

ITINERARIO BOTANICO

DE EL ACEBUCHÉ (CONSULTORÍA, ECOTURISMO Y EDUCACIÓN AMBIENTAL)



NOMBRE COMÚN:

Tomillo

NOMBRE CIENTÍFICO:

Thymus vulgaris

DESCRIPCIÓN:

Mata aromática que rara vez supera los treinta centímetros de altura

Muy ramificada. Los **tallos** tienden al arrastre en su inicio y se yerguen en su parte final.

Hoja oblonga-ovalada, a veces lanceolada, con borde curvado, 5-8 mm de largo, peciolo cortísimo, haz verde oscuro con matices lilas o grisáceos y envés blanco y tomentoso.

Flor pequeña, blanca o rosa violácea, bilabiada (labio inferior trilobulado), con 4 estambres sobresalientes y forma pequeñas espigas en el extremo de la rama.



CARACTERÍSTICAS:

- Familia: **Lamiaceae**
- Hoja: **perenne**
- Altura media: **30 cm**
- Floración: **Pri – Ver – Oto – Inv**

DISTRIBUCIÓN Y ECOLOGÍA:

Tiene su hábitat natural en el mediterráneo occidental, siendo escaso en Portugal y la cornisa cantábrica, aunque España es donde existe mayor variedad y cantidad.

Crece en laderas soleadas de suelo calcáreo.

Prefiere suelos pobres, secos, bien drenados (rocosos o arenosos) y muy expuestos al sol.

USO Y PROPIEDADES:

Se usa como condimento y para tratar especialmente la tos, resfriado, bronquitis, laringitis e inflamación bucofaríngea.

También trata dolores estomacales, cólicos, indigestiones, desinfecta úlceras y heridas y reduce el acné.

Esto se debe a que es digestivo (carminativo, antiespasmódico), antiséptico, balsámico, expectorante, antiinflamatorio y tónico.