

Le piante officinali



Piante officinali

Venerdì 27 settembre 2024
ore 18.00, Frantoio Rosso Ipogeo
Via Alberobello, 16
Martina Franca (TA)

Saluti
Giannicola D'Amico
Presidente
GAL Valle d'Itria

Interverrà

Rocco Mariani
Dottor agronomo
etnobotanico
Uniba

Attività finanziata nell'ambito del PSR Puglia 2014/2022
Misura 19.2 SSL del GAL Valle d'Itria Azione 9 Intervento 1
Le filiere agroalimentari fra produzione, trasformazione
e commercializzazione: incontri informativi.
CUP: E31B23000130006



REGIONE PUGLIA



*«Ogni pianta rivolta
in su ha le sue virtù»*

Dott Agr Rocco Mariani
Museo Orto Botanico
Università degli Studi di Bari A. Moro

Definizione di specie officinali (Officina o farmacia)

DECRETO LEGISLATIVO 21 maggio 2018, n. 75

Testo unico in materia di coltivazione, raccolta e prima trasformazione delle piante officinali, ai sensi dell'articolo 5, della legge 28 luglio 2016, n. 154.

Sono le piante cosiddette medicinali, aromatiche e da profumo, nonché le alghe, i funghi macroscopici e i licheni destinati ai medesimi usi, e determinate specie vegetali che, in considerazione delle loro proprietà e caratteristiche funzionali, possono essere impiegate, anche in seguito a trasformazione, nelle categorie di prodotti per le quali ciò è consentito dalla normativa di settore.

Piante medicinali: specie i cui principi attivi provocano nell'organismo effetti atti a ristabilire o correggere alcune funzioni biologiche. Nella Farmacopea ufficiale IX (F.U.IX) sono riportate le norme per la preparazione dei medicinali in farmacia.

Droga: prodotto ottenuto di origine vegetale con principi attivi in grado di svolgere attività biologica (papavero da oppio).

Orto Botanico di Padova (1545) - Repubblica di Venezia
Hortus Simplicium (l'Orto dei semplici) - i medicamenti
provenienti dalla natura. Nacque per la coltivazione di
piante ad uso terapeutico provenienti da tutto il mondo.



- **Piante aromatiche e da essenze:** specie che per il contenuto di olii essenziali vengono usate per rendere più appetibili i cibi, per aromatizzare liquori o per entrare nella produzione di profumi e prodotti cosmetici. Specie condimentarie per un uso esclusivo in cucina.
- **Spezie:** specie vegetali esotiche (paesi tropicali e subtropicali) utilizzate per le proprietà organolettiche.
- **Coloranti naturali:** specie di cui utilizziamo i pigmenti per colorare i cibi.

Erboristeria: la scienza che insegna a conoscere le piante medicamentose o la coltivazione, a scegliere le parti attive, ad eseguire la lavorazione, conservazione, il commercio, le modalità e l'utilizzazione. **MIN. SALUTE DECRETO 9/07/2012**

Disciplina dell'impiego negli integratori alimentari di sostanze e preparati vegetali (G.U. 21-7-2012 serie gen. n. 169).

Alkanna tinctoria Tausch subsp. *tinctoria*
(*Boraginaceae*)- Arganetta azzurra

Giochi: Cosmetico - In alcune località pugliesi è conosciuta col nome in vernacolo di “cittocitto” (Marinosci, 1870) o “citcit” (Baselice, 1812) ovvero, zitto-zitto, nel senso “segretamente”, perché utilizzato dalle donne per farsi belle di nascosto: un vero e proprio trucco cosmetico. Le ragazze più giovani vedendo le donne adoperare tale trucco cercavano di emularle giocando! In passato questa pianta era utilizzata dalle giovani contadine per truccarsi di nascosto le gote, tanto che in alcuni comuni della Valle d'Itria si diceva: si è messo il “cìtte-cìtte” (Selvaggi, 2002).

La radice contiene un alcaloide (alcannina), detto anche rosso di alcanna, utilizzato ancora oggi nell'industria alimentare, farmaceutica e cosmetica..



Fattori che influenzano il contenuto e la composizione dei principi attivi

1. Aspetti fisiologici legati alla crescita delle piante: fattori naturali endogeni ed esogeni, ecologici e biotici (allelopatie, alterazioni);
2. Trattamenti post-raccolta e conservazione del prodotto.

Raccolta della flora spontanea

- Scelta della piante, clima, altitudine, terreno, luce, umidità, età, ora della giornata (mattina) e calendario dell'erborista.

