





***L'UOMO E LA MALATTIA:  
IL CASO DELLE MEDICINE NON CONVENZIONALI***

***L'uso delle erbe nella Medicina  
Popolare dell'area mediterranea***

***Dr. Giovanni Ponti***

***Modena 10.XII.2003***

# LE ERBE E LA MEDICINA

- ❖ **Erbe ed essenze utilizzate durante il corso della nostra storia.**

*Linea storica evolutiva dell'ars medica*

*Il concetto di malattia e quello di cura nel tempo*

*Elementi magico-religiosi nella Medicina Popolare*

- ❖ **Erbe ed essenze utilizzate nella Medicina Popolare**

*Antichi rimedi empirici, usi e tradizioni*

*Analisi Antropologica nella Medicina Popolare*

*“Eredità” della Medicina Popolare*

# IL CONCETTO DI MALATTIA E QUELLO DI CURA NEL TEMPO

- ❖ In ogni periodo storico la medicina è stata il riflesso di situazioni sociali, dello sviluppo intellettuale e culturale nonché della situazione economica, del pensiero filosofico e religioso e, soprattutto delle conoscenze sulla natura e sul mondo fisico.
- ❖ Durante il corso dei secoli la medicina ha attraversato diversi stadi che secondo gli storici, sono: *medicina istintiva, medicina sacerdotale, medicina magica, medicina empirica e medicina scientifica.*

# LE ERBE E LA MEDICINA PRIMITIVA

*La medicina cosiddetta <primitiva> nasce dall'innata istintualità dell'Uomo.*

*Utilizzando tale istinto, egli individua e separa le specie di erbe velenose da quelle mangerecce, successivamente, osservando gli animali impara a distinguere le erbe curative, molte delle quali assumevano la dignità di erbe sacre.*

# *Le erbe presso le Antiche Civiltà*

- ❖ Tra i più antichi documenti scritti, relativi a piante medicamentose e velenose, si ricorda l'**Erbario di Shèn Nung** (civiltà cinese del 2700 a.C., circa, che annovera 360 usi di piante)
- ❖ Le **tavolette di argilla** degli antichi mesopotamici testimoniano la conoscenza di elleboro, giusquiamo, mandragola e oppio.
- ❖ Nella **Bibbia** sono citate numerose erbe di uso medicinale (cedro del Libano, noci, melograno, issopo, incenso, mirra)
- ❖ **Papiri egiziani** risalenti al 1600 a.C., soprattutto quello di Ebers nel quale sono descritti 160 piante medicamentose

# *RELIGIONE, MAGIA E MEDICINA*

*presso gli antichi Egizi*



- ❖ Raccolte di incantesimi ed esorcismi nei papiri si trovavano a fianco di trattati di medicina e chirurgia.
- ❖ La medicina era praticata dai sacerdoti ed anche incantesimi ed esorcismi erano invocazioni rivolte alle divinità

# *Le erbe presso il Mondo Greco*

- ❖ Le prime classificazioni delle piante officinali furono compilate in Grecia, ad opera di **Ippocrate** (460-377 a.C.) che elencò circa 300 specie nel *Corpus Hippocraticum*
- ❖ Ippocrate creò una medicina olistica, basata sull'uomo o microcosmo: il corpo è formato da 4 elementi fondamentali, **aria, fuoco, terra ed acqua**; a questi corrispondono 4 umori, **sangue, bile gialla, bile scura, flegma**, che a loro volta corrispondono all'autunno, inverno, primavera, estate. Dall'equilibrio degli "umori" deriva la salute.
- ❖ Alla base delle concezioni di Ippocrate c'era una filosofia profonda e pratica e un notevole buon senso. I principi fondamentali erano di lasciar fare alla forza guaritrice della natura, di osservare attentamente il malato.

# *Pratiche razionali e pratiche spirituali presso l'antica Grecia*



- ❖ I greci avevano un duplice rapporto con la medicina: da una parte vi erano le pratiche razionali di Ippocrate, dall'altra pratiche spirituali che consideravano le malattie come conseguenza dei peccati, causate dagli Dei (**medicina teurgica**)
- ❖ **Asclepio** era il Dio che le curava; I pazienti dormivano nei santuari dopo il bagno rituale in attesa della guarigione.

