

Hedera helix

Hiedra común



Distribución

Planta trepadora nativa de Europa, Norte de África y Asia occidental. En la Península Ibérica está presente en toda la mitad este y sur y es común en áreas umbrías y húmedas como Sierra Espuña.

Ecología

Trepadora perenne que coloniza muros, roquedos y sotobosques húmedos. Se desarrolla desde el piso, especialmente en lugares de sombra densa. Relicto de la flora laurisilva, se dispersa eficazmente por aves.

Usos tradicionales

Muy valorada como ornamental para cubrir muros, setos y pérgolas. En fitoterapia se usan las saponinas de sus hojas con propiedades espasmolíticas, expectorantes y antitusígenas; antiguamente también se emplearon sus frutos y tallos en remedios populares.