Tempo balsamico – momento ritenuto opportuno provvedere alla raccolta, per il maggior quantitativo di principi attivi utilizzabili in terapia. Differenze tra piante spontanee e piante coltivate porta a sensibile variazioni del contenuto di principi attivi.


In un documento cinese intitolato “*La flora della salvezza*”, scritto circa nel 3.000 a.C. sono riportate indicazioni sull’uso medicamentoso di circa 70 piante spontanee.

Nel papiro di Ebers ritrovato in Egitto, risalente a circa 1500 a.C., sono riportati i nomi di numerose piante, specialmente a scopo medicinale (700 piante), come: aneto, coriandolo, finocchio s., lattuga s., menta, senape, timo, trigonella, ecc.

Ebrei, Fenici, Indiani 1300 a.C. registrano 800 droghe.

La fitoterapia nasce con i Greci. Ippocrate ne descrisse 200, Teofrasto 5, Dioscoride 700 e i Romani con Plinio, Galeno ne riportano 800.





*"Lasciate che il cibo sia la vostra
medicina e la vostra medicina sia il cibo."*

**Ippocrate (Coo, 460 a.C. ca – Larissa,
377 a.C.) medico, geografo e aforista
dell'antica grecia, considerato il padre
della medicina.**

Metodi di estrazione dei principi attivi

- **Infusione** – parte di pianta messa in un recipiente nel quale si versa acqua bollente (1,5 volte) e lasciato a riposo per 7-20 minuti. Segue filtrazione. (Es. fiori di camomilla, menta, thè, ecc.).
- **Decozione** – macerazione in acqua fredda (2-12 ore) e dopo far bollire (Es. malva, equisetto, cedracca, ecc.). .
- **Tisana** – principio medicamentoso presente in quantità modica.
- **Sciroppo** – Tisana con aggiunta di zucchero. Azione espettorante ed antitosse.

- **Essenze** – Olii essenziali estratti per distillazione in corrente di vapore. Nella F.U. IX sono riportate 17 essenze (l'acqua di Colonia del 1700, A. di lavanda).
- **Polveri** – Parte vegetale secca spezzettata, pestata in mortaio e conservata al riparo da luce e umidità.
- **Pomate, unguenti, creme, gel, paste** – preparazioni di consistenza semisolida (azione cutanea).
- **Tinture** – enolito (vino medicinale come il rabarbaro, china).
- **Alcoolito** – principi attivi ricavati da soluzioni da 0 a 90% alcool.
- **Estratti fluidi, molli e secchi** – ottenuto dalla evaporazione di un succo vegetale.

Applicazioni d'infusi e decotti

- Colluttori
- Gargarismi
- Colliri
- Clistere

Altri tipi di applicazioni

Fumigazioni (suffumigi e inalazioni), spray, supposta, ecc.

Per uso esterno: cataplasma o impiastro, impacco, crema, ecc.

Specie della flora

Italia 7.745

Puglia 2.383 (30,7%)

Specie spontanee officinali

Italia 1456 (18,8%)

Puglia 866 (59%)

Superficie coltivata a piante officinali

Italia 2.294 Ha

Puglia 29,6 Ha (1,3%)

Specie spontanee officinali coltivate in Puglia

11 Ha - Timo

5,2 Ha - Aneto

2 Ha - Iperico e camomilla comune

**1 Ha - Basilico, malva, origano, maggiorana e salvia
officinale**

Sostanze ritrovate in specie officinali

Alcaloidi: *Belladonna, papavero da oppio, solanacee, caffè, thè.*

Oli essenziali: *Apiacee, Asteracee, Rutacee*

Tannini: *Quercus (ghiande), Noce (mallo),*

Sostanze resinose: *trementina, incenso, mirra, ecc*

Oleoresine: *Crucifere, Pinacee.*

Mucillagini: *Melo cotogno (semi), olmo (corteccia) lampascione.*

Gomme: *carrubo (semi).*

Sostanze amare: *Asteracee*

Lattoni sesquiterpenici: *Smyrnum olusatrum, Cichorium
intybus*

Sostanze con attività antimicotica e antibatterica: *Plantago
major, Rosmarinus officinalis, Mentha spp., Origanum vulgare*

Origano

Specie con attività ipoglicemica: *Bidens pilosa, Polygonum
aviculare, Sanguisorba minor, Smilax aspera, Urtica urens* ortica

Camomilla comune

- *Matricaria chamomilla* L.