# *Le erbe presso il Mondo Classico*

- ❖ **Celso** ( I sec.d.C.) riporta gli usi e gli effetti utili e dannosi delle piante, anche il dosaggio e le modalità di somministrazione.
- ❖ **Pedanio Dioscoride Anazarbeo** ( I sec.d.C.) nella famosa *De materia medica* trattò le proprietà medicinali delle piante.
- ❖ **Plinio il Vecchio** (23-79 d.C.) descrisse circa 1000 piante della farmacologia romana.
- ❖ **Galeno** ( 129-199 d.C.) rese sistematica l'elencazione delle specie officinali e fornì precise indicazioni terapeutiche nel trattamento delle singole patologie.

# *Piante ed alberi del mito e nella storia*

- ❖ Nei racconti mitici classici è evidente una sorta di omogeneità fra uomo e pianta, si pensi a Dafne e all'alloro, ad Adone e all'anemone, ad Attis e al pino; da Giacinto a Narciso sino al mito virgiliano di Polidoro, riecheggiato da Dante, la metamorfosi vegetale rinvia a questa omogeneità.
- ❖ Per i Romani la **quercia** era “l'albero sacro” per antonomasia, esso era dedicato a Giove e rappresentava la forza.
- ❖ Il **frassino** era dedicato a Marte e, con il suo legno si facevano le lance.
- ❖ L'**alloro** era legato alla figura di Apollo e a chi primeggiava in guerra e nelle arti.
- ❖ Il **rosmarino** è stata sempre per i Romani, considerata una pianta magica, simbolo dell'immortalità con il potere di allontanare gli spiriti maligni e di propiziare gli dei: “hac herba deos homines placant”.

# *Le erbe presso gli Etruschi*

Erano profondi conoscitori delle piante medicinali, utilizzavano:

- ❖ la **felce maschio**, l'**aglio** e la **cipolla** contro i parassiti intestinali;
- ❖ la **camomilla** come calmante;
- ❖ il **ricino** come purgativo;
- ❖ il **mirto** come astringente nei disturbi intestinali

Praticavano suffumigi di **ginepro** e **rosmarino** e impiegavano il **cavolo** e il vino contro la malaria.

Praticavano *l'aruspicina*: interpretazione dei segni divini attraverso l'ispezione del fegato di animali.

# *Le erbe nel Medioevo*

- ❖ Nel corso del Medioevo l'uso curativo delle erbe acquista una sorta di ufficializzazione da parte dei **Monasteri** dove viene trascritto in Codici ( Montecassino, Casamari e Trisulti)
- ❖ In molti monasteri era presente il *Giardino dei Semplici* dove si coltivavano le erbe medicinali: le 16 piante officinali che bisognava coltivare erano: **assenzio, crescione, finocchio, malva, fienogreco, giglio, ligustro, lunaria selvatica, melone, menta, pulegro, ruta, salvia, tanaceto, santoreggia e rosmarino.**

# *Le erbe e il mondo Arabo*

- ❖ Anche gli Arabi hanno sviluppato molti aspetti dell'arte sanitaria mediante l'uso delle piante medicinali, come si evince dal Canone di Avicenna (980-1037)
- ❖ Essi curarono anche la distillazione, mediante alambicco, delle varie piante medicinali e realizzarono estratti, tinture e distillati.
- ❖ Gli Arabi elaborarono anche una farmacopea ufficiale, con ricette approvate da autorità sanitarie ( Scuola di Gondiscipaur, metà dell'XI sec.) dove venivano indicate le proporzioni e le composizioni.

# *SCUOLA MEDICA SALERNITANA*

- ❖ Grande fu il valore scientifico e sanitario a cui pervenne la Scuola salernitana, fra il X e XIII secolo (la Scuola fu poi chiusa nel 1811 con un decreto di Gioacchino Murat).
- ❖ E' stata definita un esempio mirabile di *SINCRETISMO MEDITERRANEO*: alle sue origini c'è l'incontro, anzi, una singolare fusione tra culture: **ebraica, araba, greca, latina.**  
La conoscenza curativa di tali civiltà fu compendiata nella sua opera fondamentale, il *Regimen sanitatis salernitanum*.
- ❖ Federico II nel 1224 ordinò che nessuno esercitasse la medicina in Sicilia senza aver prima superato un esame presso la facoltà di Salerno.

