



PLANTAS SILVESTRES PARA NUESTROS CANARIOS

Con este artículo pretendo mostrar algunas de las muchas especies de plantas silvestres que tenemos en nuestros campos, todas y cada una de ellas nos aportaran una serie de sustancias beneficiosas para nuestros canarios.

Su recolección es mas abundante en primavera-verano, aunque algunas especies se recolectan en otras estaciones, permitiéndonos así el aporte de ciertas vitaminas y minerales en diferentes épocas del año, de esta forma cubriremos las necesidades de nuestras aves en todo momento.

Evitar su recogida en lugares transitados por vehículos, por la emisión de gases o derrames de hidrocarburos, en campos de cultivo frutales hortalizas o verduras, por la aparición de pesticidas, en las orillas de las acequias o canales de riego, por el vertido de productos químicos en el agua.

Tomaremos por costumbre el hacer un buen lavado de ellas antes de suministrárselas a nuestros canarios.

Achicoria (*cichorium intybus*)



Estimula el funcionamiento adecuado del hígado, desintoxicante, depurativa, cicatrizante, sedante y diurética.

Berro (*nasturtium officinale*)



Rica en yodo, hierro, vitaminas C y E, estimulante y diurética.

**Cerraja (sonchus tenerrimus)**

Diurética, cicatrizante, antiinflamatoria y analgésica.

**Cien nudos (polygonum aviculare)**

Antiinfecciosa gastrointestinal, antidiarreica, hemostática y Remineralizante.

**Diente de león (taraxacum officinale)**

Purifica el hígado, riñón y vesícula biliar.
Diurética y antidiarreica.

**Espiguilla (poa annua)**

Diurética, depurativa y alto
Contenido en vitamina C.

**Hierba cana (senecio vulgaris)**

Sedante, hemostática,
para la cicatrización de heridas
y astringente.

**Lechuga silvestre (lactuca serriola)**

Mejora el tránsito intestinal, diurética y depurativa.
Prevención de enfermedades.

**Lengua de vaca (knaulia arvensis)**

Planta depurativa, diurética, antiestrés, para cicatrización de heridas.

**LLantén (plantago major)**

Tiene propiedades astringentes, expectorantes y depurativas. Las hojas frescas machacadas y aplicadas en cataplasma sobre heridas y picaduras de insectos; curan y cicatrizan.

**Ortiga (urtica dioica)**

Estimulante del aparato digestivo y antidiarreica. protege el hígado y favorece la función biliar, hemostática. alto contenido en hierro, potasio, calcio y magnesio.

**Rabaniza blanca (diplotaxis eruroides)**

Estimulante y diurética. vitaminas; A, B1, B2, C. alto contenido en hierro, potasio y calcio.

**Verdolaga (portulaca oleracea)**

Diurética. Contiene numerosos minerales, vitaminas y oligoelementos. administrada con moderación, es un buen complemento dietético.

Zurrón del pastor (capsella bursa-pastoris)



Vasoconstrictora, hemostática, diurética y estimulante.
propiedades depurativas de la sangre.



Carlos
CN. AY-05