su alta toxicidad.2. Usos culinarios.<ul style="list-style-type: none">▪ Las hojas frescas o secas se utilizan en marinados, estofados y



embutidos. También perfuman carnes blancas y pescados grasos y lácteos como quesos y mantequillas.

3. Otros usos.

- Farmacia, cosmética y perfumería: se emplea su aceite esencial.

REQUISITOS AMBIENTALES

ALTITUD	Puede presentarse hasta los 900 metros de altitud.
SUELO	Se desarrolla en suelos pedregosos y calcáreos, poco profundos, pobres en nutrientes y de textura ligera. No soporta la asfixia radicular.
CLIMA	Semiseco. Mediterráneo continentalizado con inviernos fríos y veranos cálidos. Soporta bien las bajas temperaturas y las heladas.
VIENTO	Prefiere zonas con buena ventilación.
PLUVIOMETRÍA	Crece en zonas de régimen pluviométrico secano frescal con precipitaciones comprendidas entre 500 y 700 mm/año aunque soporta mínimas anuales de 400 mm.

TÉCNICAS DE CULTIVO Y MANTENIMIENTO

PREPARACIÓN PREVIA	Es necesario preparar el terreno unas dos semanas antes. Se requiere una labor de vertedera, retirado de piedras y pasar también la grada o cultivador por el terreno.
PLANTACIÓN	La plantación en la finca de cultivo debe realizarse en otoño cuando las plántulas tienen unos 12-15 centímetros.
LABOREO	Éste consiste en escardas que tienen el objetivo de ventilar el terreno y liberarlo de las malas hierbas
FERTILIZACIÓN	Se realiza con un aporte de estiércol de unos 300 kg/ha en el momento del laboreo y cada año se aportan 40-50 UF de N, 100 de P y 80-100 de K.
RIEGO	Debe efectuarse esencialmente después de la siembra o trasplante o en caso de sequía después de la primera siega.
CONTROL DE PLAGAS Y ENFERMEDADES	La salvia es una planta repelente natural de muchas plagas e insectos. Para el control de hongos se recomienda la solarización de los suelos como prevención o para combatirlos se deben arrancar y destruir las primeras hojas afectadas.
RECOLECCIÓN	Para aprovechar las hojas, se cortan los brotes del año justo antes de que florezca la planta (mayo-junio). Si lo que se quiere es extraer el aceite esencial, se deben cortar los brotes cuando estén en plena floración (junio).