# *Le erbe nel Rinascimento*

- ❖ Paracelso (1493-1541) Teofrasto Bombasto di Hohenheim, chimico e alchimista, brucia in pubblico il Canone di Avicenna e dichiara di essere debitore alle streghe almeno per una parte del suo sapere medico. Sua è la **Dottrina della Signatura**.
- ❖ In questo periodo erano ancora in grande voga piante che successivamente si rivelarono del tutto inefficaci. Tra queste la celebre **mandragola** e la famosa **Teriaca** (una mescolanza di 40 piante, ritenuta insostituibile per curare numerose patologie.)

# *Le erbe e la magia*

- ❖ “Uno dei criteri di classificazione magica del mondo naturale è basato sul principio omeopatico che riguarda tutti quei procedimenti basati sul principio *similia similibus curantur*: ne consegue che la celidonia gialla cura l’itterizia, mentre il succo rosso delle barbabietole, o il vino rosso, rinvigoriscono le donne anemiche e la noce cura i disturbi del cervello.”

“Il salice, prima ancora che se ne estraesse l’acido salicilico per confezionare l’aspirina, era apprezzato a livello empirico, per le sue proprietà antireumatiche suggerite dalla sua particolare resistenza all’umidità del suo habitat.” ( Sonia Giusti, 1995)

# *Le erbe e la magia*

- ❖ *Se nel Medioevo la donna pratica di erbe e di cure aveva un minimo di riconoscimento sociale e veniva sentita come parte integrante della cultura popolare, nel '500 e in special modo dopo la Controriforma il connubio tra medicina e magia fu oggetto di persecuzioni.*
- ❖ *Tuttavia, nel corso dei processi per stregoneria del 1587 anche l'Inquisizione fece ricorso alle proprietà delle erbe per preparare due potenti sedativi: la Belladonna e il Giusquiamo agivano infatti sul sistema nervoso con effetti inibitori, costringendo le imputate a confessare ciò che non avrebbero voluto.*
- ❖ *Con il Concilio di Trento (1545-1563) tutte le pratiche sanitarie e le cure popolari furono rubricate sotto la voce Superstitiones. L'arte medica era vietata ai chierici, agli ebrei e alle donne.*

# ***Le erbe dal Rinascimento al periodo moderno***

- ❖ Istituzione degli Orti botanici
- ❖ Furono realizzati gli *Erbari* (De virtutibus herbarum, 1490)
- ❖ Istituzione delle prime cattedre di insegnamento della botanica
- ❖ Commentari al libro di Dioscoride di Pier Andrea Mattioli nel 1554
- ❖ Classificazione di Linneo del 1707
- ❖ Isolamento dei primi principi attivi agli inizi del 1800 (morfina, stricnina, caffeina)

# *Identità della medicina popolare*

- *La medicina scientifica non riesce a raggiungere il mondo delle classi subalterne.*
- *Pratiche mediche della cultura popolare si tramandano di generazione in generazione nel fragile supporto della tradizione orale.*
- *Erbe, decotti, cataplasmi insieme a rituali magico-religiosi arrivavano là dove non poteva arrivare il medico e l'umile arte popolare della salute si prodigò per secoli a favore dei malati e di quanti soffrivano.*

# *Medicina Popolare*

- ❖ **“Il termine medicina popolare comprende l’aspetto delle <tradizionali> forme culturali, comportamentali e organizzative concernenti la difesa della salute nelle classi popolari rurali e urbane.” (Tullio Seppilli, 1983)**
- ❖ **“Nelle tradizioni mediche delle classi subalterne sono rimasti incastonati i relitti di un antico sapere.” (G. Pitrè)**
- ❖ **Insieme di medicina primitiva, empirismo, religione e talvolta magia in un sistema socio-familiare in cui la natura e i vecchi costituiscono la fonte ed il tramite per la realizzazione di rimedi curativi del corpo e dello spirito. La cultura erboristica, in questo ambito, è un “sacrario” di nozioni storiche e farmacologiche in parte note e validate, in parte da scoprire.**

## *Il sapere erboristico nella medicina popolare*

- ❖ “Il sapere erboristico in ambito folklorico è tutt’altro che un sapere improvvisato e incolto. Esso proviene dal sapere medico, il sapere di Ippocrate, le sistemazioni erboristiche di Dioscoride, i semplici di Galeno, un sapere medico arricchito dalla cultura monastica e dalla Regola della Scuola salernitana dell’XI secolo.” (SONIA GIUSTI, U.D.)