Etimo: *Matrix* piccola mela (per l'odore) o utero (perché curava le infiammazioni uterine)



Camomilla comune

- Parti usate: fiori (capolini)
- Epoca di raccolta: piena fioritura (maggio-giugno)
- Istruzioni: essiccazione su teli all'ombra ed all'aria x 2-3gg. Imballo in sacchi di carta.
- Proprietà: Olio essenziale fornisce proprietà sedative (azuleni), antibatteriche (cumarine), stimolanti digestive, febbrifughe.
- Preparazioni e prescrizioni: polvere, tisana 2%, infuso 5%. Shampoo, oli solari.
- Impieghi nel settore farmaceutico, cosmetico ed alimentare.

Carrubo
- *Ceratonia siliqua* L.



Carrubo

- Parti usate: seme, polpa, frutti secchi: farina e semi
- Epoca di raccolta: a maturazione
- Proprietà: Frutti freschi: espettorante, emolliente e catarrali; farina: antidiarroico; Endosperma del seme contiene carrubasi (emicellulosa) addensante e indicato x diete ipocaloriche o dei bulimici.
- Preparazioni e prescrizioni: polpa fresca lassativa, in polvere secca astringente. Decotto 3%.

Noce
- *Juglans regia*L.



Noce

- Parti usate: mallo
- Epoca di raccolta: San Giovanni 24 giugno
- Proprietà: amaro-tonici, astringente. Contro dispepsie (gonfiore e pesantezza di stomaco) e infiammazioni del tubo gastroenterico.
- Preparazioni e prescrizioni: infusione idroalcolica (liquore nocino), Cosmetico come abbronzante (juglone); astringente e tonificante per pelli e capelli.
- Le foglie ed il mallo hanno un elevato contenuto di tannini (10%) olii, vit C. Il gheriglio ricco in olii è usato per evitare alla pelle di essiccarsi.
- Integratori, cosmesi ed il trucco, detergenti per l'igiene del corpo e dei capelli.

Malva comune

- *Malva sylvestris* L.

Da Esiodo (VIII-VII a.C.) “Opere e giorni” *“Stolti, perché non sanno quanto più grande è la metà dell'intero né quanto grande ricchezza si cela nella malva e nell'asfodelo”*



Malva

- Parti usate: foglie, fiori e teneri germogli (ricchi di mucillagini e sostanze emollienti)
- Epoca di raccolta: marzo-ottobre
- Proprietà: Lassativo, emolliente e protettivo nelle stomatiti e gastriti, contro la tosse. Protegge la cute (pomate) con azione decongestionante, idratante e rinfrescante.
- Preparazioni e prescrizioni: Nota sin dall'antichità nella medicina popolare. Attualmente inserita nella lista della farmacopea ufficiale IX trova applicazione in preparazioni galeniche.

Menta piperita
- *Mentha x piperita* L.



Menta

- Parti usate: foglie ricche di oli essenziali ricco di mentolo: Maggiore durante la fioritura.
- Epoca di raccolta: per erboristeria prima della rfiioritura mentre per la distillazione la piena fioritura.
- Proprietà: Stimolanti, toniche, antisettico, antifiammatorio. Infuso per infiammazioni vie orali.
- Liquori, bevande, integratori e condimento.
- Preparazioni e prescrizioni: Presente nella F.U.IX.

Trova impiego principalmente nel settore farmaceutico, cosmetico, ed alimentare.

Agnocasto
- *Vitex agnus-castus* L.



Agnocasto o Pepe dei monaci

- Parti usate: foglie
 - Epoca di raccolta: giugno-settembre
 - Proprietà: vulnerarie
 - Preparazioni e prescrizioni: uso esterno, infuso -5%
cataplasma.
-
- Parti usate: frutti
 - Epoca di raccolta: agosto-ottobre
 - Proprietà: calmanti, anafrodisiaci (diminuire la libido)
 - Preparazioni e prescrizioni: polvere, infuso. Emblema della
castità, peccati di concupiscenza .

Ildegarda di Bingen (1098-1179) religiosa benedettina tedesca. Nel medioevo inventò la dieta ed il 7 ottobre 2012 è stata proclamata Dottore della chiesa.



Grazie!

“Ogniqualevolta il corpo dell’uomo mangia e beve senza discrezione o fa qualcos’altro di questo genere, le forze dell’anima ne sono ferite. L’anima ama in tutte le cose la moderazione.”