

VARA DE ORO



NOMBRE ESPECÍFICO	<i>Solidago vigaurea.</i>
OTROS NOMBRES	<i>Consuelda sarracénica, hierba de los indios</i>
CARACTERÍSTICAS DESTACABLES	<p>Familia botánica: Asteraceae (= Compositae)</p> <p>Herbácea perenne que crece desde varios cm hasta 1 m. Presenta un rizoma cilíndrico y corto con pelos. El tallo es estrecho y teñido de rojo en la parte interior.</p> <p>Hojas: las basales presentan el peciolo largo, son elípticas, acuminadas y con margen serrado. Las superiores presentan el margen entero.</p> <p>Inflorescencias: racimos de capítulos florales con flores amarillas. Los capítulos están protegidos por brácteas superpuestas.</p> <p>Frutos: aquenios cilíndricos con numerosas costillas y un vilano. Son de color pardo, con escasos pelos en su superficie y un tamaño de 3,5-4,5 mm de largo.</p> <p>Hábitat: se distribuye en zonas de matorral prefiriendo terrenos no calcáreos.</p>
PARTES USADAS	Sumidades floridas.
PROPIEDADES	<p>1. Medicinales.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Diurética: debido a la acción astringente de taninos y flavonoides. Aumenta la eliminación de orina y a su vez la eliminación de arenilla

de las vías urinarias. Se emplea en afecciones renales, cistitis, afecciones prostáticas, curas depurativas y en diarreas y colitis.

- Cicatrizante. Uso externo en heridas y úlceras.
- Antiespasmódico: produce relajación del músculo liso.
- Combate de manera eficaz el ácido úrico y el colesterol.

REQUISITOS AMBIENTALES

ALTITUD	Hasta 2000m sobre el nivel del mar.
SUELO	No calcáreos. Rocosos con buen drenaje.
CLIMA	Piso mesomediterráneo.
VIENTO	No afecta.
PLUVIOMETRÍA	Crece en zonas de régimen pluviométrico seco fresco con precipitaciones comprendidas entre 500 y 700 mm/año.

TÉCNICAS DE CULTIVO Y MANTENIMIENTO

PREPARACIÓN PREVIA	Subsolado, arado y colocación de caballones.
PLANTACIÓN	El establecimiento puede hacerse de dos maneras: por división de las matas, en otoño o primavera, o por semillas directamente en suelo, en primavera.
LABOREO	Consiste casi únicamente en controlar las malas hierbas. Además deben llevarse a cabo podas que consiste en cortar la planta a nivel del suelo, una vez que ha terminado la cosecha. Creando así las condiciones propicias para el rebrote.
FERTILIZACIÓN	Precisa cantidades mínimas de fertilizantes que si se exceden provocan un crecimiento descontrolado de la planta.
RIEGO	Requiere riegos moderados durante el desarrollo vegetativo que deben intensificarse en las épocas de floración.
CONTROL DE PLAGAS Y ENFERMEDADES	Es una planta muy propensa al ataque de araña roja y diversas variedades de pulgones. También se ve afectada por enfermedades como la roya amarilla, las cenizas y las podredumbres del tallo. Se controlan con aplicaciones periódicas de metamidofos y abamectina.
RECOLECCIÓN	La recolección se lleva a cabo en plena floración (verano) ya que es la sumidad florida lo que se utiliza.