## *Principali preparazioni terapeutiche utilizzate nella medicina popolare*

- ❖ *Cataplasma*
- ❖ *Decozione o decotto*
- ❖ *Impacchi*
- ❖ *Infusione*
- ❖ *Macerazione*
- ❖ *Olio*
- ❖ *Poltiglia*
- ❖ *Sciroppo*
- ❖ *Tintura*
- ❖ *Unguento*

# *Pratiche curative...usi e costumi*

Nella pratica della medicina popolare ci troviamo di fronte a due entità:

- **La gente comune** (*rimedi casalinghi delle nonne*)
- **I guaritori** (*settimini, i settimini figli di settimi figli, i nati con il sacco amniotico, famiglie di guaritori, i sacerdoti attraverso l'intercessione dei Santi*)

# ***La raccolta delle erbe nella cultura popolare***

## **Cicli agrari e calendari popolati**

*La raccolta delle erbe per decotti ed infusi avviene in determinati periodi, come quando c'è la luna piena o nelle ricorrenze di santi particolari:*

**1° venerdì di marzo** *ALLORO*

**17 maggio** (*S. Pasquale*) *CAMOMILLA*

**22 giugno** (*S. Luigi*)

**24 giugno** – Solstizio d'estate

Il vero motivo per cui si sceglie la fine di giugno per la raccolta di quasi tutte le erbe curative, è che sono nel pieno del loro “tempo balsamico”, ovvero quel periodo in cui i principi attivi sono al massimo della concentrazione nella pianta.

# ***DECOTTI e INFUSI***

## ***DECOZIONE***

*La decozione o decotto si fa in genere con radici, corteccia, semi, rami di piante medicinali che si sminuzzano nell'acqua (o nel vino).*

*Secondo la ricetta si procede all'ebollizione a fuoco moderato. Il decotto deve essere filtrato con un colino molto fine o con una pezzuola di tela. Generalmente va bevuto ma se ne possono fare anche degli impacchi.*

## ***INFUSI***

*Per l'infusione o infuso si prendono fiori, foglie, radici, secondo la ricetta e si sminuzzano finemente. Si versano poi in un recipiente contenente acqua bollente. Si mette un coperchio sul recipiente e si lascia in infusione ovviamente a fuoco spento. Si filtra l'infuso con colino o una pezzuola.*

## *Gli antichi rimedi*

# ***Decotti e infusi per la tosse***

- ❖ *Far bollire in un litro d' acqua foglie di malva, foglie di alloro, peduncoli delle ciliegie essiccate, camomilla, una carruba, fichi e mandorle secche, mezza mela, buccia di limone; far bollire fino a quando il liquido si sia ridotto a un terzo*
- ❖ *Lavare bene una manciata di radici di rosa canina, finocchio selvatico, issopo e mettere a bollire in un litro d'acqua con alcuni chicchi di orzo, una carruba, e qualche fico secco, coprire e lasciare che il liquido si riduca di un terzo.( Ischia)*



## *Gli antichi rimedi*

# *Suffumigi per le vie respiratorie*

- ❖ *Mettere a bollire in un litro d'acqua foglie di **rosmarino**, **alloro**, **salvia**, **eucalipto**, **tiglio**, un rametto di pino e respirare i vapori direttamente dalla pentola coprendosi con un telo.*
- ❖ *Con questo liquido si facevano anche dei bagni caldi agli arti per curare reumatismi e dolori*



# *Malva*

*Malva Silvestris*

(MALVACEE)



- ❖ La malva si riconosce per i suoi fiori con 5 petali distanziati di colore rosa-lilla con striature più scure.
- ❖ Nel XVI secolo, in Italia, era denominata *omnimorbia*: rimedio per tutti i mali.
- ❖ *Frequente in prati e luoghi incolti, veniva utilizzata per la tosse ed il catarro ma anche per la stipsi e le coliche addominali*
- ❖ *Gli infusi e i decotti venivano utilizzati anche per impacchi e lavaggi per pelle arrossata e couperose.*

- ❖ RICCA DI MUCILLAGINI, CONTIENE ANCHE POTASSIO, OSSALATO DI CALCIO, PECTINE E VITAMINE.
- ❖ OGGI VIENE USATA COME LASSATIVA, EMOLLIENTE, BECHICA E OFTALMICA.

