

## SALVIA



NOMBRE ESPECÍFICO	<i>Salvia officinalis</i>
OTROS NOMBRES	<i>Salvia carnosa.</i>
CARACTERÍSTICAS DESTACABLES	<p><b>Familia:</b> 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><b>Hojas:</b> simples, oblongas y de peciolo corto. Con margen crenado y son de color verde grisáceo. Son aromáticas con sabor fuerte y amargo.</p> <p><b>Inflorescencias:</b> falsas espigas con flores de color blanco, rosa o violeta.</p> <p><b>Hábitat:</b> 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	<p>1. Medicinales.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Hojas y flores tienen propiedades: diuréticas, tónicas, digestivas, febrífugas, antisépticas, cicatrizantes, antioxidantes, emenagogas, vulnerarias, antisudorales y antiespasmódicas.</li> <li>▪ Aceite esencial: también es diurético, tónico, beneficioso para problemas estomacales, febrífugo y antisudoral. Pero tiene un problema, su alta toxicidad.</li> </ul> <p>2. Usos culinarios.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Las hojas frescas o secas se utilizan en marinados, estofados y</li> </ul>

	<p>embutidos. También perfuman carnes blancas y pescados grasos y lácteos como quesos y mantequillas.</p> <p>3. Otros usos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Farmacia, cosmética y perfumería: se emplea su aceite esencial.</li> </ul>
--	---

#### REQUISITOS AMBIENTALES

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

#### TÉCNICAS DE CULTIVO Y MANTENIMIENTO

<b>PREPARACIÓN PREVIA</b>	Es necesario preparar el terreno unas dos semanas antes. Se requiere una labor de vertedera, retiro de piedras y pasar también la grada o cultivador por el terreno.
<b>PLANTACIÓN</b>	La plantación en la finca de cultivo debe realizarse en otoño cuando las plántulas tienen unos 12-15 centímetros.
<b>LABOREO</b>	Éste consiste en escardas que tienen el objetivo de ventilar el terreno y liberarlo de las malas hierbas.
<b>FERTILIZACIÓN</b>	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.
<b>RIEGO</b>	Debe efectuarse esencialmente después de la siembra o trasplante o en caso de sequía después de la primera siega.
<b>CONTROL DE PLAGAS Y ENFERMEDADES</b>	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.
<b>RECOLECCIÓN</b>	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).