

Nombre científico: Juniperus Sabina

Nombre vulgar: Sabina

Familia: Cupressaceae

Descripción:

Es una planta leñosa achaparrada, que crece más en anchura que en altura, ya que raramente supera 1 m en España, aunque puede llegar a formar un pequeño arbolillo de tronco retorcido. Emite numerosas ramas tendidas sobre el suelo que mantienen la [hoja](#) todo el año, de corteza pardo-rojiza o cenicienta, que se desprende en placas. Ramillas redondeadas de menos de 1 [mm](#) de diámetro, con hojas escuamiformes, imbricadas, dispuestas en cuatro hileras, algo aquilladas y con una glándula ovalada resinosa en el dorso que desprenden un olor penetrante y desagradable al machacarlas.

H.A.B.I.T.A.T.

Habita en las cumbres de las montañas, principalmente en las calizas, desde los (900) 1400 a los 2750 [m s. n. m.](#) Se asocia con frecuencia al [pino albar](#), soportando muy bien los suelos esqueléticos y pedregosos, como también las bajas temperaturas; siendo esta asociación de pino y sabina rastrera la vegetación natural de las cumbres y laderas superiores de las altas montañas mediterráneas. En otras ocasiones se asocia con la [sabina albar](#), o con otros pinos, [quejigos](#), etc. Cuando desciende a menor altitud lo hace con ejemplares aislados, llegando hasta los 900-1000 metr

USOS:

El uso medicinal de la sabina es antiguo, como lo demuestra su presencia en la *Capitulare de villis vel curtis imperii*, una orden emitida por [Carlomagno](#) que reclama a sus campos para que cultiven una serie de hierbas y condimentos incluyendo "savinam" identificada actualmente como *Juniperus sabina*. El empleo de la sabina *emenagoga* (para provocar y regular la [menstruación](#)) y abortiva, en medicina popular, se remonta a los griegos; debe sus propiedades a un [alcohol](#) contenido en su esencia, el [sabinol](#), pero su acción es tan violenta, que puede provocar la muerte. Esta misma esencia sirve, en uso externo, para quitar verrugas, pues tiene propiedades [cáusticas](#) y vesicantes. ^{[[cita](#) [requerida](#)]}

OTRA INFORMACION

Florece a partir del mes de septiembre y hasta la primavera, las [arcéstidas](#) maduran en el otoño o la primavera siguiente. A veces la misma planta produce los conos masculinos y femeninos, pero generalmente están en pies distintos.

El uso medicinal de la sabina es antiguo, como lo demuestra su presencia en la [Capitulare de villis vel curtis imperii](#), una orden emitida por [Carlomagno](#) que reclama a sus campos para que cultiven una serie d hierbas y condimentos incluyendo "savinam" identificada actualmente como *Juniperus sabina*.