# *Alloro*

*Laurus nobilis*  
(LAURACEE)



- ❖ Introdotto in Europa dall'Asia Minore, l'alloro era sacro a Romani e Greci, che lo consideravano l'albero del Dio Apollo; da sempre è simbolo di gloria. Cresce spontaneo nell'area mediterranea; frequente lungo le coste tirreniche, adriatiche e in Sardegna e, al Nord, in prossimità dei laghi.
- ❖ Le foglie lanceolate e coriacee, ricche di ghiandole resinose, raccolte senza picciolo venivano fatte essiccare al sole; in primavera compaiono fiori giallognoli. Il frutto è una bacca simile a una piccola oliva verde, che diviene nero-bluastro con la maturazione ed è molto aromatica.
- ❖ *Nella medicina popolare oltre al decotto per le patologie respiratorie, si usava l'infuso per aiutare la digestione e l'olio essenziale per frizioni in caso di dolori reumatici, distorsioni e slogature.*
- ❖ **RICCO DI OLIO ESSENZIALE, TANNINO, LIPIDI; E' ESPETTORANTE, STOMACHICO.**

# *Eucalipto*

## *Eucalyptus globulus*

(MIRTACEE)



- ❖ Alberi imponenti, originari dell'Australia, di rapido sviluppo, temono il freddo e prediligono le regioni litoranee marittime.
- ❖ Le foglie picciolate, lucenti, lunghe e pendule, venivano raccolte in estate, essiccate e conservate.
- ❖ *Oltre a decotti ed infusi (di cui si inalavano i vapori) nella pratica popolare si facevano suffumigi bruciando le foglie in un braciere.*

- ❖ **PARTICOLARMENTE RICCO DI OLIO ESSENZIALE (EUCALIPTOLO)**
- ❖ **E' BALSAMICO, FLUIDIFICANTE, ANTISETTICO, ESPETTORANTE, DIAFORETICO.**

# *Tiglio*

*Tilia cordata*  
(TILIACEE)

- ❖ Albero di grandi dimensioni, era sacro per le antiche civiltà germaniche; è molto longevo e può arrivare vicino ai mille anni di età (Macugnana).
- ❖ Le foglie, di colore verde scuro e lucide, sono ampie e cuoriformi, con margine seghettato e lungo picciolo. In giugno-luglio porta fiori bianco-giallastri, profumati e melliferi.
- ❖ *In medicina popolare oltre agli infusi era usato per suffumigi facendo bruciare le infiorescenze e le brattee.*
- ❖ PRESENTA OLIO ESSENZIALE, MUCILLAGINI, TANNINO E ZUCCHERI;
- ❖ E' CALMANTE, BECHICO, ANTISPASMODICO E DIAFORETICO.



# *Issopo*

*Hyssopus officinalis*  
(LABIATE)



- ❖ Perenne a portamento cespuglioso, con foglie piccole di forma oblunga-lanceolata; i fiori di colore blu violetto, raccolti in spighe. Cresce spontaneamente nei terreni sassosi e soleggiati.
- ❖ *Si usavano per preparare infusi le foglie e le sommità fiorite colte all'inizio della fioritura ed essicate.*

- ❖ PRESENTA FLAVONOIDI, TANNINI, OLIO ESSENZIALE;
- ❖ E' BECHICO CARMINATIVO, DEPURATIVO, CICATRIZIALE

## *Gli antichi rimedi*

# ***Decotti e infusi per patologie digestive***

- ❖ *Per la cura di stomatiti e la disinfezione del cavo orale decotto con corteccia di **eucalipto** o sciaqui con decotti di **salvia**.*
- ❖ *Per l'epigastralgia infuso di cinque foglie di **alloro**, **finocchietto** e canarino (ottenuto mettendo buccie di **limone** in una tazina di acqua bollente)*
- ❖ *Per addominalgia e stipsi decotto con **barbabietola** e **tarassaco**; infuso con **semi di lino**.*
- ❖ *Il decotto con cime di **ortiche** giovani era usato sia per l'epigastralgia che per la diarrea.*

# *Tarassaco*

## *Taraxacum officinale*

(LABIATE)



- ❖ Il tarassaco è un'erbacea perenne con radice fittonata, con rizome verticale cilindrico. È comune in tutta l'Italia nei prati, nei luoghi erbosi e incolti.
- ❖ Il Tarassaco è una delle erbe più note e diffuse della cultura popolare.
- ❖ *Le foglie venivano usate oltre che per decotti anche a scopo alimentare (insalate). Per i decotti si usava anche la radice raccolta, tagliata e fatta essiccare.*
- ❖ CONTIENE UN ALCALOIDE, OLIO ESSENZIALE, INULINA, TANNINO, GLUCIDI, SALI MINERALI, PRINCIPI AMARI, VITAMINE B-C
- ❖ ANTISCORBUTO, COLERETICO, DEPURATIVO, DIURETICO, LASSATIVO, STOMACHICO, TONICO

