

EXPOSICIÓ

INFUSIONS I BARREGES DE PLANTES QUE CAL CONÈXER

Sala Polivalent de l'Ajuntament de Vilanova de Sau

Joan Carles Rey

Químic. Professor de Formació Professional i docència Universitària. Director de l'Herbolari de Sau. Sots-President de l'associació d'Herbolaris Artesans de Catalunya. Herbolari i Perfumista Artesà reconegut per la Generalitat de Catalunya.

Quan es fa servir la paraula infusió s'usa per descriure bàsicament una beguda feta en escalfar les fulles d'una planta o vegetal.

La infusió és un dels tres mètodes més habituals de fer una preparació de plantes per prendre de forma oral. Juntament amb la decocció i la maceració, s'engloben en el que coneixem com a tisanes.

Bàsicament podem distingir dos grans grups de tisanes (i d'infusions):

- Les infusions amb propietats medicinals, d'aplicació mèdica o farmacèutica.
- Les infusions fruitives o saludables que es pode prendre per gust o com a complement d'un àpat.

Tot i que la tradició, la saviesa, l'herència remeiera, i la ciència, ens han ensenyat que hi ha un moment per a cada herba i que cada herba té el seu moment, en aquesta petita mostra (exposició) es trobarà un recull d'aquelles tisanes (o infusions) que han demostrat la seva eficàcia (o no) per a solucionar alguns trastorns de salut.

No cal dir que els textos que s'exposen són a títol informatiu, i no constitueixen solucions particulars de problemes de salut, que com marca la raó i la prudència haurien d'estar supervisats per un professional de la salut, que sabrà orientar i recomanar la solució més efectiva a cada cas.