



# *Hedera helix*

## **Hiedra común**



### *Distribución*

Nativa de Europa, N de África y Asia occidental. En la Península Ibérica está presente en toda la mitad este y sur. Es común en áreas umbrías y húmedas como los barrancos de Sierra Espuña.

### *Características*

Trepadora perenne. Crece desde el suelo, especialmente en lugares sombreados.

Es una especie relictica de la laurisilva (antiguas selvas que poblaban la península).

Las aves consumen sus frutos, dispersando eficazmente sus semillas.

### *Usos tradicionales*

Valorada como ornamental para cubrir muros, techados, etc. Posee en sus hojas compuestos con propiedades contra los espasmos, mucosidad o tos. Antiguamente también se emplearon sus frutos y tallos en remedios populares.