# *Sambuco*

*Sambucus nigra*  
(CAPRIFOLIACEE)



- ❖ Alberello o arbusto con corteccia grigio scura. Le foglie, di colore verde brillante. I fiori sono bianchi e profumati; i frutti sono piccole bacche succose, che a maturazione assumono un colore nero lucente.
- ❖ *Nella medicina popolare l'infuso di fiori e foglie era usato contro molti mali: disturbi della vescica, scorbutto, idropsia; per impacchi cutanei nei casi di edema ed erisipela.*

- ❖ CONTIENE NITRATO DI POTASSIO, OLIO ESSENZIALE, TANNINO, MUCILLAGINE, VITAMINA C e B, PIGMENTI, FLAVONOIDI
- ❖ E' DEPURATIVO, DIURETICO, EMOLLIENTE, LASSATIVO, DIAFORETICO.

# Ortica

*Urtica dioica*  
(URTICACEE)



- ❖ Erbacea con rizoma lungo e foglie picciolate con margine dentato. Tutta la pianta è ricoperta da fastidiosi peli urticanti che racchiudono una sostanza istamino simile.
- ❖ L'ortica è consigliata come pianta commestibile sia per l'uomo che per gli animali da cortile (sminuzzata produceva un foraggio ricco di proteine, vitamine e sali minerali.)
- ❖ *Nella tradizione popolare gli infusi e i decotti di foglie erano consigliati che per enteriti, diarrea, dispepsia e ulcere gastriche. Il succo pianta era usato come antiemorragico nasale; Il decotto era usato contro le emorragie uterine (Pitrè)*
- ❖ VITAMINA K e C;
- ❖ CONTIENE ACIDO TANNICO, GLICOLICO E GLICERICO; SALI MINERALI COME SODIO, POTASSIO, CALCIO, MAGNESIO, SILICE; GLUCOSIDI FLAVONOICI.

## *Gli antichi rimedi*

# **VERMIFUGHI**

### ❖ **Semi di zucca**

Contengono cicurbitina, sostanza che favorisce il distacco dei parassiti dalle pareti intestinali; la presenza di magnesio, vitamina E, selenio e acido linoleico contribuiscono al loro effetto preventivo delle patologie prostatiche e vescicali.

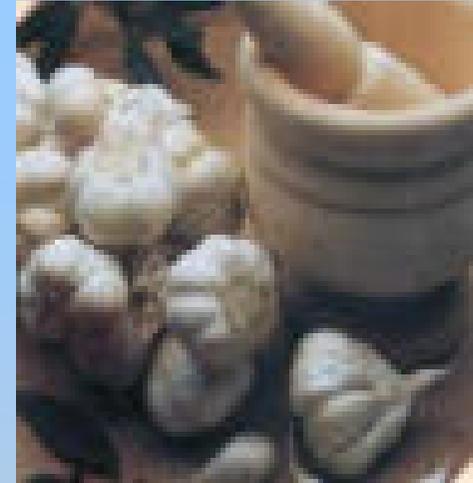
### ❖ **Decotto di foglie di ruta**

### ❖ **Aglione**

Conosciuto ed apprezzato già dalle antiche civiltà. Usato nell'antica India contro la lebbra; usato anche contro peste e colera. Durante la prima guerra mondiale con il succo si trattavano le ferite procurate in battaglia. *Nella medicina popolare abruzzese si intrecciavano collane con un numero dispari di spicchi d'aglio da appendere al collo di bambini affetti da vermi intestinali. Nel napoletano si usava segnare con l'aglio l'ombelico di questi bambini.*

# Aglione

*Allium sativum*  
(LILIACEE)



- ❖ In sanscrito è chiamato *bhutagna* ovvero “uccisore dei mostri”. Anche per questo motivo si consigliava di portarlo la notte di S.Giovanni, insieme ad altre erbe come la ruta, l’artemisia e l’iperico per difendersi dalle streghe che volavano alte nei cieli per recarsi ai sabba. Se procurato in questo giorno è simbolo di ricchezza; lo testimonia un vecchio proverbio emiliano che dice: < *Chi’n compra i ai al dè d’ San Zvann è puvratt tutt’l’an* >
- ❖ CONTIENE OLIO ESSENZIALE ( IL COMPONENTE PRICIPALE, L’ALLINA, E’ INODORE E SI TRASFORMA IN ALLICINA CHE COSTITUISCE L’ODORE TIPICO, LA QUALE A SUA VOLTA SI TRASFORMA IN DISOLFURO DI ALLILE); VITAMINA A, B1, B2, PP e C; GARLICINA (AD AZIONE ANTIBIOTICA)
- ❖ VERMIFUGO, ANTISETTICO, BATTERICIDA, IPOTENSIVANTE, IPOCOLESTEROLEMIZZANTE, IMMUNOMODULANTE, ANTIMICROBICO

## *Gli antichi rimedi*

### **CATAPLASMA**

*Il cataplasma si ottiene prendendo le parti fresche della pianta e pestandole fino a ridurle in poltiglia. La poltiglia mista a **resine** e a **semi di lino** (in alcuni casi chiara d'uovo o crusca) si stende sopra un telo di lino e si applica sulla parte sofferente. In alcuni casi le parti fresche della pianta vengono fatte bollire in poco liquido e si stendono successivamente sulla pezzuola di lino.*

## *Gli antichi rimedi contro slogature, gonfiori, dolori articolari*

- ❖ Tra le erbe usate per la preparazione dei cataplasmi troviamo la **parietaria** di cui si usavano foglie e fusti tritati con l'aggiunta di sale; si otteneva una poltiglia che mista a resina e riscaldata si applicava sulla zona infiammata o contusa fasciata mediante teli di lino; quando la parte è guarita l'impiastrò si stacca da solo.



- ❖ PRESENTA SALI DI POTASSIO, CALCIO E ZOLFO, MUCILLAGINE, TANNINO
- ❖ E' ANTIFLOGISTICA, DIURETICA, EMOLLIENTE.

## *Gli antichi rimedi contro slogature, gonfiori, dolori articolari*

- ❖ *Contro i dolori articolari si ponevano in infusione foglie o sommità fiorite di **ruta** in alcool. Con il liquido ottenuto si massaggiavano le parti doloranti (Ischia)*
- ❖ *L'uso delle **ortiche** era considerato un ottimo rimedio per le distorsioni, gli strappi muscolari, l'artrosi cervicale (Urticazione).*

*Le foglie di ortiche, con l'aggiunta di crusca, si applicavano sulle contusioni (S.Donato Val Comino)*

# *Ruta*

## **Ruta graveolens** (RUTACEE)



- ❖ Tra le varie erbe e piante <cacciadiavoli> usata a S.Giovanni, la ruta o *Herba de fuca demonis*, come veniva chiamata nel Rinascimento, ha un suo ruolo come l'aglio e l'artemisia.
- ❖ La tradizione Araba le attribuisce grandi proprietà curative (Zanetti);
- ❖ (*Olio di ruta, ogni male stuta*) ad indicare i molti usi nell'Italia centro-meridionale.  
I bagnoli d'infuso per curare la sciatica (Pitrè)  
Veniva anche collocata sotto la tavola del letto per allontanare le cimici (Settefrati)
- ❖ CONTIENE OLIO ESSENZIALE CON CHETONI, ALCOOLI, ESTERI, TERPENI, ALCALOIDI CHINOLONICI, CUMARINA, GOMMA, TANNINI, ACIDO CUMARICO E SALICILICO; IMPORTANTE IL GLUCOSIDE RUTINA CHE, DIMINUISCE LA FRAGILITA' CAPILLARE, E' SPASMOLITICO E IPOTENSIVO; AZIONE INSETTICIDA, VERMIFUGA, STOMACHICA, EMMENAGOGA.
- ❖ TOSSICITA' A DOSAGGI ELEVATI. E' PIANTA ABORTIVA.

## ***Gli antichi rimedi per la cute***

- ❖ **Achillea Millefoglie** per favorire la cicatrizzazione di ferite e ragadi; allo stesso scopo era usata anche la borragine.
- ❖ Impiastri di pomodoro e zucchero per favorire la maturazione di ascessi.
- ❖ In caso di scottature si applica sulla pelle una patata (a fettine o grattugiata) da rinnovare spesso, per lenire il dolore e facilitare la guarigione oppure semplicemente dell'olio di oliva.
- ❖ Il latte (latice) del fico acerbo e del fico selvatico per le verruche.
- ❖ Per i porri si usava l'acqua nella quale si erano bollite carrubbe e malva.

# *Achillea*

## **Achillea millefolium**

(COMPOSITE)



- ❖ Molto diffusa nei prati e lungo i sentieri, in primavera-estate presenta i capolini fioriti di colore bianco o rosaceo.
- ❖ Il suo nome ricorda l'eroe greco, Achille, che avendo appreso dal centauro Chirone le proprietà terapeutiche della pianta, se ne servì durante una battaglia, per medicare un re ferito. Era pianta nota anche ai Celti che durante la raccolta facevano un rito religioso.
- ❖ *Molto utilizzata nella medicina popolare come cicatrizzante, tanto che in alcune regioni viene anche chiamata "erba dei tagli"; cataplasma del succo della pianta fresca su piaghe e piccole ferite; infusi con le foglie e le sommità fiorite raccolte ed essiccate all'ombra.*

- ❖ RICCA DI EUCALIPTOLO, ACHILLEINA, OLIO ESSENZIALE, FLAVONOIDI, RESINA, TANNINO, ALCALOIDI, ACIDI ORGANICI, FOSFORO, POTASSIO E SOSTANZE AZOTATE
- ❖ E' ANTISETTICA, CICATRIZZANTE, EMOSTATICA, ANTISPASMODICA.

# ***EREDITA' DELLA MEDICINA POPOLARE***

## ❖ ***EREDITA' "FARMACOLOGICA"***

- *Rimedi erboristici popolari e "farmacologia arcaica" da rivisitare in chiave scientifica*

## ❖ ***EREDITA' DI METODI E VALORI***

- *Recupero delle tradizioni di un tempo da sempre intrise di attenzione e rispetto per la natura*
- *Peculiarità ed empatia del rapporto terapeuta-paziente*
- *"Sacralità" dei vecchi*

***Soo-Young Kang, et al. Tart cherry anthocyanins inhibit tumor development in APC Min mice and reduce proliferation of human colon cancer cells. Cancer Letters 194 (2003)13-19***



❖ *Nella medicina popolare i peduncoli delle ciliege venivano fatti seccare all'ombra e utilizzati in vari decotti.*

❖ Ricercatori statunitensi della Michigan State University hanno individuato nelle ciliegie e nei prodotti derivati sostanze ad azione antidolorifiche. Si tratta di flavonoidi ad azione antiossidante (antociani) che inibirebbero gli enzimi cicloossigenasi e quindi la produzione di prostaglandine, composti coinvolti nel processo infiammatorio. Tali sostanze come gli attuali anti-infiammatori hanno dimostrato in vitro efficacia nel ridurre la proliferazione neoplastica di linee cellulari del colon.

## *EREDITA' DI METODI E VALORI*

### *Rapporto terapeuta-paziente*

- ❖ “...quello che va sottolineato delle forme terapeutiche tradizionali, come aspetto caratterizzante, è la concezione dell'uomo considerato nella sua unità di soma e psiche, all'interno di un rapporto di corrispondenza con la natura.”  
(A. DI NOLA; 1996)

## *EREDITA' DI METODI E VALORI*

### *Rapporto terapeuta-paziente*

- ❖ <Le modalità terapeutiche suggerite dalla medicina popolare rientrano prevalentemente nell'orizzonte quotidiano dell'ammalato. L'ammalato non viene reificato dalla malattia o dalla medicina ma viene valorizzato come soggettività> (LOMBARDI SATRIANI, 1990,51)
- ❖ <Tale rapporto, così “personalizzato”, così “emozionalmente significativo” ed “attento all'intero contesto di vita” non sempre si riscontra nella medicina ufficiale> ( TULLIO SEPPILLI, 1996)

“Io sono un medico, in tutta la mia vita ho fatto il medico secondo i principi della Medicina Scientifica. A un certo punto, però, mi sono reso conto che non esiste la medicina assoluta e che la medicina è invece relativa. Non esiste neppure la malattia che scientificamente si cura, ma esiste il malato, che risponde in modo diverso a seconda della diversa situazione mentale e psicologica”

**John Preston, 1996**

“Non chiedere che malattia abbia una persona, ma piuttosto quale persona abbia una malattia”

**William Osler**

